

Под редакцией Джона Гриндера и Р. Фрэнка Пьюселика  
Пролог и Эпилог Кармен Бостик Сент-Клер

# ИСТОКИ нейро-лингвистического программирования

# **Джон Гриндер Р. Фрэнк Пьюселик Истоки нейро- лингвистического программирования**

*Авторский текст*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=8272536](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8272536)*

*Издатель Книгу;*

## **Аннотация**

Предлагаем вам вместе с нами окунуться в историю открытия НЛП. Эта книга представляет собой путешествие в прошлое. Она состоит из цикла статей, написанных сегодня, 40 лет спустя, теми людьми, которых в 1971–1979 гг. судьба свела вместе в г. Санта-Круз, Калифорния. Это было время, когда индекс Доу-Джонса для акций промышленных компаний находился на уровне ниже 1 000, когда новый автомобиль стоил менее 4 000,00 долларов США, когда похитители Патрисии Херст требовали, чтобы каждому малообеспеченному жителю Калифорнии выдали по 70,00 долларов на питание. 1971–1979 гг. – эпоха перемен и протеста. Песня Эрика Клэптона «I shot the Sheriff» (я застрелил шерифа) и хиты в исполнении Пола Маккартни и Rolling Stones доносились из всех фургонов VW; фильм по

рок-опере «Иисус Христос – суперзвезда» крутили в маленьких тесных кинотеатрах, переполненных длинноволосой молодежью, одетой в пестрые рубашки, брюки-клеш и ботинки с бахромой; воздух был наполнен ароматами гвоздики, табака и свободы. Пусть это путешествие к свершениям и открытиям, так ярко описанным участниками событий тех далеких лет, которые стали авторами статей для этой книги, будет для вас интересным и познавательным. Во время чтения постарайтесь полностью погрузиться в процесс согласно эмпирическим методам, которые использовали Ричард Бендлер, Фрэнк Пьюселик и Джон Гриндер во время проведения тренингов в Калифорнийском университете в Санта-Круз.

# Содержание

Пролог	11
Введение	16
Фундаментальная стратегия	22
Часть 1	25
Глава 1	25
Конец ознакомительного фрагмента.	45

# **Истоки нейро- лингвистического программирования**

## **Под редакцией Джона Гриндера и Р. Фрэнка Пьюселика**

Наконец-то! Сорок два года спустя спала завеса тайны, скрывавшая истинных создателей НЛП, о которых ходило столько слухов и легенд. Эту книгу стоит прочесть каждому, кто изучает НЛП. Здесь описываются события первых девяти лет в истории НЛП, которые подготовили почву для всех последующих исследований.

Сегодня многие претендуют на роль разработчиков НЛП, но только теперь мы имеем возможность познакомиться с настоящими авторами этого направления. Кроме того, эта книга напоминает нам, что сердцем НЛП изначально была мета модель, и что освоить эту технику можно только за счет постоянной практики. Соавторы этой книги рассказывают нам, что на самом деле в разработке НЛП принимали участие три человека, а не два, что является распространенным

заблуждением. Благодаря этой книге, мы можем, наконец, познакомиться с Фрэнком Пьюселиком, о котором, к большому сожалению, до сегодняшнего дня мало кто слышал. Фрэнк живет в Одессе, в Украине, и продолжает вести разработки в сфере НЛП для бизнеса, а также поддерживает реабилитационные центры для наркозависимой молодежи.

Джон Гриндер неоднократно говорит о том, что сегодня НЛП может и должно активно применяться. Но он предупреждает об опасности чрезмерного увлечения контекстом и категориями и предостерегает от поспешных выводов, предлагая сосредоточиться на самом процессе. Гриндер также напоминает об эффективности паттернов, моделирования и тестирования в поиске новых возможностей применения НЛП.

Одним словом, я предлагаю вам насладиться чтением этой книги, испробовать проверенные методы первопроходцев и, возможно, положить начало новому поколению НЛП.

*Уайатт Л. Вудсмолл, к. н., НЛП-Мастер, тренер, разработчик моделей*

Различные взгляды, разные истории... это множество иногда противоречивых точек зрения служит напоминанием того, что, как и учит нас НЛП, у каждого из нас есть собственная карта. Или, как однажды сказал Робин Уильямс: «Реальность – это

охранительная концепция!»

**Ян МакДермотт, основатель Международного  
тренингового центра «International Teaching Seminars»**

Эта книга является важной вехой в истории направления НЛП, важной для тренеров, практиков и критиков. Благодаря участию в написании книги ключевых представителей группы разработчиков, которая сформировалась в 1970-е годы, перед нами разворачивается вдохновляющее, порой противоречивое, но очень подробное повествование о культурном, интеллектуальном и историческом контексте событий тех далеких лет; о колоритных персонажах; об увлекательном процессе их совместной работы; о роли артистизма и творческого бессознательного; о приключениях, которые случались с ними во время моделирования; о научных исследованиях и тщательном тестировании; а также о нескольких примерах первых успешных случаев применения НЛП.

Эта книга поможет вам найти ответы на многие вопросы: Что же такое НЛП на самом деле? Каково его предназначение? Можно ли считать современное НЛП набором техник, на изучение которых вам потребуется всего пару дней? Или модели и паттерны НЛП – это уникальные инструменты, которые дают возможность для непрерывного расширения и углубления знаний, повышения мастерства в коммуникации и способности к обучению и развитию?

Книга «Истоки нейро-лингвистического программирования» обязательна к прочтению всеми, кто имеет отношение к НЛП и заинтересован в дальнейшем развитии этого направления.

*Джудит Лоу, д.м.н., главный тренер Института НЛП/  
PPD Learning Ltd*

Хочу обратиться к Джону Гриндеру и Фрэнку Пьюселику с благодарностью за проделанную работу. Спасибо вам за то, что посвятили нас в тайны создания нейро-лингвистического программирования в 1970-х. С момента создания НЛП прошло уже четыре десятилетия, и только сейчас свет увидела книга, которую можно считать достоверным источником, повествующим об истории НЛП.

Книга «Истоки нейро-лингвистического программирования» – это сборник рассказов, которые в совокупности представляют собой единое повествование. Главной нитью повествования, основой для которого послужил сборник статей разных авторов, является создание НЛП; это антология, составленная из воспоминаний людей, которые стояли у истоков направления НЛП, а также тех исследователей, которые присоединились к процессу немного позже. Читатель сможет наблюдать за тем, как Гриндер, Бендлер и Пьюселик, а также другие молодые люди, которые участвовали в их экспериментах, усердно трудились над созданием модели человеческого совершенства.

Эта книга уникальна и интересна тем, что



в ней собраны воспоминания множества разных людей о событиях, пережитых в 1970-е. Но это отнюдь не сухие архивные факты исторических хроник. Если вы не ограничитесь поверхностным прочтением и загляните поглубже, вы обнаружите богатый мир раннего НЛП, так сильно отличающийся от последних тенденций в этой области, – мир, **в котором царили бесстрашие, радикализм, желание экспериментировать, последовательность и готовность практиковать новые навыки тысячи часов.** Если бы не все эти составляющие, НЛП не существовало бы.

Наслаждаясь чтением, задумайтесь так же, каким могло бы стать НЛП сегодня, если бы те, кто вовлечен в эту сферу знаний, работали столь же вдохновенно и самоотверженно, как когда-то создатели нейролингвистического программирования.

*Майкл Кэрролл, основатель НЛП Академии и соучредитель Международной Академии тренеров НЛП*

Интересное, захватывающее и познавательное путешествие к таинственным и восхитительным истокам НЛП. Эта книга – гимн любознательности, творчества, взаимопомощи и приключений.

*Джулиан Рассел, главный тренер и директор программы The Life Talent Programme*

Мы ждали эту книгу почти 40 лет – информацию из первых рук от тех людей, которые участвовали в этом важном действе в один из самых творческих периодов

в истории. Книга «Истоки нейро-лингвистического программирования» представляет собой сборник статей, читая которые вы можете ощутить себя на месте создателей НЛП в процессе исследования, тестирования, анализа и получения обратной связи. Независимо от того, какую позицию вы предпочтете занять во время чтения этой книги, вы, несомненно, ощутите дух раннего НЛП.

*Джеймс Лоули и Пенни Томпкинс, авторы  
книги «Метафоры разума: преобразование посредством  
символического моделирования»*

*Обращение к Ричарду Бендлеру*

Здесь не слышен твой голос, только его эхо. Но твои знания, бесстрашие, твое присутствие ощутимо во многих воспоминаниях, изложенных в этой книге. Мы были командой, поначалу нас было трое, затем стало двое, но, несмотря на все трудности, нам удалось создать нечто новое, нечто значимое, и мир увидел наше детище.

Это было чудесное приключение!

Джон Гриндер

Фрэнк Пьюселик

# Пролог

## Обращение к читателю

### *Кармен Бостик Сент-Клер*

Предлагаем вам вместе с нами окунуться в *историю* открытия НЛП. Эта книга представляет собой путешествие в прошлое. Она состоит из цикла статей, написанных сегодня, 40 лет спустя, теми людьми, которых в 1971–1979 гг. судьба свела вместе в г. Санта-Круз, Калифорния.

Это было время, когда индекс Доу-Джонса для акций промышленных компаний находился на уровне ниже 1 000, когда новый автомобиль стоил менее 4 000,00 долларов США, когда похитители Патрисии Херст<sup>1</sup> требовали, чтобы каждому малообеспеченному жителю Калифорнии выдали по 70,00 долларов на питание. 1971–1979 гг. – эпоха перемен и протеста. Песня Эрика Клэптона «I shot the Sheriff» (я застрелил шерифа) и хиты в исполнении Пола Маккартни и Rolling Stones доносились из всех фургонов VW;<sup>2</sup> фильм по рок-опере «Иисус Христос – суперзвезда» крутили в малень-

---

<sup>1</sup> Патрисия Кэмпбелл Херст – внучка Уильяма Рэндольфа Херста, американского миллиардера и газетного магната, жертва политического киднэппинга [прим. переводчика].

<sup>2</sup> Volkswagen T1 – минивэн концерна Volkswagen, был очень популярен среди хиппи, также известен как «хиппи-мобиль» [прим. переводчика].

ких тесных кинотеатрах, переполненных длинноволосой молодежью, одетой в пестрые рубашки, брюки-клеш и ботинки с бахромой; воздух был наполнен ароматами гвоздики, табака и свободы.

Пусть это путешествие к свершениям и открытиям, так ярко описанным участниками событий тех далеких лет, которые стали авторами статей для этой книги, будет для вас интересным и познавательным. Во время чтения постарайтесь полностью погрузиться в процесс согласно эмпирическим методам, которые использовали Ричард Бендлер, Фрэнк Пьюселик и Джон Гриндер во время проведения тренингов в Калифорнийском университете в Санта-Круз.

Слова на бумаге не способны в полной мере передать атмосферу того времени, поэтому в процессе чтения мы предлагаем вам использовать некоторые техники погружения. Чтобы создать соответствующий настрой, включите музыку 70-х годов, наполнитесь ее звуками и мысленно перенеситесь в кампус,<sup>3</sup> представив его таким, каким его описали авторы книги. Прогуляйтесь по сосновому лесу. Прислушайтесь – вы услышите, как крик краснохвостого ястреба спугнул пасущегося на опушке оленя. Насладитесь видом Тихого океана и ощутите, как вашу кожу ласкает легкий океанский бриз. А теперь приглашаем вас пройти по пути этих молодых, пол-

---

<sup>3</sup> Кампус – университетский городок, включающий, как правило, учебные помещения, научно-исследовательские институты, жилые помещения для студентов, библиотеки, аудитории, столовые и т. д. [прим. переводчика].

ных энергии людей.

Истории, описанные в этой книге, представляют собой воспоминания студентов и участников тренингов и групп, проводимых тремя создателями направления, известного сегодня как НЛП. Принято считать, что в целом направление НЛП – *результат процесса разработки*, при этом оригинальные модели и техники, известные как Классический код НЛП, были в большинстве своем не созданы, а *обнаружены, ассимилированы и истолкованы* в процессе НЛП моделирования. Это паттерны, которые мы с вами бессознательно используем сотни раз каждый день. Задумайтесь: как часто в течение дня вы слышите звук чьего-то голоса, и у вас в голове моментально вырисовывается образ говорящего; как часто вы, исходя из осанки, жестов и физиологии знакомого вам человека, можете предвидеть то, что он собирается сказать или сделать; часто ли вы нуждаетесь в уточнении значения того или иного существительного или глагола или в более подробном описании какой-либо ситуации?..

Трое авторов направления НЛП упорядочили эти природные интуитивные процессы и представили их в виде четких и понятных паттернов. Вот цитата из вступительного слова Вирджинии Сатир к книге «Структура магии» (том 1):

«Зная, что это за элементы, мы сможем сознательно их использовать и, таким образом, получим эффективный метод для вызова изменений».

Эти паттерны можно рассматривать как комбинации кла-

виш на клавиатуре, которыми в любой момент и в любом месте можно воспользоваться для активации определенных функций системы.

Если во время чтения книги вы столкнетесь с противоречиями в описании процессов, несовпадающими датами, названиями или другими разночтениями, расслабьтесь и просто наслаждайтесь чтением. В эпилоге я постараюсь собрать и соединить воедино все нити повествования, чтобы помочь вам решить некоторые из этих загадок.

Мы *могли бы* предположить, что вы в той или иной степени знакомы с нейро-лингвистическим программированием, и поэтому вам интересна история его создания; это лишь одно из множества возможных предположений. Однако мы не ориентируемся на подобные предположения, так как знания в сфере НЛП не являются предпосылкой или обязательным условием для прочтения данной книги. Эта книга представляет собой описание периода жизни людей, которые собрались вместе, чтобы привнести в этот мир нечто новое.

Я не устаю напоминать участникам моих семинаров: авторство паттерна принадлежит его первооткрывателю. Читая статьи различных авторов, собранные в этой книге, обратите внимание на то, какие открытия им принадлежат. Им повезло повстречать на своем пути великолепных учителей, которые использовали побудительную систему обучения, благодаря чему каждый из них, хочется верить, воплотил полученные знания в жизнь и сумел, в свою очередь, пе-

редать их своим ученикам.

Кармен Бостик Сент-Клер

Сан-Франциско, Калифорния

Октябрь 2012 г.

# **Введение**

## **Размышления об «Истоках нейро-лингвистического программирования»**

*Джон Гриндер*

Данная книга ставит целью описание истоков нейро-лингвистического программирования (НЛП). Соавторы книги, Фрэнк Пьюселик и Джон Гриндер, являются двумя из троих инициаторов создания НЛП, и либо один из них, либо оба были участниками большинства описанных ниже событий, предопределивших создание НЛП. Третий создатель НЛП, Ричард Бендлер, не принимал участие в написании этой книги по его собственному желанию.

Изложение истории создания данного направления по ряду причин представляет собой интересную, но довольно сложную задачу, прежде всего потому, что человеческая память изменчива.

Во вступительной главе я как соавтор данной книги хочу подготовить своего читателя и сделать своего рода предостережение. Приступая к чтению, помните:

***1. Немного о том, чего никогда не происходило!***



В соответствии с большинством современных моделей, описывающих процессы памяти, воспоминания НЕ хранятся целыми и невредимыми в ожидании того момента, когда их извлекут на свет божий. Они хранятся в определенных местах: в первичных кортикальных областях для каждого соответствующего входного канала и связанных с ними кортикальных областях центральной нервной системы, а именно – в отдельных репрезентативных системах. Посредником между ними является система синестезии.

Таким образом, *вспоминать* означает собрать заново части опыта, хранящиеся в разных местах, в связную репрезентацию (в настоящем времени) некоего прошлого опыта, которая соответствует нынешним намерениям и нуждам вспоминающего человека. Такие нынешние намерения и нужды вспоминающего человека действуют как фильтры тех поисковых механизмов, которые реконструируют *воспоминание*.

Следовательно, подобные репрезентации, в конечном счете, по сути своей являются вымыслом. Кстати, тот факт, что это вымысел, никоим образом НЕ дискредитирует воспоминания, а всего-навсего служит эпистемологическим предостережением о достоверности того, что вы читаете.

## ***2. Память крайне избирательна!***

Итак, *воспоминания* могут изменяться не только под воздействием состояния, намерений и фильтров, существовавших во время фактического события, но и под воздействи-

ем состояния, текущих намерений и фильтров человека, реконструирующего *воспоминание* в настоящем времени. Отдельные части реконструируемого воспоминания будут распознаны и восстановлены, а другие нет. По мере того как меняются состояние, намерения и потребности человека, меняются и репрезентации того, что произошло. Неравномерность репрезентации (ее специфичность) зависит от того, относится ли она к особому логическому типу репрезентации – описание, интерпретация и оценка (предположим, что человек, создающий репрезентацию, проводит различие между этими меняющимися формами презентации). Эту зависимость подавляющее большинство членов «четвертой власти» (прессы) пока еще не заметили либо не способны или не хотят признавать.

### ***3. Так ли уж важна историческая точность?***

Зачем изучать такое сложное явление, как рождение нового направления? Вы надеетесь уловить суть процесса открытий, возможно даже с намерением использовать эти процессы, чтобы самим совершить соизмеримые открытия? Вы настолько наивны, чтобы полагать, будто два человеческих существа, столкнувшись с «одинаковым» набором раздражителей (переживаний), будут реагировать «одинаковым» образом? (Слово «одинаковый» заключено в кавычки, чтобы напомнить вам о том, что одинаковый набор раздражителей НЕ будет одинаковым, если его воспринимают разные нерв-

ные системы.)

Неужели для ваших исследований действительно важно, как некий человек с присущим только ему опытом и мировоззрением реагировал на раздражители, существовавшие во времена зарождения НЛП? Вы в самом деле считаете, что если будете играть конголезскую музыку и танцевать под ее ритмы или научитесь скакать на арабских скакунах, это поможет вам стать лучшим разработчиком моделей?

Вы вправду считаете преимуществом знание восьми иностранных языков, или умение обрабатывать боевые раны и проводить необходимые оперативные вмешательства для спасения жизни, или способность пустить поезд под откос с помощью минимального количества пластиковых бомб, или умение ударить по мячику для гольфа так, чтобы он улетел на 300 ярдов? Так ли полезно обладать значительными вычислительными способностями в теории автоматов или знать, как оборудовать поилки для лошадей автоматической системой подачи воды, или...?

Лично я так не думаю. Но делать обобщения на примере всего одного человека очень опасно.

В средневековой Европе накопленные профессиональные знания в различных отраслях, например, в каменной кладке, передавались от мастера подмастерью с помощью непосредственного личного примера – более коротких путей не существовало. Ученик-каменщик готовил участок, приносил необходимый строительный материал, выполнял подготови-

тельные работы... и пока он этим занимался, если только подмастерье искренне хотел стать настоящим каменщиком, он подмечал и запоминал, как именно мастер выполнял различные действия по закладке фундамента, постройке здания, как он осуществлял замысел зодчего...

Я признаю, что глубина интеграции моделирования (по крайней мере, вначале) схожа с ассимиляцией. Если изучение моделей довершается индуктивно и посредством бессознательной ассимиляции, тогда такие модели «принадлежат ученику». Такой ученик волен пересмотреть эти модели, и кто тогда сможет различить, где неотъемлемые элементы моделей, а где их последствия – сама формальная модель или некий функциональный эквивалент?

Те ученики, которые применяют сознательный подход, конечно же, совершенствуют свои навыки, но достигнут ли они той глубины интеграции модели, которая происходит интуитивно, остается открытым вопросом. В текущем контексте можно сказать, что очень немногие, если таковые вообще найдутся, готовы войти в странный и дезориентирующий мир глубокого интуитивного учения, – а ведь именно таким образом разрабатываются модели.

Так что же делать со всеми этими выдуманностями историями, которые льются нескончаемым потоком уже десятилетия с тех пор, как происходили описываемые события? Что делать с историями, прошедшими через фильтры намерений, интересов и представлений о самих себе тех людей, которые

предлагают эти репрезентации?

Хороший вопрос!

# Фундаментальная стратегия

Фрэнк и я поразмышляли над тем, как справляться с подобными моментами. Мы выработали особую стратегию. Мы решили придерживаться курса минимизации таких отдельных искажений, призвав на помощь большое количество людей, которые физически присутствовали и были участниками либо свидетелями многих событий, описанных в книге. Некоторые из них являются признанными авторитетами в современном мире НЛП; другие авторы малоизвестны и не проявляют большой активности в области НЛП сегодня – это люди, у которых нет никакой явной личной заинтересованности. Внимательно прочтите то, о чем они рассказывают.

Трудно воссоздать точное описание истоков технологии, которая была разработана за 14 лет до того, как предполагаемый автор просто услышал об этом направлении. Звучит забавно, тем не менее, это пустяковый случай по сравнению с реальной задачей, стоящей перед нами сейчас: предоставить действительно полезное и максимально точное описание истоков данного направления.

Здесь нужно выделить два основных момента – любой человек с соответствующим образованием и способностью к размышлению может составить собственное мнение о том, что он считает предтечей НЛП или любого другого набора разработанных моделей. Несомненно, практики «фило-

софии науки» оказали прекрасную услугу многим научным направлениям (особенно рекомендую замечательную работу Томаса Куна «Структура научных революций» о развитии современной физики<sup>1</sup>). Благодаря исследованиям в области зарождения и развития элементов, позже ставших неотъемлемой частью стандартных моделей или наборов паттернов, они сумели объединить разрозненные и до тех пор никак не связанные между собой виды деятельности, иногда в конкретных областях, иногда между различными областями, которые ранее считались обособленными.

Однако такое мнение любого отдельного человека значительно отличается от того, к чему создатель или создатели дисциплины имели доступ, что они знали во время и в контексте создания данной дисциплины. Интересно рассмотреть различия между двумя этими моментами, отвечая на следующие вопросы:

Первый вопрос:

*Откуда берутся идеи, которые появляются в новой модели или наборе паттернов?*

Несомненно, этот вопрос заслуживает внимания исследователей с комплексным подходом – история развития положенных в основу идей.

Второй вопрос:

*Откуда этот создатель или создатели взяли идеи, которые, в конечном счете, привели к успешному созданию определенной модели – что было источником ключевых идей и*

*действий для создателя или создателей?*

Очевидно, что вероятнее всего ответы на эти два вопроса будут отличаться один от другого. В особенности обратите внимание на то, что ответы на второй вопрос существуют только в следах памяти (энграммах) нервной системы непосредственных участников или свидетелей процесса создания. Каким бы ни было преобладающее интеллектуальное окружение в период создания модели, второй вопрос восхитителен в том смысле, что он проясняет уровень знаний создателя или создателей во время зарождения новой модели.

Все это, прежде всего, затрагивает моменты создания чего-то нового, и различие между этими двумя вопросами дает плодородную почву для раздумий о том, как создавать контексты, способствующие возникновению новых идей и новых моделей, – предмет, достойный отдельного рассмотрения.

Данная книга предоставляет материал, существенный именно для ответа на второй вопрос. Первый вопрос был частично рассмотрен в других работах (см., например, главы 3 и 4 книги «Шепот на ветру» Кармен Бостик Сент-Клер и Джона Гриндера<sup>2</sup>).

Джон Гриндер  
Бонни Дун, Калифорния  
Сентябрь 2012 г.



# Часть 1

## Глава 1

### Такие разные времена: веселые и тяжелые *Р. Фрэнк Пьюселик*

Я окончил школу в Сан-Диего, Калифорния, в 1963 году. Поступил в местный колледж и через три семестра бросил учебу. В 1965 году это была не лучшая идея, так как вскоре я получил повестку, и не прошло и трех месяцев, как оказался в военно-морском флоте. В лагере для новобранцев я успешно прошел тестирование умственных способностей, вследствие чего меня прямо из лагеря отправили в медицинскую школу военных санитаров. После кратких курсов в медицинской школе я великолепно провел год – мой первый год воинской службы – в военном госпитале в Японии, поигрывая в гольф. Корпусу морской пехоты был нужен санитар, и в 1966 году меня перевели к морпехам. И вновь в Сан-Диего, на этот раз в учебную пехотную часть, затем опять лагерь и школа санитаров, откуда меня распределяют во второй батальон девятого полка морской пехоты прямиком в джунгли

юго-восточной Азии. Тот год был не самым лучшим в моей жизни – 10 месяцев в джунглях во взводе морской пехоты и затем 3 месяца в полевом госпитале в Фубае, Южный Вьетнам. Последние 7 месяцев своего четырехлетнего армейского воинского срока я отслужил в госпитале военно-морских сил в Сан-Диего, Калифорния, в моем родном городе. Эти 7 месяцев были для меня подарком. Я был еще в армии, но уже дома. Мне действительно нужно было это время, чтобы вновь ощутить себя человеком. Служба в Сан-Диего как раз помогла мне вернуть человеческий облик.

Таким образом, отслужив четыре года в армии, я вернулся в колледж в Сан-Диего, который оставил перед службой.

На этот раз мое отношение к учебе и стремления были совсем иного калибра, чем в первый раз, и я преуспевал во всем. Получал отличные оценки, принимал участие во всех мероприятиях и много играл в гольф. Женился на любимой девушке, которую встретил еще во время своей послевоенной службы, у нас родился сын, я начал работать, пытаюсь избавиться от воспоминаний войны и детства. В основном я налегал на психологию и политическую науку. В течение двух лет, проведенных в этом колледже, я не сильно преуспел в самоизлечении, зато много узнал о нескольких различных психологических системах, да и просто хорошо проводил время. В 1970 году я перевелся в Калифорнийский университет в Санта-Крузе, чтобы получить степень бакалавра по психологии и политике.

Так я оказался в городе хиппи – недавно закончивший армейскую службу и покинувший стены колледжа, в котором в основном учились ветераны войны. Это был для меня настоящий шок! В те дни поступить в университет в Санта-Крузе было трудно, и многие проваливали вступительные экзамены. Только самые лучшие могли поступить в университет. Однако система университета предусматривала систему специальных льгот для ветеранов. Поэтому в университете меня окружали самые толковые ребята, которых мне когда-либо приходилось встречать. Большинство из них были на 4–6 лет младше меня, но все были очень хорошо образованны. К счастью, я умел красиво говорить и был уверен в своих силах, поэтому мне как-то удавалось справляться и приспосабливаться. Я любил университет и мог погрузиться глубоко в процесс осознания того, что было со мной не так; я очень старался стать тем, кто бы мне нравился и кого бы я мог уважать.

В середине или конце 1971 года я консультировал молодых людей и учил студентов младших курсов, как работать с гештальтом; гештальт я особенно интенсивно изучал в колледже в Сан-Диего. Также я проводил тренинги для других консультантов – как работать со студентами, которые принимали ЛСД и в этой связи переживали непростые времена. Все это удавалось мне довольно легко. После пребывания в юго-восточной Азии, кричащие и злобные клиенты не являлись для меня проблемой. У меня была репутация парня,

который мог справиться с любой ситуацией при консультировании людей в состоянии наркотического кризиса, и мне нравилась такая репутация.

Примерно в то время я познакомился с парнем, которого звали Ричард Бендлер – у нас с ним было много общего. Кажется, мало что его по-настоящему беспокоило или выводило из себя – в особенности плач и крики студентов колледжа. Мы очень хорошо поладили и начали вместе вести групповые тренинги по гештальту. Мы проводили две-три тренинговые сессии в неделю и при этом неплохо зарабатывали на карманные расходы. Через несколько месяцев работы с группами Ричард пригласил нового «доку» – профессора лингвистики, посетить наши групповые тренинги, чтобы он сказал нам, есть ли в нашем поведении лингвистические или какие-либо иные паттерны и/или идеи, способные помочь нам делать еще лучше то, что мы делали до того. После трех-четырех сессий с Джоном Гриндером, новым профессором лингвистики, который понаблюдал за нашими групповыми тренингами и задал нам вопросы по нашим языковым моделям и другим паттернам, которые он заметил, – мы поняли, что были на пути к чему-то действительно особенному. По моему мнению, именно во время этих двух или трех групповых тренинговых сессий по гештальту зародилось НЛП/Мета.

Волнение, которое я испытывал тогда, работая с Джоном и Ричардом, стало для меня движущей силой, никогда не по-

кидавшей меня в течение последовавших шести или более лет, проведенных вместе с Джоном и Ричардом (на самом деле, эта сила не оставила меня до сих пор и, надеюсь, не оставит никогда).

Первые несколько месяцев мы работали втроем – Джон, Ричард и я, но затем мы быстро начали набирать в свою группу новых участников. Джон преподавал в университете, мы с Ричардом вели тренинги по гештальту, так что у нас была возможность находить людей, которые нам нравились. Иногда люди сами приходили к нам и просили принять их в «учебную группу», которую мы сформировали. Так мы стартовали и начали быстро развиваться. По моему мнению, эта группа сформировала «первое поколение» НЛПеров. В нее входили: Джойс Микалсон, Тревальян Хок, Мэрилин Московиц, Джефф Пэрис, Лиза Чиара, Айлин МакКлауд, Кен Блок, Тэрри Руни, Джоди Брюс, Билл Полански, Девра Кантер и еще один человек, пожелавший не называть свое имя. Кроме того, в те годы было еще несколько человек, соприкасавшихся с тем, что мы делали. Терри МакКлендон (который позднее был связан с НЛП намного теснее и активно сотрудничал с Робертом Дилтсом), Пол Картер (близкий друг Стива Гиллигена, бывший его партнером в течение нескольких лет), Дэвид Вик (глава Молодежных служб, хороший друг, отличный лидер и знаток НЛП), Гэри Меррил (близкий друг Джудит ДеЛозье, участник многих Мета-групп), Майкл Паттон (без чьей помощи и дружеской поддержки я мог

бы и не закончить университет, хороший консультант и коллега по Молодежным службам), Питер Гарн (также сильный консультант в Молодежных службах) и Пат Леклер (главный консультант в Молодежных службах, постоянно поддерживавший нашу «инновационную» работу с клиентами). В течение первых двух лет группа перечисленных выше людей была единственной, принимавшей участие в наших экспериментах.

Именно в течение этих первых двух лет экспериментов была оформлена метамодель, а также другие основные модели НЛП. Мы проводили много времени, копируя «великих» терапевтов (при личном знакомстве или по видеозаписям, а иногда по рукописям) с целью изучить их языковые модели, а затем сформулировать «их приемы» так, чтобы мы могли использовать их столь же эффективно. Мы потратили невероятно много времени и энергии, в течение всех этих шести лет и всех трех поколений, проводя сессии гештальта друг с другом по каждой мыслимой проблеме; по много раз реконструировали семейные сцены друг с другом, пока в мельчайших деталях не проанализировали семьи каждого из нас; занимались психодрамой со всех возможных перспектив, терапией частей (каждый из нас практиковал ее с каждым членом команды), терапией сновидений с каждым сном, который имел хоть какое-то значение для любого из нас. Затем мы оценивали паттерны (вербальные и невербальные), уточняли и дорабатывали эти паттерны, насколько это было

возможно, а затем тестировали их для получения лучшего и скорейшего результата. Мы продолжали практиковаться до тех пор, пока не убеждались, что данную технику или процесс нельзя сделать лучше или более быстродействующими.

Мы заметили, что «мастера» зачастую сами на практике использовали свои модели небрежно и непостоянно. Мы же, понимая используемые ими модели и используя их систематически, добивались более быстрых и эффективных результатов, чем сами мастера. Мы тратили много времени, накапливая их приемы и тестируя наши умения друг на друге, с нашими друзьями и с теми клиентами, которые были у некоторых из нас в Консультативном центре Санта-Круза (Молодежных службах). Нам казалось очевидным, что в большинстве случаев «мастера» освоили свои паттерны изменений за много лет путем проб и ошибок, и в действительности сами не знали, какие паттерны они наблюдали или какое систематическое поведение или язык они использовали, стимулируя изменения у своих клиентов. Мы убеждались в этом много раз, расспрашивая «мастеров».

Также создавалось впечатление, что «мастера» полагались всего на несколько паттернов и отнюдь не проявляли гибкость в их применении. Теперь мы отчетливо понимали, что происходило, когда терапевт был эффективен с одним клиентом и совершенно неэффективен с другим. Причина заключалась в том, что у клиентов были собственные паттерны, и терапевту нужно было уметь эффективно работать с

паттернами клиента, которые и породили его проблему. Нам казалось, что терапевты не могли помочь своим клиентам, если проблемы клиентов не «коренились» в паттерне, который терапевт мог распознать и с которым мог эффективно работать. Сегодня это выглядит до смешного просто, но в 1973 для нас это было настоящим откровением.

Это означало, что потенциально мы могли найти паттерны многих великих «коммуникаторов» и собрать их в единую систему навыков, которую практикующий специалист мог освоить и использовать. Это, конечно, позволило нам понять наиболее распространенные ошибочные суждения в психотерапии. Мы поняли, что любая модель, выделенная любой «школой» или «стилем» психотерапии, была чаще обречена на неэффективное использование, чем на эффективное. Также мы поняли, что именно модель или группа паттернов клиента гораздо важнее для работы терапевта, нежели «помогающая» или «здоровая» модель терапевта, приносимая им на сессию. Разумеется, именно поэтому терапевту необходимо выбрать систему терапии, подходящую клиенту, а не клиента приспособливать к своей терапии. Какое-то время мы потратили на то, чтобы выбрать «полезные» модели из различных систем психотерапии и довести их до логического завершения так, чтобы они реально или полно характеризовали структуру личности. Было необычайно забавно оказаться полной «гештальт» личностью, или абсолютной личностью «транзакционного анализа», или «фрейдист-



ской» личностью (с этой стоит быть максимально осторожным!) Этот процесс помог нам быстро понять ограничения, неполноту и противоречия систем, зачастую определяющих ведущие принципы психотерапии.

В течение этого времени характер моих отношений с Ричардом постепенно изменялся. Изначально мы с Ричардом представляли собой живой, активный, партнерский дуэт. К середине 1973 года (а возможно и раньше, как считает Ричард), Ричард и Джон уже работали в тесном партнерстве, а я был (функционально) лидером группы студентов. Некоторые из тех бывших «студентов» никогда не принимали меня в этой роли, но так было до середины 1976 года. Сейчас я думаю, что некоторые из будущих НЛПеров, такие как Дилтс, Гиллиген, Айхер, возможно, Камерон, ДеЛозье, Гордон и другие никогда не знали, как начинались «люди Мета». Я никогда не думал об этом в те дни, никогда не придавал этому значения. Мы были слишком увлечены, многому учились, и я начал чувствовать себя «настоящим» человеком.

Однажды, когда мы экспериментировали с моделями терапии сновидений, сочетая подходы гештальта по работе со снами с психодрамой и «частями» Вирджинии Сатир, Джон Гриндер провел меня через болезненный процесс по «изживанию» моих повторяющихся вьетнамских кошмаров. Долгие, пугающие три с лишним часа, но Джону и ребятам, вовлеченным в этот процесс, удалось изменить меня навсегда. Наконец мне удалось избавиться от моих худших воспоминаний.

наний, чувства вины и других ощущений, переполнявших меня в худшие моменты жизни. До этой сессии с Джоном я был уверен, что сумасшествие, порожденное во мне джунглями, останется во мне навсегда. Позитивные трансформации, начатые на той сессии с Джоном, продолжают на протяжении всей моей жизни.

В те ранние годы мы много играли с паттернами Карлоса Кастанеды, Карла Роджерса, Вирджинии Сатир, Грегори Бейтсона, Джона Лилли и других.

«Люди Мета» встречались с Джоном, Ричардом и мною один или два раза в неделю на 3–5 часов, а дополнительно работали без Джона и Ричарда два-четыре раза в неделю, зачастую от 4 до 6 часов за одну сессию (я участвовал во всех этих группах). Некоторые из нас работали вместе в Молодежных службах, вместе учились, вместе организовывали разные мероприятия в университете.

В течение 1973 и 1974 годов все мои усилия были распределены в нескольких направлениях: изучение паттернов, работа с этими паттернами в Молодежных службах в Санта Крузе, организация наших экспериментаторских собраний, работа с Мета-людьми по шлифовке наших умений, попытки покончить с наследием войны и моим сумасшедшим детством, ну и, конечно, получение университетского диплома. Безусловно, Джон и Ричард были тогда главными людьми в моем личном и профессиональном развитии – Джон в прямом смысле слова, а Ричард скорее в качестве предупреди-

тельного антагониста.

В конце 1973 и начале 1974 еще несколько ключевых людей присоединились к процессу: Роберт Дилтс, Стив Гиллиген, Джеймс Айхер, Лесли Камерон, Дэвид Гордон и Джудит ДеЛозье. В 1974–1975 большая часть нашего внимания была сосредоточена на бессознательных моделях Милтона Эриксона и других «мастеров». Мы изучали и испытывали каждый феномен транса, о котором могли узнать или прочесть. Сотни часов мы работали друг с другом и с другими добровольцами, погружая их в транс, чаще всего с их позволения. Мы изучали процесс «идентификации глубокого транса», когда человек становится другой личностью на самом глубинном базовом уровне.

Идея состояла в том, чтобы научиться от «мастеров» как можно быстрее и как можно большему. Мы «становились» каждой личностью, в которой, по нашему мнению, было нечто «магическое», от которой мы могли чему-то научиться. Однажды нам пришлось приложить немалых усилий, чтобы Стивен стал снова Стивеном, а я провел несколько странных дней, когда Лесли впервые была Вирджинией. Мы с Лесли были очень близки тогда – партнеры в жизни и в работе, в группе НЛП и в Молодежных службах. Когда она стала Вирджинией, она была очень вежливой и, конечно же, меня не знала. Чувствуешь себя неуютно, когда кто-то, кого ты знаешь очень хорошо, не знает, кто ты такой. Какое для меня было облегчение, когда днем позже Лесли вернулась в

тело Лесли!

Наша веселая компания продолжала экспериментировать в течение 1975 и 1976 годов: мы копировали модели поведения, все проверяли на личном опыте, оценивали, пробовали, практиковали и шлифовали все, достойное изучения. Модели и техники, которые мы развивали, становились все более известны, и люди с другой стороны холма (Сан-Хосе, Сан-Франциско, Пало-Альто, Беркли и другие места восточнее Санта-Круза) захотели изучать наши «открытия». Большинство людей Мета стали вести тренинговые программы того или иного рода. Мы объединялись в неформальные команды. Мы с Лесли много работали вместе и фокусировались на образовании и семейных системах. Я провел несколько самых счастливых лет своей жизни, живя и работая с Лесли. Она была замечательным другом, чудесным партнером в жизни, удивительно бесстрашным исследователем и лучшим тренером, которого я когда-либо видел (за исключением меня, естественно).

В то время Байрон Льюис переехал в Санта-Круз и присоединился к нашей группе. Он был и остается одним из тех людей, кем я больше всего восхищаюсь. Байрон относится к тем редким людям, которые делают то, о чем говорят, причем делают наилучшим образом. Он поистине стоит золота не меньше, чем весит сам. Мы сразу подружились в день знакомства и дружим до сих пор.

Лесли Камерон, Кен Блок, Майкл Паттон, Питер Гарн, Дэ-

вид Вик, Пат Леклер и я уделяли много времени и усилий образовательной системе округа Санта-Круз, а также проблемам молодых людей всего региона, включая окружающие города. Мы работали в команде, проводя тренинги для местных преподавателей, общаясь напрямую со школами, контактируя с агентствами, ответственными за работу с «проблемной молодежью». У каждого из нас были клиенты, назначенные нам Молодежными службами (отдел Общинного консультативного центра Санта-Круза). Это была организация, предоставляющая психологические услуги жителям региона Санта-Круз. Пат Леклер был старшим психологом-наставником, а Дэвид Вик был директором программы. Оба очень серьезно и ответственно относились к своим обязанностям и контролировали всю нашу команду. Остальные из нас были консультантами и тренерами, отправившимися «в поля» свершить нечто невозможное. Дэвид Вик описал свое видение той работы в данной книге. Далее вы прочтете, каково ему было работать с нами, «людьми Мета», и какая была реакция школ и других учреждений, в которых наша команда работала по поручению Молодежных служб.

Нас восхищала возможность проявить наши умения в «реальном» мире, с теми клиентами, с которыми безуспешно работали другие психологи. Это была настоящая проверка наших идей и умений. Мы учились, добивались своих целей, мы по-настоящему любили работать с «нашими» ребятами и «нашими» школами.

К середине 1975 года многие из первого поколения «людей Мета» закончили университет и разъехались кто куда, устраивая свою жизнь. Мы все вели множество тренингов и работали в тех областях, которые нас интересовали. Стивен Гиллиген и Пол Картер плотно занимались эриксоновскими техниками, мы с Лесли – семейными системами и образованием, другие совершенствовались в своих областях. Между тем наши тренинговые группы по-прежнему регулярно собирались. Люди «из-за холма» приезжали в Санта-Круз учиться у нас. Джон и Ричард организовывали оригинальные и очень интересные тренинги. Перед проведением тренинга они встречались с «людьми Мета» и инструктировали нас, чему обучать обычные группы. Когда обычный тренинг начинался, они выделяли каждому из «людей Мета» по несколько участников (от 6 до 15), и мы проводили их через весь обучающий опыт. Забавной частью игры для нас, «людей Мета», были моменты, когда Джон или Ричард подходили к нам прямо во время тренинга и меняли цели, наблюдали нашу работу и оценивали наши способности менять цели по несколько раз в течение одного вечера. При этом в целом сохранялась последовательность и ценность всей программы тренинга для участников «из-за холма». Иногда они забирали нас из нашей группы участников и помещали в другую группу, предлагая продолжить программу, которую вел до нас другой тренер. Разумеется, мы зачастую и не знали, что делал предыдущий тренер, а Джон и Ричард нам об этом

не говорили. Мы сами должны были догадаться, что делал предыдущий тренер, проверяя и наблюдая, как правило, за невербальной реакцией людей. Да, подчас это было совсем непросто. Программа для «людей Мета» велась на другом уровне, чем программа для участников «из-за холма». Конечно, при этом они тщательно следили и контролировали, чтобы программа для новых участников велась на высоком уровне и давала им ценный опыт.

Только тогда, когда программа для обычных участников заканчивалась, и они уезжали, начиналось основательное обучение «людей Мета». Мы говорили, чему научились, как и по каким признакам узнавали, что делали другие ведущие до нашего прихода в новую группу, с какими сложностями мы сталкивались и как пытались их преодолеть – успешно или не совсем, делились мнениями о работе друг друга, подводили итоги по всему тренингу и получали обратную связь от Джона и Ричарда. Конечно, это был потрясающий обучающий опыт, не всегда простой, не всегда приносящий удовлетворение. Уверен, вы догадываетесь, что я имею в виду.

В конце 1976 или, возможно, в начале 1977 года моя жизнь круто изменилась. Ричард пригласил Лесли поехать вместе с ним, Джоном, Джудит и Эриком (моим сыном) к Милтону Эриксону. Естественно, она ухватила за эту возможность, и я был рад за нее. Когда она вернулась из поездки в Аризону, моя жизнь внезапно стала совсем иной. Вернувшись, Лесли, казалось, была совершенно ко мне безраз-

лична, она со мной почти не разговаривала и вообще едва со мной общалась. Было ясно, что что-то случилось, но я не хотел делать очевидные выводы, просто не хотел в это верить. Примерно спустя две недели Ричард пришел ко мне и сказал, что не хотел бы больше видеть меня в команде, среди участников группы в каком бы то ни было качестве. К тому времени у меня уже были и свои причины с ним согласиться. В тот день я потерял партнера по работе и жизни, мою команду, источник дохода и моих друзей (все они были «людьми Метта»). В течение нескольких месяцев, понадобившихся мне, чтобы свыкнуться с ситуацией, я жил в комнате в доме Пола Картера и Стивена Гиллигена, которые проявили по отношению ко мне необычайное великодушие и уважение. Затем в один день я собрал все свои вещи, забрал своих собак и отправился в Небраску. Примерно восемь месяцев я консультировал фермеров и «городское население» (они не любили психологов, поэтому мне приходилось работать через проповедников и священников, которые были рады профессиональной помощи) в фермерской среде, где и начиналась моя жизнь. Было забавно жить в местечке с населением 600 человек после того, как более 28 лет я провел в Сан-Диего и Санта-Крузе.

В свободное время я работал ветеринаром на добровольной основе. Я проводил много операций животным, мне нравилось общаться с фермерами, это были замечательные люди, и я посвятил всего себя ветеринарии. Я быстро подру-



жился с местным ветеринаром, от которого многому научился. Несмотря на то, что я любил это местечко, полюбил новый уклад жизни, я вновь собрал все свои пожитки, погрузил их в свое авто и, конечно, вместе со своими домашними любимцами отправился в Сан-Диего. Жизнь в Небраске казалась мне слишком медленной и слишком уж предсказуемой. Итак, я возвращался домой, чтобы все начать с нуля.

Посетив Институт транзакционного анализа в Ла-Хойя, Гештальт-институт в Пасифик Бич и Центр изучения личности опять же в Ла-Хойя (это был открытый институт под руководством Карла Роджерса), я обнаружил огромный интерес жителей Сан-Диего к изучению НЛП. Посему несколько месяцев спустя я открыл Мета Институт в Сан-Диего. Я нашел и пригласил поработать со мной в Сан-Диего некоторых «людей Мета», которые больше не участвовали в деятельности Джона и Ричарда в Санта-Крузе. К моему большому изумлению и радости, несколько ребят из самых первых групп присоединились ко мне, и мы провели замечательные четыре года жизни, изучая и преподавая НЛП психологам и бизнесменам в Сан-Диего. Мэрилин Московиц, Джефф Пэрис, Байрон Льюис и Лиза Чиара из группы Мета Санта-Круза, а также двое студентов-отличников в психологии и НЛП – Тим Крисвел и Стивен Лореи из Сан-Диего составили штат исследователей и преподавателей в Мета Институте Сан-Диего (МИСД).

В то время мы с Байроном получили докторскую степень

по программе Международного университета Соединенных Штатов, проводимой в Институте транзакционного анализа (ИТА) в Ла-Хойя. Я читал лекции в докторантуре (обучал НЛП студентов ИТА и будущих докторов), Байрон также работал с кандидатами в доктора по этой программе. Мета Институт Сан-Диего работал активно, мы вели тренинговые программы по многим направлениям, которые мы изучали и осваивали более шести лет в Санта-Крузе. Кроме того, мы накапливали новые знания и опыт в наш «багаж приемов», нам нравилось работать и общаться друг с другом.

В 1983 году меня пригласили переехать в Оклахому, чтобы вести переговоры от имени владельца и управляющего нефтяных скважин в центральных районах США. Мне было трудно отказаться от его предложения, а кроме того, он пообещал профинансировать открытие филиала МИСД. Я принял это предложение, и по традиции вместе со своими собаками вновь отправился в путь – в Норман, Оклахома. Я «благословил» коллег, остававшихся в Сан-Диего, а управление Институтом передал Мэрилин. Они еще несколько лет после моего отъезда вели программы в МИДС, затем Институт закрыли, и каждый продолжил свой путь самостоятельно.

В 1983 году в Оклахоме нефтяной бизнес переживал трудные времена (я присоединился к этому бизнесу не в лучшее время), а к середине 1984 года моя компания по тренингам НЛП (Мета Институт в Оклахоме) уже сама поддерживала

некоторых добытчиков газа и нефти, к которым я присоединился год назад. Некоторые из них, как и я, оставили нефтяной бизнес, а у Мета Института дела шли отлично. Я проводил множество тренингов по всему среднему западу и по-настоящему погрузился в культурную среду центральных штатов, даже полюбил ее.

Конечно, этому способствовали местные жители – очень консервативные и очень религиозные. Мне пришлось научиться преподавать НЛП с адекватной привязкой к библии. Это было не так трудно для парня, получившего хорошее католическое образование (я ходил в католическую школу в Сан-Диего первые 8 лет – великолепное образование для того времени). Мой опыт жизни и работы в Небраске также помог мне подготовиться к Оклахоме. Я встретил в Нормане замечательную оклахомскую девушку и женился на ней (да, снова женился). Несколько лет мы жили вместе. Она – один из самых замечательных людей, с кем мне довелось провести часть своей жизни. Мы и сегодня общаемся и заботимся друг о друге. Я работал со многими компаниями и проводил много времени в дороге. Также я проводил много времени со своим сыном Эриком, который уже тогда профессионально занялся мотокроссом. К тому времени он стал профессиональным гонщиком, я старался проводить с ним как можно больше времени. Джон Гриндер, Джудит ДеЛозье и я встречались довольно часто на его заездах, а когда у нас получалось – ходили друг к другу в гости. В то время Джон

стал отчимом моего сына, и Эрику приходилось уживаться с четырьмя «родителями». Казалось, ему нравилось общаться со всеми нами. Я надеюсь, что это так и было. Я считал, что мне здорово повезло. Если бы мне пришлось выбирать отчима для своего сына, то из всех мужчин в мире я бы выбрал Джона.

# 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.