

## Глава 1

---

### **В погоне за славой**

В каких бы условиях ни рос ребенок, он рано или поздно (если только не страдает психическим расстройством) научится взаимодействовать с другими людьми и обязательно приобретет некоторые практические навыки. Но внутри у него зреют и такого рода силы, которые невозможно ни выработать в форме навыка, ни обрести посредством обучения. Вы не сможете (даже если очень захотите) научить желудь тому, как стать дубом. Но если желудю создать условия, его внутренняя сущность раскроется сама. Таким же образом человек стремится раскрывать заложенные в нем задатки, при условии, конечно, что для этого имеются возможности. При этом он будет развивать все, что составляет уникальные живые силы его реальной сущности: чистоту и глубину своих собственных чувств, мыслей, надежд и увлечений; осознание своих возможностей; силу воли; особый дар или талант; способность к самовыражению и способность строить отношения с людьми, повинаясь голосу сердца. Когда придет время, все это станет основой его системы ценностей и жизненных целей. Короче

говоря, он будет расти *в сторону самореализации*, то есть осуществления *себя*, без резких отклонений от этого направления. Именно поэтому теперь, и на протяжении всей книги, я говорю о реальном Я как о центральной внутренней силе, общей для всех людей и все же уникальной и неповторимой. Сила *реального Я* человека и есть глубинный источник его роста<sup>1</sup>.

Только сам человек может развить способности, данные ему природой. Но чтобы «вырасти из желудя в дуб», человек, как и любой другой живой организм, нуждается в благоприятных условиях; он нуждается в «комфортной среде», которая давала бы ему ощущение внутренней безопасности и свободы, необходимые для возможности иметь собственные мысли и чувства и выражать именно *себя*. Ему так нужна добрая воля других людей не только потому, что ему в принципе необходима помощь, но и потому, что люди должны вести его по жизни и вызывать стремление стать взрослой и состоявшейся личностью. Ему нужны здоровые столкновения с желаниями и волей других людей. Следовательно, если он растет *вместе* с другими, в условиях любви и столкновений, он вырастает в соответствии со своим реальным Я.

---

<sup>1</sup> Здесь и далее, говоря о росте, я всегда подразумеваю одно и то же — здоровое свободное развитие в соответствии с индивидуальными и наследственными задатками данного человека.

Но неблагоприятные влияния могут помешать ребенку вырасти таким, каким он мог бы стать, исходя из его индивидуальных потребностей и возможностей. Эти неблагоприятные условия слишком многочисленны, чтобы перечислять их здесь. Рассматривая их в целом, мы должны признать тот факт, что окружающие ребенка люди слишком глубоко погружены в свои собственные неврозы, чтобы любить ребенка или хотя бы думать о нем как о самобытной личности; их собственные невротические потребности и реакции определяют их отношение к ребенку<sup>1</sup>. Проще говоря, дети могут быть окружены взрослыми подавляющими, гиперопекающими, запугивающими, раздражительными, сверхпедантичными, потакающими, неустойчивыми, придирчивыми, безразличными, имеющими любимчиков в ущерб другим детям и т. д. И дело не в каком-то одном качестве — очевидно, что целый набор неблагоприятных факторов препятствует росту ребенка.

В результате у ребенка развивается не чувство принадлежности, не чувство «мы», а острое ощущение уязвимости и мрачные предчувствия, для определения которых я использую термин *базальная тревога*. Ребенку кажется, что он совершенно одинок и беспомощен в мире, где все может пред-

---

<sup>1</sup> Тут имеют силу все невротические искажения человеческих отношений, изложенные во второй главе данной книги.

ставлять угрозу. Мощное давление базальной тревоги не позволяет ему относиться к другим людям так, как он их чувствует, и заставляет искать иные пути взаимодействия с ними. Он вынужден бессознательно вести себя с людьми так, чтобы это не возбуждало (или не повышало), а смягчало его базальную тревогу. Особые установки, проистекающие из подобной бессознательной стратегической необходимости, определяются как темпераментом ребенка, так и характером его окружения. Скажем, он изо всех сил может пытаться быть на одной волне с самой сильной личностью из своего окружения, либо, повинувшись духу бунтарства, восстать против своего окружения, либо захлопнуть перед другими двери своей внутренней жизни и спрятаться от них эмоционально. Проще говоря, это означает, что он может идти к людям, против людей или стремиться от них.

В здоровых человеческих отношениях эти пути не исключают друг друга. Способность принимать и дарить привязанность (открыть для нее свое сердце или не идти на поводу у чувств), способность бороться и способность находиться в одиночестве — все эти способности дополняют друг друга и являются залогом хороших отношений с людьми. Но если у ребенка базальная тревога выбивает твердую почву из-под ног, все эти три пути доходят до крайности и становятся жесткими, ригидными. Привязанность, например, переходит в цепляние, уступчивость — в угодливость и вечные компромис-

сы. Точно так же он бросается в бой (или использует любую возможность бегства) без всякой связи с тем, что он на самом деле испытывает и безотносительно того, уместна ли его установка в конкретной ситуации. Степень его слепоты и бескомпромиссности установок прямо пропорциональна интенсивности таящейся в нем базальной тревоги.

Поскольку при таких условиях ребенок чувствует потребность идти не в одном из указанных направлений, а во всех сразу, по отношению к людям у него развиваются фундаментально противоречащие друг другу установки. Три направления движения (к людям, против людей и прочь от них) образуют конфликт — его базальный конфликт с другими. Со временем ребенок пытается решить его, приняв для себя основное направление, то есть делая одну из установок (на уступчивость, на сопротивление или на отстранение) своей главной установкой.

Это первая, но никак не поверхностная, попытка разрешения невротического конфликта. Более того, она определяет русло, в котором далее пойдет невротическое развитие. И она затрагивает не только его установки по отношению к другим, но неизбежно влечет за собой также определенные изменения личности. Главная установка ребенка отвечает за развитие определенных потребностей, запретов, требует особой чувствительности и начала нравственных ценностей. Например, ребенок, уступчивый по натуре, склонен не только призна-

вать верховенство других и доверяться им, но старается быть также добрым. Аналогичным образом агрессивный ребенок начинает придавать ценность силе и способности к выдержке и борьбе.

Однако это первое решение дает интегрирующий эффект не такой устойчивый или всеохватывающий, как при невротических решениях, о которых мы будем говорить далее. Так, например, одна девочка выбрала направление к уступчивости. Эта тенденция проявлялась в слепом восхищении авторитетными лицами, в стремлении угодить и подольститься, в робости, с которой девочка выражала собственные желания, и в периодических попытках приносить жертвы. Когда ей было восемь лет, она вынесла часть своих игрушек на улицу и оставила там, чтобы бедные дети могли поиграть. О своем поступке она никому не сказала. В тринадцать лет она по-детски доверчиво пробовала найти некое мистическое растворение в молитве. Позже ее стали посещать страхи о том, как ее наказывают учителя, в которых она была влюблена. Но к девятнадцати годам, когда ее товарищи разработали план мести одному из учителей, она без колебаний к ним присоединилась: ягненочек время от времени возглавлял школьные бунты. А разочаровавшись в священнике из своей церкви, она перешла от явной глубокой религиозности к демонстративному цинизму.

Такая интеграция еще слаба (чему доказательство — наш типичный пример), и причина ее сла-

бости — отчасти в незрелости растущей личности, а отчасти в том, что раннее решение преследует цель — унификацию отношений с другими. Следовательно, у личности остается возможность и даже потребность в более устойчивой интеграции.

Подобное развитие личности вовсе не обязательно для всех. Для каждого отдельного случая существует свое неблагоприятное окружение, со своими особенностями и особенностями путей развития и с конечным исходом. Но такое развитие всегда ослабляет внутреннюю силу и цельность личности и тем самым порождает определенные витальные потребности, чтобы компенсировать возникшую ущербность. Хотя потребности тесно переплетены, мы можем выделить их основу.

Ранние попытки разрешения своих конфликтов с другими не означают, что индивид «собрал» свою личность в одно целое, на самом деле он нуждается в более устойчивой и всеобъемлющей *интеграции*.

По многим причинам ему не представилось шансов развить настоящую уверенность в себе: все его внутренние силы были брошены на защиту, они поглощались по причине разделенности его личности, рассеивались в пустоте на том пути, на котором его раннее «решение» положило начало одностороннему развитию, тем самым делая невозможным конструктивное использование огромных областей его личности. Следовательно, он отчаянно нуждается в уверенности в себе или в каком-то ее заместителе.

Он живет не в вакууме и, сравнивая себя с другими, чувствует себя не просто слабым, а в некотором роде менее основательным, менее подготовленным к жизни. Если бы у него было чувство принадлежности, то чувство неполноценности в сравнении с остальными не стало бы преградой на пути к развитию. Но поскольку в обществе силен дух конкуренции, индивид, которому кажется, что он находится в самом его низу, изолирован и окружен врагами (а у него именно такое чувство), может почувствовать только настоятельную потребность *поставить себя над другими*.

Более фундаментальным, чем эти факторы, является его начинающееся отчуждение от себя. Подлинной сущности его личности не только не дано расти и взростеть; хуже того, — потребность вырабатывать искусственные, военно-стратегические способы взаимодействия с другими людьми вынуждает его подавлять свои искренние, истинные чувства, желания и мысли. Чем больше безопасность становится для него главенствующей, его самые сокровенные чувства и мысли приобретают все меньшее значение — фактически их следует заставить замолчать и превратиться в зыбкие тени. (Неважно, что ты чувствуешь, лишь бы только находиться в безопасности.) Его чувства и желания, таким образом, перестают быть определяющими факторами; он больше не идет по жизни, — его куда-то ведет. Кроме того, внутренняя раздробленность не только его ослабляет, но и усиливает его

самоотчуждение, добавляя к ней растерянности; он больше не знает, где он и кто он.

Это зарождающееся самоотчуждение более фундаментально, так как придает другим искажениям развития вредоносный потенциал. Это легко понять, если представить себе, что случилось бы, если бы другие процессы могли протекать без такого отчуждения от живого ядра личности. В этом случае у человека были бы конфликты, но они не повсеместные; его уверенность в себе (само это понятие указывает, что вначале нужно обрести этого «себя», чтобы быть в нем уверенным) пошатнулась бы, но не была бы вырвана с корнем; и его внешние отношения с другими претерпели бы изменения, но до внутреннего разрыва отношений с людьми дело бы не дошло. Следовательно, несмотря на то что подлинное существо человека заменить невозможно, самоотчужденный человек более всего нуждается в чем-то, что давало бы ему опору, давало *ощущение самотождественности*, ощущение быть самим собой. Это возвысило бы его в собственных глазах и, несмотря на всю слабость основания его личности, придавало бы ощущение силы и значительности.

Если благоприятные внутренние обстоятельства не меняют внутреннее состояние человека так, чтобы он мог освободиться от вышеперечисленных потребностей, есть только один путь, которым он, по-видимому, может удовлетворить их, причем одним махом. Это путь воображения. Постепенно

и бессознательно воображение включается в работу и создает в его сознании *идеальный образ Я*. В воображении он наделяет себя безграничной силой и необычайными способностями: он становится героем, гением, чудо-любовником, святым, божеством.

За самоидеализацией неизбежно следует всемерное прославление себя, что дает человеку столь необходимое ему ощущение значительности и превосходства. Но это никоим образом не слепое самовозвеличивание. В каждом случае собственный идеальный образ складывается из суммы личных переживаний, ранних фантазий, особых потребностей и присущих личности дарований. Именно так образ получается собственным, в противном случае и человек не добился бы ощущения тождества с этим образом и чувства внутренней цельности. Для начала в процесс идеализации проводится принятое им особое «решение» своего базального конфликта: уступчивость становится добротой, любовью, святостью; агрессивность становится силой, лидерством, героизмом, всемогуществом; уход от людей становится мудростью, самодостаточностью, независимостью. А то, что (в его видении) кажется ущербностью или пороком, всегда затемняется или затушевывается.

У него есть три варианта того, как поступить с тенденциями, противоречащими главной. Во-первых, он может прославлять и их тоже, но все же задвинуть на задний план. Например, иногда только в ходе психоанализа выясняется, что агрессивный

человек, который любовь считает недопустимой слабостью, создал не только идеальный образ себя как рыцаря в сияющих доспехах, но и образ себя как чудо-любовника.

Во-вторых, все противоречащие друг другу тенденции можно, исключая прославление, настолько изолировать друг от друга в сознании, что они не будут вступать в серьезный конфликт. Один пациент создал образ себя — благодетеля человечества, мудреца, достигшего умиротворенной самодостаточности, и образ себя, убивающего врагов не дрогнувшей рукой. Для него эти стороны образа себя (обе бывшие сознательными) не только не исключали друг друга, но даже не вступали между собой в конфликт. Это устранение конфликта путем изоляции противоречий описал Стивенсон в романе «Странная история доктора Джекила и мистера Хайда».

В-третьих, противоречащие тенденции можно преподнести как позитивные способности, как обогащающие друг друга грани богатой личности. В других работах<sup>1</sup> я приводила пример того, как одаренный человек развернул свою тенденцию к угодливости в Христово смирение, агрессивную тенденцию — в уникальную способность к политическому лидерству, а отчужденность от людей — в мудрость философа. Следовательно, все три аспекта его базального конфликта были сразу

---

<sup>1</sup> См. «Наши внутренние конфликты».

и восславлены, и примирены друг с другом. Он стал видеть себя кем-то вроде современного эквивалента *универсального человека* эпохи Возрождения.

В конце концов, человек может прийти к отождествлению себя со своим цельным идеальным образом *Я*. В этом случае он больше не лелеет тайно иллюзорный образ себя; он незаметно сливается с ним; идеальный образ *Я* становится идеальным *собой*, идеальным *Я*. Идеал становится для человека чем-то более реальным, чем его реальное *Я*, и не потому, что идеал более привлекателен, а в первую очередь потому, что он отвечает всем его насущным потребностям. Это смещение центра тяжести — целиком внутренний, глубинный процесс; мы не заметим в человеке каких-то внешних изменений. Перемена происходит в ядре его сущности, в его самоощущении. Это любопытный, исключительно человеческий процесс. Вряд ли коккер-спаниелю придет в голову, что «на самом-то деле» он ирландский сеттер. Начинаются перемены, только если человек уже затемнил, затушевал свою реальную сущность. В этой фазе развития здоровым направлением движения развития (как и на *любой* другой) для него было бы движение к своему реальному *Я*, вместо этого он все более удаляется от него в сторону идеала. Идеальный «он» становится воплощением для него того человека, которым он «на самом деле» является, или же его потенциал, то есть того, кем он мог или должен бы был быть. Идеальный «он» становится для него пьедесталом,

с которого он себя созерцает, мерой, которой он себя мерит.

Идеализация себя, или самоидеализация, во всех аспектах представляет собой то, что я предлагаю называть *всеобъемлющим невротическим решением*, то есть решением не только какого-то частного, отдельного конфликта, но решением, которым возможно удовлетворить все внутренние потребности человека на данный момент. Более того, она не только может стать средством избавления от болезненных и невыносимых ощущений (от тревоги, от чувства страха «скатиться по наклонной», от комплекса своей неполноценности и внутреннего разлада), но и рисует перспективу чудесным образом придать совершенство его жизни и ему самому. И естественно, что, когда он поверит, что нашел такое решение, он держится за него намертво. Не удивительно, что решение становится *компульсивным*<sup>1</sup>, если возьмем на вооружение удачный психиатрический термин. Самоизоляция при неврозе мы наблюдаем постоянно, что является результатом постоянства, с которым в склонном к неврозу окружении возникают и плодятся компульсивные потребности.

У нас есть две перспективные точки зрения на самоидеализацию: она представляет собой логический исход раннего развития и определяет начало

---

<sup>1</sup> Точное значение термина «компульсивность» мы обсудим позже, когда получим более полное представление о дальнейших ступенях обсуждаемого решения.

нового; она в любом случае оказывает важное влияние на дальнейшее развитие, потому что просто не существует другого последовательного шага, который можно было бы предпринять в данной ситуации, помимо удаления от реального Я. И все же главная причина ее поистине революционного эффекта лежит в другом неявном смысле этого шага. *Энергия, питающая движение к самореализации, обращается на другую цель — на превращение в действительность идеального Я.* Этот сдвиг означает не что иное, как смену курса всей жизни и развития человека.

В последующих главах этой книги мы проследим, какими многосложными путями данный сдвиг направления развития формирует личность в целом. Его непосредственная работа — не позволить самоидеализации остаться сугубо внутренним процессом, а вытолкнуть ее наружу, заставить ее вписаться в жизнь человека. Человек ощущает потребность выразить себя или, скорее, испытывает к этому влечение. И это означает, что он хочет выразить идеального *себя*, доказать идеал действием. Этим стремлением проникнуты его желания, цели, образ жизни, отношение к людям. В результате самоидеализация неизбежно перерастает в более всеохватывающее влечение, природа и направленность которого дает нам основания назвать его *погоней за славой*. Его ядром остается самоидеализация. Остальные элементы, всегда присутствующие, хотя и с разной силой и степенью осознанности у каждого конкретного индивида, — это потребность в со-

вершенстве, невротическое честолюбие и желание взять реванш.

Среди влечений к воплощению в действительность идеального себя *потребность в совершенстве* — максимально радикальная. Она не согласна на меньшее, чем переделка всей личности в идеал. Подобно ситуации в пьесе Бернарда Шоу «Пигмалион», невротик задается целью не просто отретушировать и приукрасить прежнего себя, но полностью переделать себя, вылепить некое совершенство, соответствующее особенностям своего идеального образа. На помощь он привлекает целую сложную систему долженствований и табу, «*надо*» и «*нельзя*». Так как этот процесс важен и очень сложен, его обсуждению будет отведена отдельная глава<sup>1</sup>.

Среди элементов погони за славой наиболее мотивирующим и направленным вовне является *невротическое честолюбие*, влечение к внешним достижениям. Несмотря на то что это влечение к превосходству действительно всепроникающее и требует превосходства во всем и везде, обычно оно сильнее всего проецируется на те области, где превосходство на самом деле достижимо для данного человека в данное время. Следовательно, на протяжении жизни его честолюбивые устремления осознанно и неоднократно могут менять направление, причем неоднократно. В школе его может

---

<sup>1</sup> См. главу 3 «Тирания “надо”».

ожидать невыносимое унижение от того, что его оценки не самые лучшие в классе. Позже он может столь же компульсивно стремиться иметь на своем счету самое большое количество свиданий с самыми красивыми девушками. Еще какое-то время спустя он может быть одержим желанием стать финансовым магнатом или великим политическим деятелем. Такие перемены легко ввергают в определенный самообман. Тот, кто видел себя только величайшим спортсменом или воином-героем, в другое время с такой же страстью настраивался быть величайшим святым. При каждой смене направления он думал, что амбиций больше не осталось. Или же он может решить, что заблуждался и спортивные или военные подвиги — не то, что нужно ему «на самом деле». И в таком случае он-таки не понимает, что по-прежнему плывет под парусом честолюбия, но другим курсом. Конечно, важно проанализировать в деталях, что заставило его сменить курс именно в тот, а не иной момент. Я специально выделяю эти «изменения курса» потому, что они показывают, что люди, находящиеся в тисках честолюбия, очень мало привязывают свою деятельность к ее *содержанию*. Превосходство само по себе — их цель. Если не связывать эту деятельность с ее содержанием, многие «изменения курса» и вовсе покажутся необъяснимыми.

Для серьезной дискуссии не так важно, в какую именно область деятельности устремляется честолюбие. Оно всегда сохраняет свои характерные

черты, независимые от цели, будь то лидерство в своем кругу, репутация блестящего собеседника или законодателя моды, слава ученого или музыканта, популярность светского льва или писателя. Однако общая картина во многом зависит от природы желанного успеха. Навскидку его можно грубо разделить на две категории: власть (непосредственная власть, власть за спинкой трона, влияние, возможность манипулировать другими) и престиж (репутация, признание, популярность, восхищение, особое внимание).

Эти честолюбивые стремления — самые реалистичные из экспансивных (или захватнических) стремлений. Во всяком случае, это верно хотя бы потому, что люди, их имеющие, прикладывают реальные усилия ради достижения превосходства. Эти стремления представляются более реалистичными еще и потому, что при некоторой удаче карьеристы действительно достигают славы, почестей, влияния. Но, с другой стороны, став обладателем богатства, почестей, власти, они вместе с тем начинают ощущать, насколько бессмысленна эта погоня. В их душе по-прежнему нет спокойствия, удовлетворенности жизнью. Они гнались за призраком славы, надеясь избавиться от внутреннего напряжения, но оно не ослабевает ни на йоту. И поскольку это не единичный случай, а неизбежный результат, мы вправе заключить, что нереалистичность всей этой погони за успехом — ее неотъемлемое свойство.