

Тенденция к созиданию

В возрасте 76 лет Карл Роджерс по прежнему ведет очень активный образ жизни. Только за 1977 год он возглавил команду из пяти человек из Центра Изучения Человека в бразильском проекте, где были организованы большие группы встреч в рамках феноменологического подхода; занимался подготовкой бразильских фасилитаторов для мастерской в Бразилии с 200 участниками; опубликовал книгу «Карл Роджерс о силе личности» (Delacorte); в пятый раз работал с персоналом на двухнедельном летнем тренинге «Человекоцентрированный подход: процесс индивидуального роста и социальной вовлеченности» и участвовал вместе с мексикано-американскими сотрудниками в проведенном в Мексике тренинге для тех, кто работает с людьми, подвергающимися социальному угнетению. Кроме того, он участвовал в одном из четырех симпозиумов Американской Психологической Ассоциации «Чествование Карла Роджерса в его 75-летие». Дальнейшие планы связаны с межкультурными и человекоцентрированными тренингами в Бразилии, Испании и Англии. И несмотря на все это, Карл Роджерс находит время для длительных прогулок по берегу моря и ухода за своим садом.

Я очень часто говорил о том, что, работая с людьми индивидуально и в энкаутер-группах, я пришел к убеждению, что человеческая природа по своей сути конструктивна. Когда в рамках психотерапевтического климата (параметры которого могут быть объективно определены) человек начинает точно осознавать свои внутренние переживания, влияния и требования окружающего мира, таким образом получая полный спектр возможностей, он стремится двигаться по тому пути, на котором он формируется как социально конструктивный организм.

Однако многие относятся к этому мнению критично. Почему такое позитивное направление наблюдается только у людей? Может быть, это лишь чистый оптимизм?

Поэтому, с некоторой долей сомнения, так как здесь я должен опираться на работы и идеи других авторов, а не на свой личный опыт, я хочу попробовать рассмотреть эту конструктивную тенденцию в гораздо более широком контексте. Я буду опираться на свои общие научные познания, но хочу особо подчеркнуть, что многое в этом плане извлек из книги Ланселота Уайта «Вселенная опыта» (1974) — последней книги, написанной им перед смертью. Хотя книга имеет свои недостатки, мне кажется, что этот историк может нам дать очень много пищи для размышления. Многие я почерпнул и из работ других авторов.

Моя главная мысль такова: в нашей вселенной существует некая тенденция к созиданию, проявления которой можно наблюдать на всех

уровнях. И этой тенденции уделяется гораздо меньше внимания, чем она того заслуживает.

Ученые-физики до сих пор в основном сосредотачивают свое внимание на энтропии, тенденции к разрушению. Об этой тенденции к разупорядоченности им известно очень много. Изучая закрытые системы, они могут четко, математически ее описать. Они знают, что порядок и организация стремятся к распаду и хаосу, так что на каждой стадии существования система менее упорядочена, чем на предыдущей.

Мы отлично знакомы с явлением распада в живой природе. Любая система — неважно, растение ли это, животное или человек — в конце концов изнашивается, степень ее функциональной организации снижается, система становится все менее и менее упорядоченной, до тех пор пока этот распад не приведет к гомеостазу. В некотором смысле медицина как раз и занимается этой проблемой — функциональными неисправностями или постепенным разрушением органа или всего организма. Сложный процесс умирания организма становится все понятнее.

Так что очень многое известно об универсальной тенденции различных систем на всех уровнях к разрушению, их склонности двигаться в направлении все меньшей и меньшей упорядоченности, ко все большей и большей хаотичности. Когда этот процесс запущен, обратного пути уже нет.

Но гораздо меньше внимания уделяется более важной тенденции — созидательной, которую можно в равной степени часто наблюдать на любом уровне организации вселенной. Ведь всякая форма, которую мы видим или знаем, возникла из более простой, примитивной формы. Это явление по меньшей мере такое же значимое, как энтропия. Примеров тому — масса, как в живой, так и в неживой природе. Позвольте мне привести лишь несколько из них.

Сейчас известно, что каждая галактика, каждая звезда и планета, включая нашу, сформировалась из менее упорядоченного вихря частиц. Многие из этих звездных объектов сами по себе являются формирующими. В атмосфере нашего солнца молекулы водорода сталкиваются, образуя молекулы гелия, более сложные по своей природе. Существует гипотеза, что на других звездах и более тяжелые молекулы формируются посредством таких взаимодействий.

Как я понимаю, когда простые составляющие атмосферы земли, которые появились задолго до зарождения жизни (вода, аммиак) подвергались воздействию электрических зарядов или радиации, начали формироваться более тяжелые молекулы, которые потом превращались в аминокислоты. А здесь всего шаг до образования вирусов и более сложных живых организмов. Это уже созидательный, а не разрушительный процесс.

Другой впечатляющий пример — формирование кристаллов. В каждом таком случае из менее упорядоченного и менее симметричного жидкого

вещества появляется поразительно уникальный, упорядоченный, симметричный и часто красивый кристалл. Все мы хоть раз в жизни поражаемся красоте и сложности снежинки.

Когда мы рассматриваем отдельную живую клетку, мы часто обнаруживаем, что она образует более сложные колонии, как, например, при росте кораллового рифа. Еще больше упорядоченности мы видим, когда клетка становится частью организма, состоящего из множества специализированных клеток, каждая из которых выполняет свою функцию.

Мне не нужно здесь рассказывать обо всем последовательном процессе эволюции живых организмов. Все мы знакомы с концепцией постоянного увеличения сложности организмов. Конечно, не все они успешно справляются с изменениями среды, но тенденция к усложнению всегда очевидна.

Возможно, для большинства из нас процесс эволюции живого проще всего понять, рассматривая созревание одной оплодотворенной человеческой яйцеклетки, как она проходит все стадии организации, начиная с самых простых, до стадии водных жабр и далее до появления чрезвычайно сложно устроенного, высокоорганизованного организма младенца. Как сказал Джонас Салк, в эволюции мы видим явную, все возрастающую упорядоченность.

Таким образом, не игнорируя тенденцию к распаду, нам необходимо глубже понять то, что Уайт (1974) назвал «морфической тенденцией», — постоянно действующую тенденцию к увеличению упорядоченности и взаимосвязанной сложности, проявляющейся на уровнях неорганической и органической природы, включая человека. Вселенная всегда стремится строить и создавать, а не только разрушать. Джонас Салк отмечает, что во всем этом процессе сознание играет очень небольшую роль. И я склонен согласиться с ним. Много лет назад я приводил метафору, в которой рассматривал человеческий организм как пирамиду, состоящую из различных биологических функций, которые лишь отчасти заполнены неким бессознательным знанием, и только самая верхушка этой пирамиды чуть освещена мерцающим светом полной осознанности. Поэтому мы на самом деле гораздо умнее (говоря с точки зрения организма), чем наш интеллект, чем наше сознание. По всей видимости, однако, человеческий организм постоянно движется ко все более полному развитию осознанности — возможно, высшей из человеческих функций.

Некоторые мои коллеги говорят, что организмический выбор — выбор в пользу невербального, неосознанного — определен ходом эволюции. Я согласен с этим и хочу двинуться еще на шаг вперед. В психотерапии мы научились создавать психологические условия, которые наилучшим образом помогают развитию самоосознания. Чем выше уровень осознанности, тем более осознанный выбор может сделать человек, выбор, не обремененный

интроспектами, сознательный выбор, который созвучен течению эволюции. Это некое «организмическое сближение» (по выражению Клаудио Наранхо) с таким направленным эволюционным процессом.

Я хочу привести в качестве примера слова Грегори Бейтсона. Он как-то сказал, что никогда в своей жизни не совершал никакого выбора, что он плывет как пробка по сходящимся и расходящимся потокам идей, собственных и почерпнутых извне. Я осмелюсь предположить, что чем больше эта самая «пробка» *осознает* — не только свои и чужие *идеи*, но и постоянный поток чувств, эмоций и физиологических реакций, которые он ощущает в себе и в других, тем больше шансов, что она плывет в том же направлении, который согласуется с эволюцией. Таким образом сознание может участвовать в этой творческой, созидающей тенденции.

Но затем Стэн Гроф и Джоан Халифакс (и другие) вывели нас за привычный уровень осознанности. Их исследования выявили, что в измененных состояниях сознания люди чувствовали связь с потоком эволюции и ухватывали его смысл, и что он ведет к трансцендентальному переживанию единства. «Я» человека кажется растворенным в некой целостной сфере высших ценностей, прежде всего красоты и гармонии.

Подытоживая, я бы хотел предложить гипотезу, пока еще весьма приблизительную, но которую я для ясности постараюсь выразить точными словами.

Гипотеза заключается в том, что, по всей видимости, во Вселенной существует некая созидающая, направленная тенденция, которую можно обнаружить и наблюдать в космическом пространстве, в кристаллах, в микроорганизмах, в живой природе, в людях. Это эволюционная тенденция к большей упорядоченности, большей взаимосвязанности, большей сложности. В человеке эта тенденция проявляется в движении от единственной исходной клетки к сложным функциям организма, затем к осознанности и чувствованию за границами сознания, затем к осознанию разумом собственного организма и внешнего мира и, наконец, к трансцендентальной осознанности единства всего Космоса, включая людей.

Мне кажется, что именно эта гипотеза может стать тем основанием, на котором мы начнем строить теорию гуманистической психологии.

Карл Роджерс