Путь наименьшего сопротивления

Автор:
Роберт Фритц

Путь наименьшего сопротивления

Роберт Фритц

Подход автора основан на предпосылке о том, что энергия всегда движется по пути наименьшего сопротивления. Так и жизнь человека протекает под воздействием шаблонов поведения и мышления. Они укоренились в подсознании, но мы можем определить, что это за шаблоны и как все изменить. Это не самая простая книга, но, если вы найдете в себе силы ее прочитать и понять, она изменит вашу жизнь. Будет интересна всем, кто хочет раскрыть свой творческий потенциал и сознательно и полноценно проживать каждый новый день.

На русском языке публикуется впервые.

Роберт Фритц

Путь наименьшего сопротивления

Robert Fritz

The Path of Least Resistance

Learning to Become the Creative Force in Your Own Life

Издано с разрешения Random House, a division of Random House LLC, и агентства Nova Littera SIA

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

© Robert Fritz, 1984, 1989 All Rights Reserved. This translation is published by arrangement with Ballantine Books, an imprint of Random House, a division of Random House LLC

© Издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2015

* * *

Моему сыну Ивану

Предисловие к новому изданию

Поначалу, решив внести «небольшие» правки в книгу «Путь наименьшего сопротивления», я думал, что задача это несложная. Я планировал обновить 20 процентов содержания и добавить немного нового материала, но после прочтения старого издания обнаружил, что мне хочется ее переделать. В итоге я переписал примерно 70 процентов текста.

Книга посвящена аспектам творческого процесса, и мне захотелось поделиться историей ее переработки. Меня ничто не вынуждало серьезно править текст: в первом издании книга привлекла к себе внимание, хорошо продавалась и для многих оказалась полезной. Но когда я начал готовить ее к переизданию, то понял, что могу сказать на эту тему больше, чем четыре года назад. Возникло

новое видение книги, и, сравнивая с ним первую версию текста, я осознал, сколь велики расхождения. Захотелось написать новую книгу, реализовать сегодняшнее видение. В творческом процессе это вполне нормально, и я еще не раз скажу о том, как велика сила и польза расхождений в творчестве.

Когда я задумался о переработке «Пути наименьшего сопротивления», мысль не вызвала во мне энтузиазма. Внесение правок казалось сродни отступлению, возвращению к прошлой жизни. Но стоило мне засесть за работу, как я внезапно осознал: передо мной открывается возможность обновить свои идеи и выразить себя по-новому. В этом факте отражается другой принцип творческого процесса, а именно: никакие теории не способны описать, как сложится творческий процесс. Невозможно предсказать, какие радости и разочарования он преподнесет. И от этого все становится еще более волнующим.

Процесс творчества – живой процесс. Импровизация. Это и обряд, и стиль жизни; и наслаждение, и мучение. Занятие творчеством вызывает такие мощные переживания, какими, кажется, мало что способно нас одарить. В книге нашли отражение результаты работы, которая велась на протяжении последних 15 лет, что существует курс «Технологии творчества». Учебный план курса разрабатывается и осуществляется одной из основанных мной компаний, DMA.

Преподавать принципы творческого процесса – один из самых действенных способов помогать людям. Помогать им учиться и добиваться тех результатов, которые они хотели бы видеть реализованными. На мой курс приходят люди из разных стран, с разным образом жизни и образованием. Занятия проводятся и в крупнейших корпорациях, и в образовательных учреждениях, и даже в колониях строгого режима. Из своего богатого опыта я вынес одно важное наблюдение: большинство людей способны научиться творить.

Понятия творчество и креативность используются так часто, что уже изрядно поизносились. Мне как профессиональному композитору и исполнителю никогда не нравилось, что этими терминами описывают отнюдь не креативные действия. Творчество и креативность, о которых я пишу, пришли к нам из истории искусства и науки, а не из психологии или движения за развитие человеческого потенциала, мышления в духе нью-эйдж[1 - Нью-эйдж («новая эра», англ.) – совокупность течений и движений синкретического и эзотерического характера. На Западе их расцвет пришелся на 1970?е годы, в России – на 1980–1990?е. Прим. перев.], управленческого тренинга или метафизики, использующих слова «творчество» и «креативность» в ином, как правило, весьма туманном значении.

Слушатели «Технологий творчества» обучаются творческому процессу, который применяют художники – чтобы рисовать, архитекторы – чтобы проектировать здания, композиторы – чтобы писать музыку, кинематографисты – чтобы снимать фильмы. На наших занятиях люди учатся творить, фокусируясь не только на конкретных результатах, но и на своей жизни. Мало кто привык думать о жизни как об объекте творческого процесса, но когда слушатели начинают применять принципы творчества к собственной жизни, она у них меняется.

Творчество – это умение, которое можно развивать. Вы можете совершенствоваться в нем, если будете упражняться – неделю за неделей, месяц за месяцем, год за годом. Эта книга станет лишь вступлением, но оно может привести к настоящей перемене. Экспериментируйте с описанными здесь принципами, начните работать с творческим процессом в самых разных областях. Многие из этих принципов уникальны, хотя читатели нередко говорят, что они показались им знакомыми. Может, просто эти принципы продиктованы здравым смыслом? И да и нет. Действие описанных в книге принципов вы можете заметить и в собственной жизни. В этом смысле они вам знакомы.

Но в книге «Путь наименьшего сопротивления» открывается и другой мир: мир структур. Большинство из нас никогда не сталкивались с темой структур и их влияния на нашу жизнь. Для многих существование структур, определяющих образ жизни человека, станет открытием. Когда вы начнете их изучать, некоторые из повторяющихся событий и моделей развития ситуаций в вашей жизни станут вам понятны. Вы начнете осознавать, как возникают эти модели, почему вам раньше не удавалось избавиться от нежелательных моделей и как вы можете сформировать новые структуры, которые приведут вас к желаемому типу обстоятельств.

С момента выхода в свет первого издания книги я получил огромное количество писем от людей со всего мира, которым удалось начать новую, ориентированную на созидание жизнь. Эти письма – настоящий источник вдохновения. Моя работа помогла людям изменить свою жизнь, и я за это бесконечно благодарен.

Роберт Фритц,

октябрь 1988 года

Введение

В начале 60?х, когда я обучался на кафедре сочинения в Бостонской консерватории, мне открылось: чтобы писать музыку, мало знать и применять гармонию, контрапункт, форму и структуру, которые нам преподавали. В труде композитора обнаружилось высшее, надмузыкальное измерение. Оно манило и поражало меня. Я никак не мог понять, что за неуловимое, невидимое, безымянное свойство отличает истинные шедевры искусства – и не преподается ни в одной консерватории.

Постепенно я стал замечать общие законы и принципы творчества, будь то в музыке, живописи, скульптуре, драматургии, кино или поэзии. Более того: оказалось, что и повседневная жизнь людей искусства строится по тем же принципам и законам. Меня – композитора и музыканта – творческий процесс всегда привлекал тем, что в нем задействованы все измерения и грани человеческого бытия: от интеллектуального начала до духовного, от логического до интуитивного, от субъективного до объективного, от технического до философского, от научного до религиозного.

Созидатель – для большинства людей загадка, ведь он воспринимает и примиряет, казалось бы, явные противоречия. Для творческого человека вообще нет противоречий: есть противоположности, которые надо уравновешивать. Так велосипедист переносит вес с одной стороны на другую и сохраняет баланс. Созидатели живут в нескольких мирах одновременно, и каждым из этих миров управляют собственные законы. Когда созидатель творит, множество вселенных смыкаются. Физики, исследующие пространственно-временной континуум, нередко получают запредельный и даже мистический опыт при погружении в тайны мироустройства. Творцы переживают подобное откровение, когда созданные ими миры являют им плод собственного труда. Так что для меня как композитора было естественно выйти за пределы музыки и обратиться к общим принципам творческого процесса.

Исследования подводили меня к двум разным, но взаимосвязанным сферам: метафизике и природе. Я начал изучать метафизические концепции в начале 60?х, и многое из того, что попалось мне на глаза, было проникнуто догматизмом и суеверием. Впрочем, я нашел идеи, которые при верном применении могут высвободить дух. Один из постулатов – связь между

поступками и условиями, в которых мы находимся. Адепты метафизики пытаются раскрыть законы, управляющие мирозданием, чтобы каждый человек мог стать творцом своей судьбы. Общая идея примерно такова: пойми, как устроена вселенная, и действуй по ее правилам. Тогда, быть может, поступки принесут плоды – духовные, материальные или психологические. Я изучал метафизические течения несколько лет и утратил к ним интерес. Годы, которые я провел, сочиняя музыку, дали мне куда более плодотворный опыт во всем, что так стремятся постичь метафизики. Для себя я заключил: творчество – лучшее окно в тайны вселенной.

Второй областью живейшего интереса для меня стало изучение органической природы. Я любил прогуливаться в лесах, наблюдая циклы развития, взаимосвязь явлений и сил, рост и увядание и то, как любая частица влияет на другие частицы этой сложной системы. Я был невероятно вдохновлен, когда обнаружил закономерности, которые смог использовать при сочинении музыки. Благодаря этим открытиям мне удалось придумать новые музыкальные формы и структуры и гораздо глубже, чем прежде, понять уже существующие, например сонату-аллегро.

Получив степень магистра музыкальной композиции, я переехал в Нью-Йорк, а затем – в Лос-Анджелес, где играл в оркестре. В те годы я много узнал о творчестве, ведь мне посчастливилось работать с крупнейшими мировыми талантами. При взгляде изнутри оказалось, что творческая деятельность – совсем не то, чему нас учили в консерватории. Я ощутил разницу между профессионалами, которым необходимо созидать постоянно, и академиками, у которых такой нужды нет. Требования ремесла порождают иной стандарт качества и иную шкалу для оценки творчества – с учетом пользы и отдачи, с уклоном в практику.

В 1975 году, когда я вновь поселился в Бостоне, меня часто просили поделиться тем, что я знаю о творчестве и искусстве. Тогда мне не приходило в голову создать центр или школу, где учили бы основам творческого процесса. Я позвонил двум-трем толковым друзьям и предложил им набросать план курса, который помог бы людям сделать жизнь более плодотворной. Я надеялся, что они разработают программу, а я порекомендую ее всем желающим. Когда я снова позвонил им и спросил про итоги затеи, они ответили, что встретились и чудесно пообедали в итальянском ресторане, но не дошли до обсуждения курса. В конце концов я разработал его сам. Первый цикл семинаров я провел в 1975 году и тут же пристрастился к преподаванию. Результаты, которых

добились многие ученики, меня приятно изумили.

Одна из слушательниц придумала себе новую карьеру – выездного консультанта для фирмы, занимающейся высокими технологиями. До того она работала в одной из крупнейших компьютерных компаний Новой Англии, но положение у нее там было тупиковое (она просидела на своей должности более 12 лет). В ходе занятий женщина решила, что ей нужны интересная работа, путешествия, встречи с энергичными людьми и высокая зарплата. К четвертой неделе семинаров она перешла на новую должность, которой в их фирме ранее не существовало. Сначала моя слушательница пришла со своими идеями к начальнику отдела, который заявил, что все это невозможно. Не растерявшись, она села дорабатывать концепцию и еще через четыре дня прорвалась на прием к старшему вице-президенту. Он тоже не понимал, зачем вводить новую штатную единицу, но моя слушательница была так убедительна, что вице-президент решил учредить для нее должность. Идея оказалась столь дельной и плодотворной, что уже через год она получила отдел с немалым бюджетом.

Другой мой студент был автомехаником. Он работал в сети ремонтных мастерских, но мечтал переехать на Юго-Запад и открыть автосервис. Используя приемы того, как претворить желание в активное действие, он нашел ресурсы и контакты и через полгода стал совладельцем крупной автомастерской в Санта-Фе. Остальные ученики тоже начали чаще добиваться нужных им результатов. Некоторым удалось выстроить прекрасные отношения, найти интересную работу, добиться карьерного роста, улучшить здоровье. Но самая важная перемена касалась не конкретных достижений, а обретения новой способности. Они стали иначе относиться к жизни. Вместо того чтобы плыть по течению или чувствовать себя заложниками обстоятельств, они обнаружили, что могут действовать и творить в любых обстоятельствах. Новое мировоззрение возникло благодаря развитию способности к созиданию. Лучший итог нашего творческого курса – то, что они научились претворять в жизнь важные для них идеи.

Вскоре я основал творческий учебный центр DMA. Мы ставили целью обучать желающих основам созидательного процесса, для чего я разработал план курса «Технологии творчества». Я выбрал для названия латинские буквы D, M и A в силу того значения, которым они наделены в каббале. D – символ созидательного начала, или же творческого разума. M обозначает сфокусированное и освобожденное сознание, а в букве A зашифрована жизненная энергия, дыхание жизни (прана). Таким образом, творческое начало при помощи нашего сознания высвобождает жизненную силу. Или, может, лучше

сказать так: творчество выражает всю высоту человеческого духа.

В тот период я начал готовить преподавателей для курса «Технологии творчества» и семинаров в DMA, продолжая исследовать все, что порождает в жизни ощутимые изменения к лучшему. Сейчас в США, Канаде, Англии, Швеции, Голландии, Германии, Франции и еще нескольких европейских странах, а также в Австралии, Африке и Индии работают более тысячи инструкторов и консультантов по технологиям творчества. На данный момент нашу программу прослушали более 50 тысяч выпускников.

В конце 70?х видный специалист по организационной деятельности Чарли Кифер пригласил Питера Сенге, Питера Штроха и меня присоединиться к нему и вместе создать «Инновационный ресурс» – компанию, миссией которой была помощь в выстраивании профессиональных структур на основе творческого подхода. Наша компания стала одной из самых передовых. В 1980 году я разработал систему, позволяющую выделять, осмыслять и преобразовывать структурные модели, управляющие человеческим поведением. Для меня это было важным открытием: я замечал, что шаблоны неизбежно приводят к нервным расстройствам и сбоям в работе. Я обозначил это поле как исследование макроструктурных моделей.

Меня всегда привлекало изучение структур – музыкальных, живописных, системных, в особенности органических, порядка вещей в природе. Применив структурный принцип к развитию личности, я обнаружил, что многие традиционные методики личностного роста и раскрытия потенциала лишь закрепляют ограничивающие нас модели и шаблоны, а результат часто бывает противоположным задуманному. Новый структурный подход уже опробовали психотерапевты, причем с большим успехом. Многие пациенты и клиенты психоаналитиков, использующих макроструктурные модели, отмечают, что в их жизни произошли резкие изменения, прежде казавшиеся невозможными.

В начале 80?х я основал Институт личностной эволюции – некоммерческое научно-образовательное учреждение, которое занялось исследованиями и разработкой структурных подходов к личностному росту в области психологии, психотерапии, образования и организационного развития. По итогам работы со структурой и процессом творчества в 1981 году я внес кардинальные изменения в учебную программу DMA. Инструкторы нашего центра почти сразу отметили: ученики стали добиваться замечательных результатов и достигли существенных перемен в жизни. Еще важнее, что перемены эти были поистине

глубинными и слушатели приходили к ним с гораздо большей охотой. Обновление происходило за счет сдвига основных структур – то есть самого подхода, отношения учеников к жизни.

В 1984?м я разработал для консультантов систему, позволявшую выявить и изменить глубинные структуры в личной и профессиональной жизни их клиентов. Нам удалось добиться заметных результатов, помочь людям переключиться на более эффективные структурные модели. Это мы назвали структурными консультациями. Благодаря работе бизнес-подразделения DMA и тренингам по творческим методикам нам удалось помочь нескольким компаниям перейти к новой установке: созиданию вместо вечной борьбы с проблемами. Наш подход оказался одним из самых эффективных способов преобразования крупных и малых организаций. Только творчество, пожалуй, может изменить цивилизацию, а идеи и практики, которым мы обучаем, меняют отдельно взятые судьбы. Когда человек осваивает созидательный подход к своей жизни, постоянное обновление становится для него нормой. Ведь если научиться читать, этот навык уже не утратишь. Точно так же, научившись созидать нечто важное и нужное, от этого уже не отвыкнешь.

В книге «Путь наименьшего сопротивления» дан абсолютно новый подход к личностной эволюции. Он делает возможным то, чего пока не удалось достичь психотерапевтам, психологам и участникам мастер-классов по личностному росту: не просто овладеть основами творчества (что само по себе прорыв), но в корне изменить жизненную установку, занять независимую позицию созидателя. Книга рассказывает о структуре как одном из важнейших факторов, определяющих нашу жизнь. Все мы распознаем принцип, лежащий в основе мироустройства, но немногие сознательно применяют его. А заключается он в следующем: энергия всегда движется по пути наименьшего сопротивления, и любая попытка изменить жизнь обречена на провал, если путь наименьшего сопротивления ведет в другую сторону. Цель моей книги – показать, как можно сформировать новые структуры в своей жизни и перенаправить путь наименьшего сопротивления туда, куда вам в действительности нужно.

Часть первая

Основные принципы

Глава 1

Путь наименьшего сопротивления

Пролагаем путь

Гости, которые приезжают в мой родной Бостон, часто спрашивают: «Да как у вас вообще прокладывали дороги?» У города словно нет никакого плана. По правде говоря, дороги в Бостоне прокладывали по хорошо протоптанным коровьим тропам. А как появились коровьи тропы? Коровы обычно ходили там, где пройти легче всего. Когда корова видела впереди холм, то вряд ли думала: «Ага! Холм! Надо его обогнуть». Она просто переставляла одну ногу за другой, причем так, как было удобнее: например, обходила крупные камни и наступала в самые мелкие ямки. Иными словами, каждый ее шаг определялся рельефом местности.

С каждым разом животным было легче отыскать тот удобный путь: ведь тропа делалась все отчетливее и отчетливее. Вот так рельеф и структура почвы сформировали у коров шаблон поведения при переходе с места на место. А в результате весь город Бостон размечен по указке коровы, жившей в XVII столетии.

Движемся по пути

Когда возникает структура, энергия движется внутри нее по пути наименьшего сопротивления. Иными словами, энергия идет туда, где пройти легче. Это относится не только к коровам, но и ко всему в природе. Вода в реке течет по пути наименьшего сопротивления. Ветер, завывающий в бетонных ущельях Манхэттена, дует по пути наименьшего сопротивления. Электрический ток – в элементарном устройстве вроде лампочки или в сложнейших цепях компьютеров – идет по пути наименьшего сопротивления.

Посмотрите на фотографии центральных улиц, сделанные с небольшим промежутком времени. Вы увидите, как люди движутся в пешеходном потоке, стараясь не сталкиваться друг с другом. Иногда пешеходу проще идти прямо, иногда – сделать шаг направо или налево, иногда – ускорить ход, а иногда – замедлиться или секунду переждать.

Вы достигли нынешней стадии своей жизни, двигаясь по пути наименьшего сопротивления.

Три идеи

В основе этой книги лежат три главные идеи. Вот первая из них: человек подобен реке. В жизни он всегда движется по пути наименьшего сопротивления. Так делает не только человек, но и все в природе, и понимать это очень важно. Можно попробовать выйти из собственного русла: сменить режим питания, график работы, отношение к людям и к себе, общее восприятие жизни. Можно даже в этом преуспеть – на какое-то время. Но в конце концов вы обнаружите, что вернулись к изначальной модели поведения и к прежним взглядам.
Так происходит оттого, что наша жизнь во многом предопределена: ведь двигаться по пути наименьшего сопротивления – это закон природы.

Вторая мысль тоже очень важна: глубинная структура вашей жизни предопределяет путь наименьшего сопротивления. Точно так же как рельеф окрестностей Бостона определял удобный путь для местных стад, а русло реки определяет путь воды, устройство вашей жизни подсказывает вам путь наименьшего сопротивления. Даже если вы не осознаете наличие у вас определяющей структуры, она все равно есть. Русло реки остается, даже если по нему не течет вода. Человек часто не замечает глубинную структуру своей жизни и то, как она управляет его поведением. Люди живут как живется, хоть нередко чувствуют бессилие и раздражение. Они пытаются изменить что-то важное в отношениях, карьере, семье, в качестве жизни – и скоро обнаруживают, что вернулись к привычным обстоятельствам и идут давно проторенным путем.

Некоторые добиваются внешних перемен, но потом начинают понимать: в самом главном ничего не изменилось. Они догадываются, что от жизни можно получить больше, чем выпало на их долю, но не знают, как создать это большее. Пока русло реки не изменится, вода будет течь по старому пути – ведь он для нее самый естественный. Если не поменять глубинную структуру жизни, вы, скорее всего, будете двигаться в том направлении, куда вас тянет само собой.

Третья мысль такова: основную структуру жизни можно изменить. Ведь инженеры создают реке новое русло, изменив рельеф местности. И вы можете поменять глубинный уклад жизни, чтобы получать больше отдачи. Кроме того, когда вы по-новому структурируете жизнь, сам ее напор – как сила речного течения – вырабатывает нужные вам результаты. Прямой путь к этим результатам становится путем наименьшего сопротивления и ведет туда, куда вам действительно надо. Из трех этих идей вытекает общий принцип: можно научиться опознавать глубинные структуры жизни и менять их, чтобы сделать жизнь такой, как вам хочется.

Что же такое структура? Когда мы говорим слово «структура», то подразумеваем общее устройство чего бы то ни было: основные части и то, как они «работают» в составе целого. Например, структура человеческого тела – это его органы: мозг, сердце, легкие, нервы, мышцы, а также их функция в организме. В книге A Fuller Explanation («Исчерпывающий ответ») Эми С. Эдмондсон объясняет ключевые понятия синергетической геометрии Р. Бакминстера Фуллера[2 - Ричард Бакминстер Фуллер (1895–1983) – американский архитектор, дизайнер, инженер и изобретатель. Прим. ред.]:

Мышление выделяет и обособляет события; «понимание» соединяет их в общую картину, – утверждает Фуллер. – Понять означает установить связь между событиями.

Терапевты и хирурги учатся воспринимать тело структурно. Хирург должен оценить не только состояние больного органа, но и здоровье всего организма. Кровяное давление, активность мозга, аллергические реакции – все это учитывается при любой операции. Даже просто наливая воду в стакан, вы мыслите структурно. Элементами структуры здесь будут стакан, вода, кран, желаемое количество воды и уровень уже набранной воды. Когда вы наполняете стакан, у вас есть цель: налить в него воду. Кроме того, вы должны

анализировать ситуацию: сколько воды уже есть в стакане. Если ее меньше, чем надо, вы исправляете несоответствие, доливая воду до нужного уровня. Когда количество воды в стакане приближается к тому, что вам необходимо, вы уменьшаете струю и затем перекрываете кран. Чтобы налить в стакан воды, нужна пара секунд, но в этом процессе задействована самая настоящая структура.

Объединяющая глубинная структура есть у всего. Структуры бывают материальными, физическими, например мосты, здания и тоннели. Есть и нематериальные структуры – сюжет романа, форма симфонии, действие фильма. При этом любая структура состоит из частей, и когда эти части взаимодействуют, они порождают тенденцию, то есть склонность к движению.

Структура включает в себя движение

Любая структура несет в себе возможность движения – она способна переходить из одного состояния в другое. Но некоторые структуры изменяются, а другие сохраняют первозданный вид. Структуры, которые остаются неизменными, обычно состоят из элементов, сдерживающих друг друга. Колесо более склонно к движению, чем кирпич, машина – чем небоскреб. У инвалидного кресла потенциал движения больше, чем у кресла-качалки, но у кресла-качалки он больше, чем у дивана. Что же определяет возможность движения? Глубинная структура.

Структура определяет поведение

Один из главных тезисов книги можно сформулировать так: структура определяет поведение. Возьмите любое устройство – все, что в нем происходит, зависит от того, как оно устроено. Обратите внимание, как структура большого здания влияет на ваше перемещение внутри него. Нельзя пройти сквозь стену, и вы идете по коридору. Нельзя войти в комнату через окно, и вы входите в дверь. Нельзя перепрыгнуть с этажа на этаж, и вы едете на лифте.

Вот и в жизни есть глубинное устройство, своего рода каркас, определяющий для каждого путь наименьшего сопротивления. Сильнее всего на нас влияют структуры, что составлены из наших желаний, убеждений и жизненных обстоятельств. Рассматривая конструкцию своей жизни, важно не спутать структурный подход с психологическим. Психология изучает внутренний мир человека. Будь это книга по психологии, мы с вами пытались бы разобраться, как работает сознание. У множества психологических теорий и методик есть общее свойство: объект исследований, то есть природа человеческой души.

Но мы говорим здесь не о душе или сознании, а скорее о поведении структур. Нас интересует то, как структура влияет на поведение человека. Тот же подход можно применить к неодушевленной материи – и получить сходные результаты. Изучение структур отличается от любых психологических концепций и никак с ними не связано. Но когда понимаешь, как действуют структуры, и применяешь это к поведению человека, в глаза бросаются два принципа.

Первый состоит в том, что человек действует в соответствии с глубинной структурой собственной жизни. Человечество – часть природы, и нет ничего странного в том, что люди подчиняются ее законам. Но для многих из нас эта мысль оказывается неожиданной, ведь наша культура учит игнорировать связь человека с природой, видеть в природе среду, из которой мы когда-то вышли, а теперь используем, приручаем или подчиняем себе. Некоторые называют этот взгляд на природу «апофеозом человеческого высокомерия». Я с ними не согласен. Мне кажется, дело скорее в неведении. Именно оно подкрепляет образ индивида, противостоящего силам природы. Многие из нас склонны воспринимать жизнь как борьбу с природой. Весьма остроумно это подметил композитор Гектор Берлиоз, сказавший: «Время – прекрасный учитель, но, к несчастью, убивает всех своих учеников».

Второй принцип таков: есть структуры, лучше других способствующие достижению результата. В структуре, как говорится, нет «ничего личного». Человек, оказавшийся внутри структуры, подталкивающей к бессилию и унынию, не задумывался Вселенной как жертва судьбы. Поместите в эту структуру кого угодно – он испытает то же самое. С другой стороны, поместите человека в структуру, которая выводит к свершению, удовлетворению и успеху, – и он получит именно этот положительный опыт. Как правило, люди считают: если изменить поведение, то поменяется и устройство жизни. На самом деле верно прямо противоположное.

Я вовсе не хочу сказать, что человек устроен как механизм. Каждый из нас – уникальная личность. Но все мы подвержены влиянию структур, а мать-структуру не обманешь. Есть структуры, которые ведут к колебаниям, а есть те, что ведут к конечной цели. Устройство маятника предполагает колебания. Устройство ракеты – движение к цели. Кресло-качалка устроено так, чтобы раскачиваться туда-сюда. Машина – чтобы двигаться к цели, которую определил водитель.

Жизнь в колебаниях

Некоторые люди всю жизнь проводят в колебаниях: в любом начинании они вначале движутся вперед, но потом откатываются обратно, и снова чуть вперед, и снова обратно. Этот цикл может продолжаться бесконечно. Их попытки изменить жизнь могут поначалу быть успешны, затем дать сбой, после чего опять сработать и опять дать сбой. Возникает ощущение, что они движутся по кругу или топчутся на месте. На самом деле жизнь этих людей меняется – но ненадолго. Улучшение кажется временным. Все мы порой оказывались в рамках такой структуры, но есть те, кто живет в ней постоянно. Если за твоими взлетами неизбежно следует падение, недолго и отчаяться. У Брюса Спрингстина есть песня, где прекрасно передано это чувство безысходности: «Один шаг вверх – два шага вниз». Если не знать, что тут задействована целая структура, сложно понять, почему попытки изменить жизнь вечно заводят в тупик.

Психологи объясняют хронические неудачи неубедительно. «Саботаж», «саморазрушение», «комплекс проигравшего» – звучит солидно, но это лишь описание, причем его часто пытаются «привязать» к решению проблемы: «Вы склонны к саморазрушению. За что вы наказываете себя?»; «Почему вы воюете сами с собой?»; «Почему вы сопротивляетесь переменам?» Принято считать, что глубинные переживания – эмоции, потребности, страхи, запреты, побуждения, инстинкты – толкают на опрометчивые поступки и подсказывают неудачные решения. Например, давний неразрешенный конфликт с матерью заставляет избегать романтических отношений. Или же детская травма до сих пор вызывает страх перед вышестоящими. И вообще, вы пьете потому, что вас отняли от груди на день раньше, чем надо.

Объяснений и теорий может быть сколько угодно, и все они сводятся к одному: с вами что-то не так. Считается, что нужно найти причину неполадки, исправить ее и вернуться к полноценной жизни. У многих людей на поиск решения уходят годы (и немалые деньги). Порой кажется, что язва излечена, но успех так и не приходит. И вот вновь начинается поиск первопричины, которой объясняются все неудачи. Если ваша жизнь протекает в рамках структуры, располагающей к колебаниям, психолог не поможет. Дело в том, что психотерапия обычно направлена не на структуру, а на поведение, которое ею продиктовано. Нельзя сказать, что этот подход не дает результатов. Но эффект от такого «лечения» временный, за ним идет движение вспять. Шаг вперед, шаг назад – а потом еще шаг назад. Если искать психологическое решение для структурной проблемы, само устройство жизни не изменится.

Колебательное движение бывает и медленным, и быстрым. Возвращение в исходную точку может быть стремительным, а может растянуться на неделю, полгода, год, два. И когда все возвращается на круги своя, к вроде бы побежденной проблеме, человек нередко испытывает шок и впадает в уныние. Если вы оказались внутри такой вот «колебательной» структуры, это еще не значит, что надо преодолевать себя и решать проблему. Это вообще не проблема. Просто нынешняя структура не подходит для того, что вам хотелось бы сделать из своей жизни.

Структура и творческий процесс

Нас с детства учили думать, что обстоятельства, которые не подходят для реализации наших планов, – это проблема. И вот, будучи в этом уверены, мы пытаемся эту проблему решить. А решить проблему означает сделать так, чтобы нечто – собственно, проблема – исчезло. Творить же означает делать так, чтобы нечто – наши творения – появлялось на свет. Обратите внимание: намерения в первом и втором случаях прямо противоположные. Когда мыслишь структурно, начинаешь задавать более уместные вопросы. Ведь вместо «Как сделать, чтобы преграды исчезли?» можно спросить: «Какие условия мне нужны, чтобы создать то, что я хочу?»

За последние 14 лет, разрабатывая программу курса «Технологии творчества», мы не раз наблюдали, как люди меняют глубинный уклад своей жизни.

Это происходит не вследствие разрешения проблем, а из-за создания новых конфигураций. Изменение структуры меняет путь наименьшего сопротивления, поэтому нашим ученикам удалось привнести в свою жизнь то, что действительно важно для них. Все главные достижения нашей цивилизации – результат творческого процесса, но людей практически не учат созидать. Творчество – иной способ мировосприятия, не тот, что прививают школа и общество. Созидатели живут в своей системе, отличной от той, в которой воспитывались большинство из нас.

Структура творческой деятельности предполагает не колебания, но планомерное движение вперед, к результату: к порождению того, к чему стремится творец. В этой книге я хотел бы разъяснить природу творчества, чтобы вы могли понять его принципы и структуры и применить их там, где будет нужно. Тогда путь наименьшего сопротивления сам выведет вас к цели.
Эта книга не о том, как решить ваши проблемы, а о том, как создать то, что вам хотелось бы создать. Многие из вас и так уже успешные, самодостаточные люди. Но если ваш успех не подкреплен самой структурой жизни, он будет ограниченным. Перестроив структуру так, чтобы она вела к свершению, а не колебанию, вы повысите не только возможность дальнейшего успеха, но и вероятность того, что он придет.

Художники не знают, что именно они знают

Недавно я проводил в Нью-Йорке мастер-класс для профессиональных деятелей искусства. В аудитории были режиссеры, писатели, певцы, джазовые, классические и рок-музыканты, скульпторы, архитекторы, композиторы, художники, фотографы, дизайнеры, актеры, драматурги. Идея мастер-класса заключалась в том, чтобы поработать с признанными профессионалами.
Для меня было большой честью встретиться с этими людьми, но в ходе работы я все явственнее замечал печальное несоответствие. Почти никто из этих великих созидателей не применял творческие приемы своего ремесла к собственной карьере и личной жизни – это просто не приходило им в голову.

Когда я был студентом консерватории, нас тоже не учили использовать азы творческого процесса в повседневной жизни. И лишь много лет спустя меня озарило: ведь можно применить навыки профессионального композитора

не только по прямому назначению, но и к тому, что я хочу создать вокруг себя! Вы, наверное, спросите: если творчество – столь великая и универсальная сила, почему жизнь творческих людей часто бывает трудной? Да просто они сами не знают, что именно знают.

Самыми благодарными слушателями моего курса бывают именно профессиональные деятели искусства: ведь мастерство у них есть, надо лишь научиться использовать свою жизнь в качестве материала. Богатая традиция науки и искусства – лучшая школа творческого мышления. Созидатели знают, как заложить глубинную структуру, чтобы получить произведение. Для них путь наименьшего сопротивления проходит от первого эскиза и до готового плода их замыслов.

На протяжении тысячелетий у каждой нашей культуры были свои музыка, живопись, поэзия, архитектура, скульптура, свои танцы и легенды, свое гончарное искусство. Потребность в творчестве не имеет национальности, вероисповедания, границ, не зависит от эпохи или уровня культурного развития. Желание созидать заложено в каждом из нас, но мало кого учили это делать. Поняв, где пролегает ваш путь наименьшего сопротивления, вы сможете приобщиться к одной из древнейших традиций человечества. Связь со многими поколениями творцов не ограничится для вас одной сферой искусства – вы ощутите родство на всех уровнях, от обыденных мелочей до подлинных высот духа.

Глава 2

«Сотрудники» и «бунтари»

Уроки детства

С младенчества нам объясняют, как делать все «правильно»: правильно надевать одежду, правильно есть, правильно переходить дорогу. Главная задача ребенка – сориентироваться в мире, понять, что дозволено, а что нет,

выяснить, какова его собственная роль в семье, среди друзей, в сообществе. Словом, от нас ждут, что мы научимся «правильно жить». Помните, каким загадочным в детстве казался мир? Что-то происходит, а ты даже не понимаешь, почему и как. Взрослые требуют каких-то действий, на первый взгляд совершенно необъяснимых. Тебе говорят: «Сделай то! Не делай это!» – причем таким тоном, который означает: ты сам должен все понимать, а если не понимаешь, очень плохо.

Поначалу думаешь: старшие знают, что говорят. Они же умеют творить чудеса – водят машину, готовят еду, чинят игрушки. К тому же говорится все авторитетно, если не послушаться, будут проблемы. Со временем тебе перестает нравиться, что они постоянно командуют. Начинаешь экспериментировать: например, говорить «нет», когда от тебя что-то требуют. Опыты получаются одновременно и успешными, и неудачными. На тебя обращают внимание, но оно не всегда бывает приятным, как и его последствия. Ты учишься привлекать внимание только к хорошему, делать то, что хочется, и не «попадать под огонь». Или же обнаруживаешь: как ни старайся, а неприятности все равно будут, и угадать их причину получается не всегда.

Главная цель таких экспериментов – понять, как устроен мир. К определенному возрасту ребенок чувствует, что надо осваивать правила. Знать их полезно: если ты показываешь, что кое в чем разобрался, тебя хвалят и награждают. Или хотя бы оставляют в покое. Помните? По мере того как у вас появлялись собственные интересы, вы все меньше полагались на старших и все больше – на себя и ровесников. Опытным путем вы обнаружили: взрослые тоже кое-чего не знают! Возможно, мама говорила, что, когда врешь, язык синеет. И если она заметит, что у вас синий язык, значит, вы соврали. Мама ни разу не ошибалась при проверке на истину, и вы убедились в эффективности языка как детектора лжи. Но в один прекрасный день вы сказали правду, а мама объявила, что язык синий! И тут случился кризис веры. Видимо, иногда «прибор» шалит? А может быть, мама все выдумала. Но тогда получается, что врала как раз она? И если так, то в чем еще она вас обманула? Всегда ли можно верить взрослым – вот вопрос!

Вы по-прежнему полагали, что мир устроен определенным образом, но те, кого вы раньше считали авторитетом, оказались не такими уж знатоками. Тогда вы перешли к самостоятельному поиску. Другие исследователи – ваши ровесники – были рады поделиться идеями. Например, об интимной жизни вы наверняка узнали от них больше, чем от родителей, – хотя и не вся информация была

верной. Вероятно, вы быстро обнаружили, что взрослые бывают непредсказуемы, а подчас несправедливы, лживы и мелочны. Чтобы защититься от их гнева, требовалось умение найти золотую середину: с одной стороны, умудриться делать то, что хочешь сам, а с другой – выполнять то, чего хотят они. Со временем пришлось делать выбор: слушаться их во всем или нет. Чем больше вы их слушались, тем лучше, кажется, они к вам относились. И вы старались слушаться (потому что тоже относились к ним неплохо). А может, примерное поведение ничего не дало: как бы вы ни лезли из кожи вон, взрослые не становились добрее. Слушайся, не слушайся – итог один. Если так, вы, вероятно, предпочли не слушаться.

Потом вы пошли в школу, и вам объяснили, что мир – это целая система. Поначалу вы принимали его таким, как про него говорили старшие. Но оказалось, что есть разные взгляды на жизнь: одни – более радужные, другие – более пессимистичные. Со временем у вас стали появляться собственные мысли. Вы изменили мнение о жизни, но не само представление о том, что в основе ее лежат конкретные правила. Исходя от этого представления вы и придумывали, как жить лично вам. Идеи у вас, конечно, были разные. Например, что следует быть полезным обществу или же что надо быть красивым, умным, сильным, интересным. Еще были мысли о том, что мир опасен и надо защищать себя или избегать неприятностей. Или стать больше и сильнее, чем остальные. Или жить очень осторожно, с оглядкой, контролируя все, что только можно, чтобы снизить риск до минимума.

А может быть, вы решили, что отношения с другими людьми – дело сложное и болезненное, поэтому лучше избегать привязанностей и обязательств. Возможно, вы пришли к выводу, что жизнь несправедлива и вас никто не понимает. Не исключено, что вы даже затаили обиду на жестокий мир. Когда ваше мнение о мире оформилось и устоялось, вы перешли к следующему этапу: стали вырабатывать собственную тактику по отношению к нему. Вероятно, вы наблюдали за людьми, которые начали жизненный путь раньше вас. Поступки ведь всегда нагляднее и поучительнее слов. Вы начали нащупывать собственный путь – или по крайней мере поняли, чего от вас ожидают.

Конечно же, у вас было много наставников, которые подсказывали, по каким правилам лучше играть. Прежде всего вы учились у близких людей: родителей, преподавателей, друзей (или врагов). Но еще у вас были кумиры: актеры, рокеры, телезвезды, политики, религиозные деятели, литературные герои. Книги, фильмы, телевидение, мода, поэзия – все это подспудно влияло на вас.

Вам стало важно понять, что такое жизнь и как она устроена. Казалось, если понять «как она устроена», станет ясно, как надо в ней поступать. Казалось, где-то есть особенные люди, которые постигли истину. Многие уверяли вас, что знают, как надо. Вам пришлось выяснять, кто из них прав. Возможно, вы нашли человека или группу людей, которые вроде бы могли дать ответ. Неважно, были это оптимисты или пессимисты, – принцип один и тот же. Есть некое мировоззрение и есть поступки, продиктованные им.

Уроки взросления

В ходе психологического эксперимента трех– и четырехлетним детям вешали на шею диктофоны и записывали все, что им говорили в течение дня. Изучив записи, ученые обнаружили: 85 процентов из всего, что взрослые говорили детям, составляли запреты («нельзя», «не делай так») или упреки («плохо себя ведешь», «не слушаешься»). В детстве мы много узнаем про то, чего нельзя делать или чего нужно избегать. Почти все правила поведения созданы, чтобы исключить или предотвратить вред, который ребенок может причинить себе или окружающим: «Не выбегай на улицу»; «Не мешай отцу»; «Не трогай спички»; «Не опаздывай».

Родители хотят уберечь ребенка, оградить от опасности. Это естественно. Но сам принцип действия – «избегай риска» – вколачивается в нас и закрепляется до тех пор, пока не доходит до автоматизма. Стремление избегать различных предметов и ситуаций может сохраниться и после того, как мы научимся переходить дорогу и обращаться со спичками. Главный урок детства обычно состоит в том, что обстоятельства правят жизнью. Эту мысль доносят до нас в разной форме: родители хвалят или ругают в зависимости от верной или неверной реакции на обстоятельства, учителя поощряют «правильное» поведение и наказывают за «неправильное».

Наше общество буквально живет этой мыслью. Успех, слава, богатство, признание и благодарность сограждан, взаимность в любви, крепкая семья – награда за «правильный» подход, за верную реакцию на обстоятельства. Тюрьма, позор, ранняя смерть – наказание тем, кто сделал неверный выбор. Почти все мы убеждены, что живем под властью обстоятельств. Если считать, что обстоятельства – главное в жизни, у вас остается всего два варианта: либо

с ними «сотрудничать», либо против них восставать. Быть либо паинькой, либо хулиганом.

Подчинение или противостояние – больше чем подход к житейским ситуациям. Это образ жизни, своего рода стратегия. Назовем ее «подчинительно-противительной». При такой ориентации вы действуете исходя из обстоятельств, в которых находитесь сейчас или можете оказаться в будущем. К сожалению, система образования на всех уровнях прививает именно эту ориентацию. Ведь цель образования – помочь ребенку влиться в общество. И большинство школ видят роль преподавателя в том, чтобы научить детей «правильно» реагировать на жизненные обстоятельства.

Многие ученики «успешно вливаются в коллектив» и демонстрируют «адекватное поведение». Однако их поступки подсказаны не тягой к знаниям и не любовью к учебе, а стремлением вписаться в общую картину и избежать нареканий. Другие дети и подростки, наоборот, отвергают ценности и правила, которые кажутся им надуманными и навязанными. Они бунтуют против школьного устава, против власти родителей. Но и для бунтарей обстоятельства – главная движущая сила. «Ну почему он все делает нам назло?» – скорбный лейтмотив родительских собраний в любой школе.

Прилежные сотрудники

Ученики, выбравшие для себя подчинительную, «сотрудническую» модель поведения, обычно получают высокие оценки в школе и стараются оправдать ожидания вышестоящих. Взрослея, мы узнаем новые приемы сотрудничества. Например, почти все тренинги по «развитию личностного потенциала» обучают более чуткому отклику на происходящее в нашей жизни или даже «во вселенной». В новомодных эзотерических учениях на самом деле нет ничего кардинально нового. Цель и вектор остаются «старомодными»: обещания успеха и счастья висят перед нами, как морковки. В этом смысле за столетия ничего не изменилось. Правильно выбранное поведение гарантирует билет в рай, или в нирвану, или хотя бы в спокойную, счастливую жизнь.

А ведь здесь кроется очень опасная ловушка! То, что поначалу вроде бы дарует свободу, в итоге вяжет по рукам и ногам. Эти подходы – высвобождение

скрытых ресурсов сознания, позитивное мышление, опыт преображения, приятие мира таким, каков он есть, «креативное» решение проблем, ситуационный менеджмент, смена шаблонов поведения, снижение стресса, «новый» стиль мышления, некоторые виды медитации – учат вести себя так, будто обстоятельства правят всем на свете. После многих лет обучения этим дисциплинам многие по-прежнему не в силах создать для себя то, чего им хотелось бы. Они всего лишь заучивают реакции и модели поведения, которые должны привести (но не приводят) к успеху или избавлению от тягот.
Так происходит оттого, что подчинение и созидание – разные вещи.

Поза бунтаря

Вместо того чтобы «играть по правилам» в различных обстоятельствах, некоторые восстают против той образцовой, одобренной обществом модели жизни, которую им навязывают дома и в школе. Противостояние может быть и открытым, и затаенным. Бунтарь тоже считает, что обстоятельства – движущая сила жизни. Он просто не верит, что положение вещей именно таково, каким его пытаются представить общество и власти. Противодействие проявляется в форме цинизма или же хронической обиды на мир. Бунтари часто с подозрением относятся к людям или бывают очень вспыльчивы.
Они увлекаются всевозможными «теориями заговора» по поводу властей или примыкают к политическим и религиозным движениям, которые борются с социальной несправедливостью или мировым злом. Скорее всего, вы бунтарь, если:

• вас постоянно раздражают обстоятельства, в которых вы находитесь;

• многие ваши мысли и поступки направлены на борьбу с неприятным вам положением вещей;

• вы ощущаете себя в жизненной ситуации, где необходимо преодолеть играющие вами силы – иногда буквально ради того, чтобы выжить.

Однажды я побывал на собрании менеджеров большой технологической корпорации. В начале заседания один из присутствующих озвучил простую и, очевидно, правильную мысль: «Нам нужно определиться с бюджетом нового проекта». В аудитории разгорелся спор. Собравшиеся потребовали доказать, что это замечание верно. Тому, кто его высказал, пришлось отстаивать свою позицию. После сорокаминутных прений, проходивших на повышенных тонах, группа решила: да, вероятно, нужно определиться с бюджетом проекта. На установление элементарного факта ушло столько времени и сил, что в это утро больше никто ничего не обсуждал. Все оказались взвинчены и измучены. Атмосфера была такая напряженная, что выступи кто-то с новым предложением, случилась бы еще одна сорокаминутная баталия.

Дело в том, что эти люди пытались одолеть друг друга. Они применяли разные тактики и стратегии: то старались казаться вежливыми и разумными, то превращались в упрямых, вспыльчивых, воинственных оппонентов. Наблюдая за их группой, я испытал настоящий шок. Потом мне сказали: «Эти у нас еще самые мирные». Та корпорация славилась наличием «смутьянов» и «примадонн». Из-за конфликтного поведения страдали профессиональные интересы, и компания быстро начала проигрывать конкурентам.

Убежденные «негативисты» знакомы всем. Примеры такого поведения встречаются в семейной жизни, в рабочих ситуациях, в социальном взаимодействии. Большинство людей – даже заядлые бунтари – в конце концов учатся вести себя «как надо». Общество считает образовательный процесс успешным, если бунтарь «взрослеет» и становится примерным сотрудником. Но борьба структур внутри самого индивида не прекращается.

Подчинительно-противительная ориентация: «отличники» и «хулиганы»

Даже бесконфликтные «отличники-сотрудники» могут устать от хронически подчиненного положения. Когда раздражение и усталость достигают критической массы, они превращаются в «тяжелых», неуживчивых бунтарей. Но поскольку эта перемена не добавляет им власти, а лишает ориентиров, они вскоре снова делаются славными людьми. Бунтари, в свою очередь, создают вокруг столько хаоса, что в какой-то момент у них накапливается чувство вины и злости на себя – за тягу к разрушению и бессилие. Пресытившись

конфликтами, они раскаиваются и превращаются в примерных сотрудников. Затем – довольно скоро – начинают испытывать раздражение, знакомое «отличникам», и снова делаются бунтарями.

Некоторые люди проводят большую часть жизни в подчинительном режиме и изредка переключаются на сопротивление. Другие большую часть жизни проводят в сопротивлении, иногда переключаясь на сотрудничество. Многие движутся по замкнутому кругу, переходя от фазы прилежания к фазе бунта и обратно. Колебание порождает колебание. Вне зависимости от текущей фазы структура колебания остается неизменной. Человек может сменить поведение, поступки, стратегию и мировоззрение, но принцип «ты либо подчиняешься обстоятельствам, либо сопротивляешься им» это не затронет.

Концепция бессилия

В основе подчинительно-противительной ориентации лежит представление о том, что человек сам по себе бессилен. Если можно пользоваться обстоятельствами или восставать против них, где же тогда сила? Явно не в человеке, а в обстоятельствах. Сила вне вас – следовательно, вы бессильны, а обстоятельства властны над вами. Даже тот, кто вроде бы достигает успеха, часто добивается его потому, что бежит от неудачи – успех не меняет концепцию бессилия. Другие, наоборот, как будто не разрешают себе стать успешными, потому что опасаются последствий. Всем нам знакомы люди, цепляющиеся за нелюбимую и неблагодарную работу, чтобы избежать неопределенности и проблем, связанных со сменой профессии.

И при успехе, и при поражении человек подчинительно-противительной ориентации чувствует себя нереализованным и неудовлетворенным. Разница между теми, кто добился результата, и теми, кто его не достиг, в том, что «удачники» знают: успех не дал им чувства полноты и свершения. Их победа – лишь видимость, оболочка. Родители и учителя объясняют детям, что надо делать, а чего не надо, с целью помочь им адаптироваться и добиться признания в семье и обществе. Дети могут подчиняться или бунтовать, но всегда понимают, что у взрослых такая работа – учить их жизни.

Они узнают кое-что о силе и власти: урок заключается в том, что никакой силы и власти у них нет. Еще они кое-что узнают о своем предназначении в жизни. Увы, этот урок гласит: сами по себе они никто, их дело – подчиняться правилам. А если так, то какой смысл в их жизни? Эпидемии подростковых самоубийств – одно из следствий ощущения ничтожности и бесцельности. Даже поиски смысла могут оказаться лишь реакцией на экзистенциальный кризис. Молодые люди нередко вступают в секты, пытаясь заполнить пустоту, которая зияет в их жизни.

Взгляд вовне

До сравнительно недавнего времени развитие человечества происходило, скажем так, извне самого человека. Государственные деятели формировали правительства, ученые развивали теории, служившие основой индустриального общества, а технологи корпораций разрабатывали приборы и средства передвижения, менявшие повседневную жизнь. Интеллектуалы писали книги, влиявшие на наши умы, психологи применяли к нам терапию, чтобы отладить нашу эмоциональную жизнь, а медики работали над восстановлением нашего физического здоровья. Силы, формировавшие нашу жизнь, воспринимались как внешние, а потому считалось, что если изменить обстоятельства, то изменится и внутреннее состояние индивида или сообщества.

Многие из нас убеждены: если поменять внешние условия и обеспечить нормальное жилье, качественное медицинское обслуживание, недорогой скоростной транспорт, а также сократить рабочую неделю и уменьшить семьи, люди станут счастливее, гармоничнее и психически устойчивее.
В действительности у многих есть нормальное жилье, качественное медицинское обслуживание и все остальное, а они все равно нездоровы, несчастливы, нервно истощены и психически нестабильны.

Американский композитор начала XX века Чарльз Айвз почерпнул свою философию и эстетику главным образом из работ Генри Дэвида Торо[3 - Генри Дэвид Торо (1817–1862) – американский писатель, мыслитель, натуралист, общественный деятель, аболиционист. Прим. ред.]. Но композитор разошелся с философом в одном важном пункте. Торо полагал, что если человек вернется в свою природную среду, в леса, то приобретет высокую духовность и тягу

к трансцендентному. Айвз подметил, что большинство его знакомых, чьи семьи целыми поколениями жили на лоне природы среди лесистых холмов Теннеси или Западной Вирджинии, далеки от духовного просветления. Скорее уж, говорил Айвз, они считают себя лесными дикарями. Торо предполагал, что смена внешних обстоятельств поменяет и самоощущение человека. Чарлз Айвз установил, что не поменяет.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию (http://www.litres.ru/robert-fritc/put-naimenshego-soprotivleniya-2/?lfrom=201227127) 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.

notes

Сноски

1

Нью-эйдж («новая эра», англ.) – совокупность течений и движений синкретического и эзотерического характера. На Западе их расцвет пришелся на 1970?е годы, в России – на 1980–1990?е. Прим. перев.

2

Ричард Бакминстер Фуллер (1895–1983) – американский архитектор, дизайнер, инженер и изобретатель. Прим. ред.

3

Генри Дэвид Торо (1817–1862) – американский писатель, мыслитель, натуралист, общественный деятель, аболиционист. Прим. ред.

Купить: https://tellnovel.com/ru/robert-fritc/put-naimenshego-soprotivleniya-kupit

Текст предоставлен ООО «ИТ»
Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию: Купить