



ПСИХОЛОГИЯ СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ

УДК 316.6

ЛИЧНОСТЬ, ТВОРЧЕСТВО, САМОРЕАЛИЗАЦИЯ

В. В. Козлов

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова
E-mail: kozlov@zi-kozlov.ru

Статья посвящена анализу категорий творчества, личности, самореализации в психологии, соотношениям реального Я и демонстративного Я; излагается авторское понимание творчества как трансперсонального феномена, самореализации как выхода за пределы своих ограничений.

Ключевые слова: личность, творчество, самореализация, смысл, потенциал, реальное Я, демонстративное Я, духовность, миссия.

Personality, Creativity, Self-realization

V. V. Kozlov

This article is devoted to analysis of the categories of creativity, personality, psychology, self-actualization, ratios, real and demonstrative I man. This article describes the author's understanding of creativity as a transpersonal phenomenon, self-realization as go beyond their limitations.

Key words: personality, creativity, self-realization, meaning potential, the real me, conspicuous I, spirituality, mission.

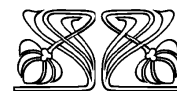
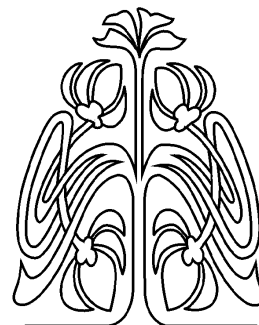
Понятие «творческая личность» широко распространено в психологии, особенно в таких её направлениях, как педагогическая психология, психология личности и акмеология.

Возникают вопросы: есть ли творческая личность и возможна ли она? Имеет ли право на существование это понятие или творчество трансперсонально и находится за пределами конструкта «личность» и за пределами системы общественных отношений или совокупности личин-масок, которой и является обыденная личность?

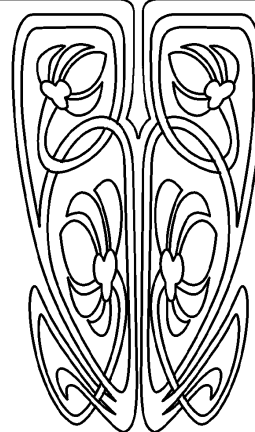
Мы считаем, что личность как любая живая система всегда целостна, в этом ее самоценность. Личность является самым лучшим инструментом адаптации и реализации в социальной жизни. Нет необходимости искать гармонию в личности, потому что человек гармоничен в том месте, в том времени, в том пространстве, в которых он существует. Пока гомеостатических возможностей человека как живой системы достаточно, он будет сохранять свою гармонию и свою целостность. Когда эти возможности истощаются, человек умирает, поэтому тему гармонии и целостности человека, на наш взгляд, можно не проблематизировать. Человек как живое существо не может существовать иначе как целостная, гомеостатичная, открытая система.

Все три компонента реального Эго (духовное, социальное и материальное) всегда самодостаточны для того, чтобы функционировать в обыденной жизни. Все напряжения и конфликты в нашей жизни связаны, с одной стороны, с нашей внутренней направленностью на то, чтобы демонстрировать себя в духовном, социальном и материальном, а с другой – с невозможностью реализовать свою потенциальность в этих векторах, неудовлетворенностью и ненасытностью этой реализации.

Вершиной духовной реализации является достижение нирваны, сатори, архатства, фаны, пробуждения, просветления, воскресения, возрождения и т. п. Реализация потенциала Я-социального – это до-



НАУЧНЫЙ
ОТДЕЛ





стижение мастерства в своем деле, реализация себя как профессионала. Достижение пика в материальном – это приобретение материального богатства. Возможна реализация потенциальности человека как биологического существа, выстраивание своего тела по эталонам красоты и силы. В социуме всегда есть эталоны реализованности: они существуют и для духовного, и для социального, и для материального¹.

Для реализации своего потенциала, в первую очередь, необходимо почувствовать неудовлетворенность своим состоянием, качеством своей жизни и своего Эго. Творчество, таким образом, всегда является продуктом репрессии привычного Я. Реализовать можно только какой-то аспект потенциальности. У человека не хватает энергии для того, чтобы реализовать себя во всех трех сферах – материальной, социальной и духовной одновременно. Именно поэтому мы чувствуем некоторую неловкость, когда приписываем богатому мудрость, человеку, власть имеющему, просветленность...

Самореализация требует направленной воли, обращенной на цель, предмет усилий, поэтому необходимо определить свою мотивацию, способности, направление энергии. Сложность заключается в том, что энергия, личная сила, всегда находятся в Я-реальном, которое самодостаточно. Общество в процессе воспитания и образования встраивает в личность механизмы, создающие напряжения, заставляющие человека выстраивать демонстрацию себя другим, создавая потребность в принадлежности и признании в социальном пространстве. В нас встраиваются дух соревновательности, карьерные амбиции, стремление к доминированию и много других механизмов, касающихся демонстративного Эго. С точки зрения социальных сообществ, с которыми взаимодействует личность, человек никогда не является таковым, каким он должен быть. Вся система социализации личности и ее функционирования в государстве, в любом культурном сообществе построена на базовом чувстве неполноценности.

Наше реальное Я, природное земное естество являются опорой независимости и автономности, основой некоторого скептицизма по отношению к реальности, это единственный наш помощник в преодолении жизненных неурядиц и прессинга со стороны социума. Базовое ощущение самооценности и внутреннего покоя позволяет смывать привносимый в нашу жизнь негатив социальных отношений, стремление манипулировать нами, основываясь на комплексе неполноценности. В нашем реальном Я мы хороши как данность, нам не надо ничего демонстрировать. Идеалом совпадения Я-реального и Я-демонстративного являются маленькие дети. Весь жизненный поиск в коммуникациях, во взаимодействии – это поиск людей, которые принимают то, что мы есть на самом деле – реальное, искреннее поведение, настоящие эмоции, откровенные мысли.

Любовь – это когда два человека принимают Я-реальные друг друга и срывают маски демонстрации – прорывы такого рода довольно редки. Пик человеческих отношений – в безусловном принятии, демонстрация же всегда условна. Из демонстративного Эго мы относимся к другому (да и к самому себе) оценочно, с примесью осуждения и сравнения.

С точки зрения другого человека в нашем Я-реальном могут быть хорошие и плохие черты, ошибки и негативные эмоции, суждения и поведенческие проявления. Из реального самосознания, внутренней точки восприятия, в Я-реальном ничего плохого нет: Я-реальное безусловно само себя принимает и оправдывает без опоры на нравственные, философские, обыденные суждения, психологические механизмы и теории.

Развитие Я-демонстративного является инструментом социальной адаптации. Основная проблема людей в том, что при этом они теряют контакт со своим реальным Я, со своим истинными побуждениями, целями, чувствами, желаниями, мыслями и планами. Многие из нас именно поэтому быстро устают от жизни и уходят в алкоголь и наркотики, в бессмысленное времяпрепровождение. Мы устаем жить чужие жизни и играть несвойственные нам роли.

В силу того, что проявление демонстративного Эго социально поощряемо и положительно подкрепляемо, выгодно, люди в конце концов начинают полностью идентифицироваться с ролевыми функциями демонстративного Эго. Они, превращаясь в чистую демонстрацию, принимают контролирующую функцию – сторожей социума по воспроизводству демонстрации.

Классические примеры такого рода – школьные учителя. Молодые учителя сначала дистанцируются от демонстративных функций своего статуса и сохраняют идентичность со своим реальным Эго (я – это я, учитель – это моя работа). В процессе профессионализации содержание воспитания присваивается как внутреннее, и учитель становится носителем того, что преподает и как воспитывает. Все другие реальные внутренние интенции подавляются, и личность в итоге превращается в чистую демонстрацию. В жизни мы встречаем эту «учительницу везде, во всем и всегда».

Преподаватели пединститутов – пример еще более яркий: люди с особым взглядом и особой походкой, всегда в костюме, строго контролирующиеся социальные контакты, и, возможно, носители коммунистических идей. Безусловно, такой образ жизни оставляет особый отпечаток на том, как человек пишет, что говорит, как он строит отношения с другими.

Первый шаг, который мы можем сделать к креативности, к творческому началу в себе, – найти контакт со своим реальным Я и раскрыть свое естественное стремление к созиданию. В какой форме будет оно реализовано, на какую базовую



потребность будет опираться – это задача частная и индивидуальная. Обнаружив это стремление, важно распределить личную энергию, витальность между демонстративным и реальным Я и, в некотором смысле, перестать «кормить» демонстративное Эго, которое постоянно его поглощало. Необходимо перефокусировать осознание и волевое усилие.

Любая демонстрация сужает степень свободы человека и возможность выбора. Демонстративное Эго представляет собой жесткий набор поведенческих, эмоциональных, интеллектуальных предписаний и ограничений, интроецированной личностью из социального окружения в соответствии с принятыми ролями и статусами. Степень жесткости предписаний образует некий коридор свободы в проявлениях, и чем более узким демонстративным коридором обладает человек, тем больше витальности и личного времени уходит на реализацию демонстративного Эго. Первое, что нужно сделать, – уменьшить энергию, потребляемую на демонстрацию. Для этого необходимо расширять поведенческий коридор демонстративного Эго. Проблема узкого коридора в том, что человек может себя подавать только так и не иначе (всегда строго одет, пунктуален, эмоционально сдержан, серьезен и думает только о деле).

Идея внутреннего коридора заключается в том, что человек не может поступать иначе и не имеет права быть другим. Расширяя его, человек дает себе свободу быть другим, демонстрировать себя иначе. Коридор не дает возможности проявить свое реальное Я, индивидуальное поведение, страсти, эмоции, мысли, обнаруживая свою мотивацию. Нарушение предписаний воспринимается социумом как наглость, аморальность, нарушение порядка, ненормированное поведение («что он себе позволяет?»), возможны применение санкций или угроза их применения. Узкие коридоры пожирают энергию тела, потому что человек всегда демонстрирует определенный поведенческий алгоритм, поглощают эмоции, поскольку человек вынужден их сдерживать и контролировать речь («молчание – золото»). Сознание и мышление становятся ригидными и узко профессиональными. Можно сказать, что узкое демонстративное Эго во многом лишает человека человечности: он становится настолько демонстративным, что утрачиваются естественные движения, эмпатия, естественные потребности. Когда человек становится только профессионалом, безупречно выполняющим предписания статуса, наступает момент, в который демонстрация становится основным содержанием сознания, стилем жизни, а коридор – моделью мира.

Общество, любая организация поощряет превращение человека в демонстрацию социальных ролей, сводя его к выполнению статусных обязанностей, моральных и этических шаблонов, этикета, стиля жизни. В конце концов, реальные эмоции и движения человеческой души начинают скрываться под маской демонстративности.

Профессиональная деформация заключается в том, что личность становится лишь демонстрацией и маской. Профессиональное выгорание возникает, когда человек перестает чувствовать, импульсы реального Я, возникает великая тоска ощутить себя живым человеком. Он переживает усилие над собой. Когда демонстрация становится основной формой реализации, то личность застывает, теряет жизненность, эмоциональность, человеческому сознанию становится скучно и грустно в этом теле и в этом образе жизни, человек теряет простор и перспективу, а продвижение по коридору ограничений становится проклятием, теряет смысл, как труд Сизифа. Часто именно в таких ситуациях возникает деструктивность по отношению к себе или агрессия к другим. Человек стремится обратить на себя внимание, чтобы люди заметили, что он жив, а не только исполняет предписанную ему функцию. Могут возникнуть аутоагрессия и мазохизм в стремлении хотя бы через боль почувствовать себя живым.

Когда застывшая маска демонстративного Эго вызывает тоску и бунт, то человеческая энергия начинает ее разрушать. Но нередко деструктивная маска начинает привлекать энергию жизни от других людей: родитель из «лучших» чувств терроризирует детей, чтобы вызвать их импульс энергии и сопричастности жизни; начальник глумится над подчиненными. Это образцы застывших масок демонстративного Эго. Если человек перестает получать энергию, даже через репрессии по отношению к другим и к себе, может наступить скука, депрессия.

Когда человек полностью отождествляется с демонстративными ролями, отдает всю свою жизненную энергию реализации этих ролей, он перестает себя любить. И именно фиксация на статусной роли демонстративного Эго становится тюрьмой личности и вызывает самые деструктивные действия.

Для того чтобы расширять коридоры демонстративного Эго, надо знать его структуру в материальных, социальных, духовных системах требований, поощрении и наказании. Коридор социальной демонстрации, степень свободы в действиях внутри ролевой реализации обусловлены волей и решением других людей, контролирующей точность и степень выполнения роли. Внутри этого коридора человеку часто приходится подчиняться, подавляя свою волю, иногда камуфлировать демонстрацию соответствия правилам игры. Бывают редкие случаи, когда личность вовсе не выполняет роль в силу веских причин. Для примера рассмотрим функционирование демонстративного духовного Эго.

Ядром Я-духовного, как мы уже неоднократно писали, являются базовые смыслы бытия в мире и экзистенциальные ценности. Демонстративное духовное Эго включает в себя то, как мы демонстрируем свою нравственность, свою мораль, представления о добре и зле, то,



что мы демонстрируем на уровне метаценностей согласно А. Маслоу². У нас всегда есть определенные смыслы, которые мы задаем в социальном пространстве, объясняющие другим, зачем мы живем. Инструментирование этих смыслов включает в себя три стратегии. Первая состоит в том, что человек не создает своих смыслов, а присоединяется к существующим в социальном организме. На этом уровне он является предельной демонстрацией в духовном: например, для человека смысл жизни в том, чтобы вырастить детей, работать, получать удовольствие, приносить людям счастье и т. д. Здесь мы встречаемся с так называемыми профаническими, обыденными, до предела упрощенными и поэтому чрезвычайно доступными для людей смыслами жизни. Во многом они ассоциированы с животной целообразностью существования.

Самый простой способ смыслообразования и демонстрации смысла – войти в какую-либо нравственную или духовную традицию: например, мы принадлежим к христианской конфессии и как христиане понимаем нравственность, добро и зло определенным образом. В соответствии с этой духовной доктриной мы должны демонстрировать любовь и сострадание к другим и относиться к ним как братьям и сестрам по вере и духу. С немалым успехом можно быть буддистом, мусульманином, приверженцем сократического стиля жизни, можно жить внутри тех ценностей, о которых говорили В. Франкл или И. Ялом. Достоинство этой стратегии в том, что, с одной стороны, мы экономим энергию и интеллект для порождения и жизненной проверки индивидуальных смыслов, а с другой – не входим в противоречие с социумом.

Для демонстративного духовного Эго важно, чтобы традиция, ценности, существенные для нас, не были антагонистичны окружающей социальной реальности, тогда оно становится хорошим инструментом адаптации: например, неадаптивно быть добросовестным христианином среди мусульман или буддистом среди православных верующих.

Присоединение к существующим смыслам не только оправдано, но и апробировано миллиардами людей: это – универсальная и надежная стратегия. В большинстве своем мы демонстрируем те смыслы, которые существуют в социальном организме. Огромное количество людей живет, вовсе отрицая проблему смысла жизни, утверждая свое понимание в универсальном девизе: «Я не дурак – я об этом не думаю».

Духовные традиции предлагают не только смысл жизни, но и готовые смыслы рождения, смерти, дают предельно четкое понимание добра и зла, того, как себя правильно вести и как не правильно, как реагировать на ту или иную жизненную ситуацию. По существу, духовные традиции дают модель мира с исчерпывающим экзистенциальным ядром, где разрешены про-

блемы одиночества, смерти, моральных ценностей и свободы. Таким образом, для демонстрации сакральных ценностей нужно идти в церковь и демонстрировать преданность этой церкви. В этом случае мы обладаем проверенным столетиями демонстративным духовным Эго с готовой моделью мира. Предельная духовная демонстрация будет входить в противоречие с социальным организмом в том случае, если основные ролевые и статусные предписания являются антагонистичными: поговорка «в чужую церковь со своим уставом не ходят» предельно ясно выражает этот смысл.

Тенденции к тому, чтобы принять духовные традиции, всегда тем мощнее, чем слабее способы смыслообразования, продуцируемые обществом. В кризисные состояния общество не способно продуцировать смыслы жизни: например, Россия в 1990-е гг. В результате, множество людей, которые обладали ранее жесткими, понятными для них смыслами, лишились их: умерли, спились, потеряли перспективу.

Вторая стратегия смыслообразования – это идентификация смысла с целью жизни. Социумом поощряются деятельностные смыслы, содержащие в себе цель и реализующиеся благодаря личностной активности. Мы поощряем обязательное среднее школьное образование, желание студента получить высшее образование, поощряем работающих людей. Для европейца эталонным является демонстрация целей – того, чего он хочет добиться. Если при этом цель не противоречит демонстративным способностям личности, то она вызывает, как минимум, уважение окружающих. Но когда студент говорит, что он учится для того, чтобы стать министром образования, он встречает недоумение и сопротивление окружающих, поскольку слишком велик разрыв между занимаемым им местом, способностями, возможностями и поставленной целью. Чтобы быть адекватно принятыми, нам надо демонстрировать те цели, которые связаны с занимаемым нами местом, демонстрируемыми нами способностями и возможностями. Заявление «я живу для того, чтобы все люди были счастливы» как цель вызывает сомнения, потому что явно не совпадает с внутренним ощущением правды у окружающих. Любой человек проецирует свои демонстративные смыслы жизни, бытия в мире на других, и когда они сильно разнятся со смыслами, им демонстрируемыми, возникает недоверие.

Третий способ формирования смысла жизни имеет глобальный характер и связан с переживанием миссии, предельной для человека. Миссия переживается как судьбоносное предназначение, часто ниспосланное свыше, имеющее историческое или эволюционное измерение.

Эти великие смыслы бытия в мире, миссии чрезвычайно тяжело заявлять. Миссия как демонстрация не похожа на первую и вторую стратегии. Как правило, миссия находится в той зоне ближайшего развития сообщества или интеллекта



этого сообщества. Человек, заявляющий о своей миссии, вызывает сопротивление, презрение или отвращение, смех и отвержение. Однако миссионеру необходимо чувствовать, что его миссия – великого человека, он экспандирует социальное пространство, завоевывает доверие людей к его миссионерской функции.

Для реализации миссии нужна огромная личностная сила, не только настойчивость, но и сверхдемонстративное и сверхманипулятивное Эго, вера в свое предназначение, великий масштаб своей личности и исторический смысл своих проектов. Именно вера в себя на грани одержимости делает их заметными, значимыми фигурами. Миссия реализуется людьми, обладающими великим

демонстративным Эго. На стадии линейного развития общества, при существовании устойчивой государственной власти миссионеров не бывает, люди, претендующие на особую миссию, попадают либо в тюрьму, либо в сумасшедший дом.

В итоге можно сказать, что самый простой инструментальный способ целеобразования – это демонстрация целей жизни как смысла, адекватный способ социализации, эффективный способ адаптации в социальной системе. Те смыслы и цели, которые мы образуем, должны быть созвучны социальной среде и социальному слою, к которым мы принадлежим. Демонстрируемые цели не должны быть выше, чем тот уровень социальной среды, в котором мы существуем (рис. 1).

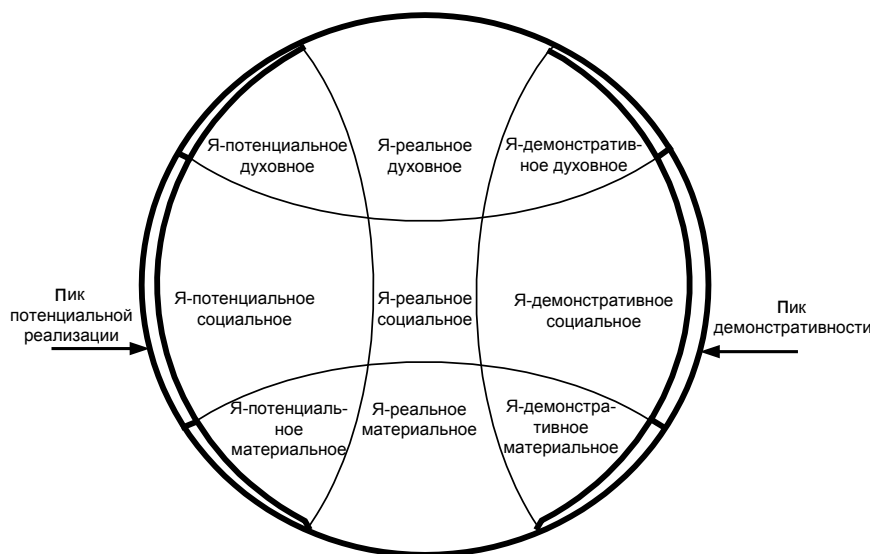


Рис. 1. Структура Эго

На уровне духовного Эго мы разрешаем проблемы одиночества, абсурдности жизни, свободы, смерти, любви, но наиболее выигрышной стратегией является игнорирование или обесценивание этих проблем – «незачем об этом думать». Этот способ сохраняет адаптивную аморфность человека, которая создает предпосылку самой лучшей адаптации. Однозначные решения для духовного демонстративного Эго должны быть плакатными, с опорой на авторитеты, признаваемые в той среде, в которой мы живем.

Нравственность – наиболее демонстративный и самый продаваемый материал, который мы имеем, все время демонстрируя нравственное поведение. Существуют разные модели морали: государственная, стратовая (определенного социального слоя), которая редко совпадает с общегосударственной, кланово-социальная и демонстративная мораль личности. Последняя – один из лучших способов адаптации в мире, она опирается на тонкое чутье социального пространства (как можно себя вести и как нельзя, насколько близки «сторожа» морали). От близости

и жесткости этих «сторожей», от последствий их действий зависит уровень нравственности, поскольку на самом деле в демонстративном Эго нет нравственности, а есть игра с нравственностью и моральными ценностями.

Внутренний «сторож» человека может быть только в реальном Эго. Для того чтобы реальное Эго обладало нравственностью, человек должен вложить много труда, разработать свою нравственность, она – продукт самовоспитания. В формировании внутреннего «сторожа» участвуют три переменные:

- память рода (нравственность рода), которая интроецируется практически напрямую в реальное Эго еще в допубертатный период;
- жесткие поведенческие эталоны, имеющие качество внутреннего идеала, не исчезающего перед лицом окружающей реальности, значимого в любых жизненных ситуациях, имеющего силу категорического императива;
- личный опыт, имеющий характер безупречных табу, – внутренний коридор нравственности.



Демонстративная нравственность ориентируется на «сторожей». Самый легкий способ выстраивания демонстративного Эго – стать носителем традиции: это дает возможность демонстрации нравственной, осмысленной, сознательной жизни, манифестации ценности традиции в социальном пространстве.

Однако демонстративная и реальная мораль духовных традиций различны. Несмотря на универсальный принцип «возлюби ближнего своего», представители всех духовных традиций (кроме буддизма и бахаизма) негативно относятся к любым другим конфессиям и жестоко отвергают инакомыслящих. Любой социум имеет демонстративную мораль по отношению к своей пастве и реальную мораль по отношению к другим.

Демонстративное Эго имеет одни и те же закономерности своей реализации и в духовном, и в материальном, и в социальном. Есть два базовых способа обеспечивать себе широкие коридоры:

широкие коридоры как заслуга перед социумом. Безупречная реализация демонстративного Эго поощряется бонусами свободы (освобождение от прямых обязанностей, заграничные командировки, финансирование явно проигрышных проектов из уважения заслуг личности и др.);

счастливая случайность совпадения импульсов реального Эго с реализацией демонстративного Эго. В этом случае секрет широких социальных коридоров заключается в проявлении реального Эго, которое не противоречит санкциям социума. Естественные и искренние порывы реального Эго не только принимаются, но и поощряются социумом, сила и правдивость помогают легко

в нем адаптироваться. Человек занимается тем, что ему нравится, он вкладывается в работу, без насилия над собой создавая имидж спонтанного и целостного человека, и этим обеспечивает авторитет и широкий коридор, свободу во времени и пространстве, необходимую для самореализации. Самая лучшая работа та, куда человек приходит с удовольствием и работает тогда и столько, сколько ему хочется.

Самореализация – это пиковое воплощение Я-реального. Если между Я-реальным и Я-потенциальным нет связи, то самореализация личности невозможна. Опорой самореализации служат истинные мотивы, цели, влечения, потребности. Необходимо выбрать вектор реализации – духовное, социальное или материальное направление, – поскольку одновременно во всех трех сферах достичь значимых результатов, как мы уже указывали выше, невозможно.

«Усидеть на трех стульях» можно только в демонстративном Эго – одновременно быть человеком знания, занимать высокий пост и быть богатым. При этом человеку надо осознавать, каким образом и какими средствами он формирует свое демонстративное Эго.

Идеальная модель Эго-демонстрации включает в себя равномерно развитые материальную, социальную и духовную составляющие, причем точка осознания одинаково легко перемещается в любую из них и контролирует ее развитие. Если человек сумел сформировать у себя такую модель, то он может отбросить свое демонстративное Эго, с тем чтобы направить энергию на самореализацию (рис. 2.)

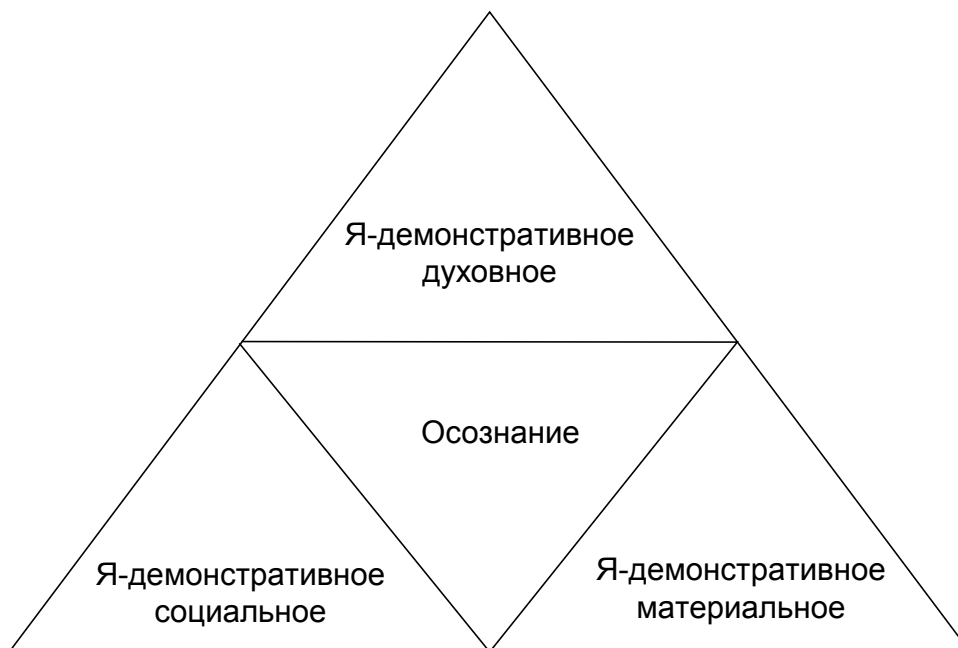


Рис. 2. Модель идеальной демонстрации



Самореализация является целью и содержанием трансформационного процесса жизни трех научных парадигм: гуманистической, трансперсональной и интегративной. Самореализация – это проявление своих способностей, физических, интеллектуальных, эмоциональных, поведенческих и т. д. в социальное пространство. Первый шаг для самореализации – сканирование своих способностей. Для того чтобы человек узнал, что он может и к чему способен, он должен постоянно взаимодействовать с реальностью. Вне осознания своих реальных способностей стремление к самореализации бывает мучительным или смешным. Например, человеку с IQ в 70 баллов не стоит писать метафизических трактатов.

Самореализация также должна соотноситься со способностью человека дифференцировать реальность и взаимодействовать с тем уровнем дифференциации, на который человек способен. Те области, для деятельности в которых у индивида нет способностей, отторгают его, вызывая отвращение или скуку.

Мы не осуждаем человека, который засыпает при чтении философских книг, поскольку у каждого свой способ жизни и свое пространство для реализации, но человек должен быть естественен в этом способе и в этом пространстве, быть на своем месте. Любая естественность бытия вызывает восторг, умиление и восхищение. Таким образом, недостаточно найти свои реальные способности, кроме этого надо выбрать уровень сложности дифференциации мира. Человек, который разговаривает не на своем языке и оперирует мышлением в том пространстве, в котором он не разбирается, выглядит жалко и бездарно.

Можно вычленил три базовых способа приобретения эвристичности. Первый и самый простой состоит в том, чтобы признать эвристичность как личностное качество: «Я творю мир». Действительно, для того чтобы жить, необходимо творить мир, необходимо расширять задачи жизни; жизнь – это всегда проявление творческого качества самого сознания. Любой мыслительный процесс – это творческий процесс, поскольку мы открываем для себя нечто новое, познаем мир, узнаем новых людей, их новые качества, приписываем им новые качества, придумываем их образ, решаем новые деятельностные задачи интеллектуального и практического характера. Даже для простого ощущения, что ты жив, нужно создать мыслимую реальность³.

Для многих людей такого «распаковывания» реальности достаточно для того, чтобы чувствовать жизнь как творческий процесс. Таким образом, можно сказать, что первое приближение к эвристичности в том, чтобы рассматривать жизнь как увлекательный творческий процесс, в котором можно экспериментировать со многими переменными и совершать ошибки для того, чтобы получить уроки.

Жить можно интересно и увлекательно: как только жизнь становится скучна, в нее необходимо

добавить новую переменную, например, завести новые знакомства, жениться, найти дополнительную работу, надеть новые ботинки, которые жмут, и т. п. Тонко чувствующий жизнь человек может быть удовлетворен уже тем, что он творит реальность со всем ее многообразием, экспериментирует с жизнью. Если все время проблематизировать свое существование, то постоянно будет идти поиск эвристических решений. Сознание «засыпает» и прекращает чувствовать свои творческие возможности, если в жизни не появляются новые переменные, если не возникает новых содержаний, не ставятся новые задачи. Сознание направлено на поиск и разрешение проблем. Главное, не вводить переменные той сложности, с которой индивид не сможет справиться, иначе ему придется покинуть свое жизненное пространство.

Все три способа эвристичности – жизнь как творческий процесс, инсайт и особые эвристические состояния сознания – имеют три базовых критерия. Во-первых, мотивационный: человеку все время хочется делать то, что обеспечивает ему состояние творчества, потребность не исчезает, т. е. человек выбирает ту форму активности, которой он никогда не насыщается до конца. Постоянная неудовлетворенность как мотив, ненасыщаемость самим процессом являются важными признаками эвристических состояний сознания. Все творческие процессы обладают критерием постоянства желания.

Во-вторых, эвристические состояния обладают аффективной особенностью: любая творческая активность доставляет наслаждение, упоение. Существуют бинарности эмоциональной составляющей творчества: экстаз как буйство энергии, силы, захваченность чувствами, наполненность и инстаз как созерцание, тихое умиление красотой идеи, природы, человека и т. д. Эмоции могут быть по содержанию очень разные: это и наслаждение процессом деятельности, например, движением тела в танце, и гордость за свою работу, и наслаждение от исполнения долга. Удовольствие может быть со страданием, болью, даже мученическим, но оно всегда присутствует. Эмоциональная стимуляция процесса творчества может быть очень разной, но без нее творческий процесс будет угасать, поэтому человек все время должен придумывать или находить для себя эмоциональное подкрепление наслаждением.

Третьей важной составляющей является двигательный компонент. Творчество дает чувство упоения и ненасытности мотивации тогда, когда двигательная активность человека сливается с самой деятельностью. Наблюдается феномен спонтанной слитности тех операций, которые требуют деятельность с двигательными актами человека. Возникают процессуальная удовлетворенность и процессуальное наслаждение самим поведением в деятельности как сложным двигательным актом. Можно сказать, что творчество доставляет кинестетическое наслаждение от точ-



ности, сверхэкономности и красоты двигательной активности. Мастер не делает движения, оно не является волевым актом, поэзия движения мастера в том, что само движение идет изнутри. Поведение мастера – это организмическое движение. Возьмем для примера восточные искусства, тай-цзи – это наслаждение движением и энергией. Когда китайский мастер показывает тай-цзи цюань, его движения точны, они совпадают с энергией тела, с движением ци в теле. В исполнении европейцев тай-цзи выглядит как исполнение упражнения, зачастую мучительное. Дело здесь не в эталонах нашего восприятия, а в слитности организмического движения. Сеанс рейки в европейском исполнении рассматривается как работа, в которой надо выполнить особые наложения рук – этап за этапом, после чего процесс будет закончен. Восточный мастер рейки сперва слушает движения ци, проходящие через него, затем он начинает чувствовать, что происходит в теле другого человека, после чего он просто направляет руки к тем частям тела, которые их ждут, и это выглядит как уникальное и красивое взаимодействие двух энергий.

Двигательная переменная чрезвычайно важна в творчестве, поскольку действия творца сливаются с тем, что требует от него деятельность. Самой лучшей метафорой здесь является парный танец двух мастеров или тонко чувствующих друг друга партнеров. В такой паре двигательная активность имеет предел грациозности, потому что весь танец – это совместное существование вдвоем, которое доставляет предельное наслаждение.

Для того чтобы творчество случилось, необходимо найти то, чего мы желаем, надо, чтобы реализация желания доставляла удовольствие и достигалась естественность, спонтанность движения энергии и телесного движения. Когда художник пишет с вдохновением, он не думает, как он это делает и почему он выбирает именно эту краску, – это происходит бессознательно.

Эффект триединства мотивации, аффекта и движения в том, что оно, с одной стороны, всегда дает исключительный продукт и, с другой стороны, дарит внутреннюю удовлетворенность процессом и результатом творчества. Если поведение человека естественно и спонтанно, он чувствует положительное эмоциональное подкрепление и

неисчерпаемую мотивацию, его жизнь происходит как творческий процесс, таким содержанием, действительно, можно наполнить саму жизнь⁴. Если человека, реализующего Я-реальное, жизнь удовлетворяет в этих трех аспектах, то все остальное можно не принимать во внимание. Такой человек получает удовольствие от самого процесса жизни, от потока движения. Для того чтобы сделать жизнь творчеством, надо быть мастером жизни. На самом деле, такие отрезки жизни появляются достаточно редко. Однако когда говорят о реализованном человеке, то говорят о том, кто превратил свою жизнь в творческий процесс, о мастере жизни.

Творчество «разговаривает» с личностью не только и не столько языком знаков и слов, сколько языком символов, образов и эмоций, приоткрывая гностические и сверх-индивидуальные измерения сакральной человеческой миссии.

Тексты и представления, образы и символы творца не столько являются проявлениями его личности и человеческой натуры, сколько обнажают суть сверхчеловека. Творец и есть сверхчеловек, который существует в высшем измерении – по ту сторону земной личности, и именно он является подлинным автором гениальных картин, сакральных откровений в духовной жизни, гениальных научных открытий. Творчество – интимное и сугубо сакральное занятие, поглощающее человеческую индивидуальность сверх-человеческой, над-человеческой, трансперсональной сущностью демиурга. Именно это жертвоприношение позволяет земному, «человеческому, очень человеческому» стать проводником трансцендентных откровений.

Примечания

- 1 См.: Козлов В. В. Интегративная психология: пути духовного поиска или освящение повседневности. М., 2007. 528 с.
- 2 См.: Козлов В. В. Психотехнологии измененных состояний сознания. Личностный рост. Методы и техники. М., 2005. 544 с.
- 3 См.: Мазилев В. А. Методология психологической науки. Ярославль, 2003. 381 с.
- 4 См.: Козлов В. В. Психология творчества. Свет, сумерки и темная ночь души. М., 2009. 112 с.