Karen Horney

NEUROSIS AND HUMAN GROWTH

The Struggle Toward Self-Realization

W W NORTON COMPANY INC

New York

Карен Хорни

НЕВРОЗ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ

Борьба за самореализацию

**Б.С.К.**

Восточно-Европейский институт психоанализа Санкт-Петербург 1997

ББК88 Х86

*Перевод Е И Замфир Научная редакция проф М М Решетникова*

**Выражение признательности**

Восточно-Европейский институт психоанализа выражает искреннюю признательность за всестороннюю помощь Междуна родному Обществу Карен Хорни и лично его директору, д ру Бер нарду Перису и заместителю директора, д-ру Хелен де Розис Мы также чрезвычайно благодарны за финансовую поддержку первого издания этой книги на русском языке исполнительному директору Клиники Карен Хорни, д-ру Генри Паулю

**Acknowlegement**

The East European Institute of Psychoanalyse wants to express sincere gratitude to International Karen Homey Society and person ally to its Director, Bernard J Pans, Ph D and its Co Founder, Helen De Rosis, M D for their comprehensive assistance We are grateful also to Karen Homey Clinic and its Executive Director, Henry Paul, M D , for the generous financial support of our work on the Russian edition of “Neurosis and Human Growth”

**Хорни Карен**

Х86 Невроз и личностный рост Борьба за самореализацию Перевод с английского Е И Замфир под ред проф М М Решетникова — СПб совместное издание Восточно Ьвропейского института психо­анализа и БСК, 1997—316с

Последняя и самая известная книга выдающегося психоаналитика посвящена исследованию внутренних проб чем и конфликтов чинности Обобщая свои многолетний клинический опыт, автор формулирует идеи о неврозе как специфическом варианте адаптации, конкурирующим с духовным развитием личности

Книга доступна не только профессионалам, но и широкому кругу читатечеи, кото рые смогут не только узнать в них себя и увидеть свои собственные проблемы, но и пути их преодоления

ISBN 5-88787 002 3 ISBN 5 88925 0183

^ W W Norton & Company Inc ,1950 © Восточно Европейский институт психоана

лиза, 1997

© Перевод с английского Е И Замфир, 1997 ©БСК, 1997

Предисловие к русскому изданию

Карен Хорни (1885—1952) — одна из наиболее выдающихся психоана­литических мыслителей двадцатого столетия Получив медицинское образо­вание в университетах Фрайбурга, Геттингена и Берлина, она начала свой персональный анализ у Карла Абрахама в 1910 году, а в 1920 году стала одним из основателей Берлинского психоаналитического института В двад цатые и в начале тридцатых годов она пыталась модифицировать теорию Зигмунда Фрейда о женской психологии, оставаясь еще в рамках ортодок­сальной теории. Ее работы слишком опережали свое время, чтобы привлечь к себе то внимание, которого они заслуживали, но с их повторной публика­цией (1967), в виде сборника под общим названием “Женская психология”, Хорни считается основополагающей фигурой феминистского психоанализа.

В 1932 году Хорни приняла приглашение Франца Александера стать вторым директором только что созданного Чикагского психоаналитиче­ского института, но в 1934 году переехала в Нью-Йорк для работы в Нью-Иоркском психоаналитическом институте Под влиянием новых социаль­ных и интеллектуальных течений в США она опубликовала две книги — “Невротическая личность нашего времени” (1937) и “Новые пути в психо­анализе” (1939), в которых отвергаются некоторые базисные положения фрейдистской теории и ее биологическая ориентированность заменяется культуральной и интерперсональной Эти книги так потрясли ортодоксаль­ных коллег Хорни, что они вынудили ее уйти из Нью-Йоркского психоана­литического института В этой фазе своего научного поиска Хорни примк­нула к неофрейдистам, относящимся к культуральному направлению психо­анализа, таким как Гарри Стек Салпивен, Эрих Фромм, Клара Томпсон и Абрахам Кардинер

Оставив Нью-Иоркский психоаналитический Институт, Хорни в 1941 году основала Американский институт психоанализа и в более духов­но близкой ей атмосфере продолжала развивать свою теорию В работах “Самоанализ” (1942), “Наши внутренние конфликты” (1945) и “Невроз и личностный рост” (1950) она постулировала, что с тревогой, которую порождают отсутствие ощущения безопасности, любви и признания, лич­ность справляется тем, что отказывается от своих истинных чувств и изоб­ретает для себя искусственные стратегии защиты, как внутрипсихической, так и межличностной (интерперсональной)

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Идеи Хорни прошли в своем становлении несколько этапов, и поэтому ее имя означает разное для разных людей Некоторым она видится как жен­щина, чьи научные труды блестяще предвосхитили все возражения против взглядов Фрейда на психологию женщины Для других она — неофрейдист, принадлежащий к школе культуралистов А некоторые идентифицируют ее с ее зрелой теорией, представляющей собой продуманную классификацию стратегий защиты Каждый этап творчества Хорни важен, но мне думается, что именно ее зрелая теория представляет собой наиболее значительный вклад в течение психоаналитической мысли. Большая часть ее ранних идей была пересмотрена ипи дополнена — самой Хорни или другими — или же влилась в творчество следующего поколения, а порой была открыта им заново. Но с ее зрелой теорией дело обстоит иначе. “Наши внутренние конфликты” и “Невроз и личностный рост” объясняют поведение человека в рамках существующей на данный момент констелляции его внутренних конфликтов и защит. Мы не встретим у других авторов ничего подобного этой глубокой, чрезвычайно перспективной интерпретации. Опадает боль­шие возможности не только клиницисту, но и литературоведу и культуро­логу; ее можно использовать в политической психологии, философии, рели­гии, жизнеописании и решении проблем полоролевой идентификации.

Хотя каждая работа Хорни — это заметный вклад в науку, а потому заслуживает внимания, главной остается “Невроз и личностный рост”. Эта книга построена на ее ранних работах и в большой мере развивает содержа­щиеся в них идеи. Хорни как автор знаменита ясностью изложения, и “Нев­роз и личностный рост” не исключение, но тем, кто незнаком с эволюцией ее идей, возможно пригодится данное вступление.

**I. Хорни и женская психология**

Еще преподавая ортодоксальную теорию в Берлинском психоанали­тическом институте, Хорни начала расходиться с Фрейдом в вопросах зави­сти к пенису, женского мазохизма и развития женщины и попыталась заме­нить главенствующий фаллоцентристский взгляд на женскую психологию на иной, женский, взгляд. Изначально она пробовала изменить психоанализ изнутри, но в конце концов отошла от многих его преконцепций и создала собственную теорию.

В первых своих двух статьях “О происхождении комплекса кастрации у женщин” (1923) и “Уход от женственности” (1926) Хорни стремилась показать, что девочка и женщина обладает лишь ей присущими биологиче­ской конституцией и паттернами развития, которые следует рассматривать, исходя из женского начала, а не как отличные от мужских, и не как про­дукты их предполагаемой неполноценности по сравнению с мужскими. Она оспаривала психоаналитический подход к женщине как к неполноценному мужчине, считая этот подход следствием пола его создателя, гениального по-мужски, и плодом культуры, в которой взяло верх мужское начало. Взгляд мужчин на женщину и был усвоен психоанализом в качестве науч-

—б—

*Предисловие к русско чу изданию*

ной картины сущности женщины. Для Хорни важно понять — почему же мужчина видит женщину именно в таком ракурсе Она утверждает, что зависть мужчины к беременности, деторождению, материнству, к женской груди и возможности кормить ею дает начало бессознательной тенденции обесценить все это и что мужской творческий импульс — сверхкомпен­сация за малую роль в прокреации “Зависть к матке” у мужчины несом­ненно сильнее “зависти к пенису” у женщины, поскольку мужчина желает снизить значимость женщины гораздо сипьнее, чем женщина желает сни­зить значимость мужчины.

В дальнейших статьях Хорни продолжача анализ мужского взгляда на женщину, дабы показать недостаток его научности. В статье “Недоверие между полами” (1931) она доказывает, что в женщине видят “второсортное создание”, поскольку “в любой отрезок времени более могущественная сто­рона создавала идеологию, необходимую для обеспечения своего главенст­вующего положения”, и “в этой идеологии отличия слабых трактовались как второсортность”. В “Страхе перед женщиной” (1932) Хорни прослеживает этот мужской страх до страха мальчика перед тем, что его гениталии неаде­кватны материнским. Женщина угрожает мужчине не кастрацией, а униже­нием, угрожает “маскулинному самоуважению”. Вырастая, мужчина про­должает в глубине души тревожиться о размерах своего пениса и о своей потенции. Эта тревога не дублируется никакой женской тревогой: “жен­щина играет свою роль самим фактом своего бытия”, ей нет необходимости постоянно доказывать свою женскую сущность. Поэтому нарциссический страх перед мужчиной у женщины отсутствует. Чтобы совладать со своей тревогой, мужчина выдвигает идеал продуктивности, ищет сексуальных “побед” или стремится унизить объект любви.

Хорни не отрицает, что женщины часто завидуют мужчинам и недо­вольны своей женской ролью. Многие ее работы посвящены “комплексу маскулинности”, который она в “Запрещенной женственности” (1926) опре­деляет как “комплекс чувств и фантазий женщины, содержание которых оп­ределяется бессознательным желанием тех преимуществ, которые дает по­ложение мужчины, зависть к мужчинам, желание быть мужчиной и отказ от роли женщины”. Первоначально она считала, что комплекс маскулинности у женщины неизбежен, поскольку он необходим для того, чтобы избежать чувства вины и тревоги, являющихся продуктом Эдиповой ситуации, но впо­следствии пересмотрела свое мнение. Комплекс маскулинности — продукт мужского доминирования в культуре и характерных особенностей динамики семьи девочки, утверждала Хорни. “В реальной жизни девочка от рождения обречена убеждаться в своей неполноценности, высказывается ли это грубо или исподволь. Такое положение постоянно стимулирует ее комплекс мас­кулинности” (“Уход от женственности”).

Говоря о семейной динамике, Хорни сперва считала самыми главными отношения девочки с мужчинами семьи, но позднее центральной фигурой в историях болезни женщин, страдавших комплексом маскулинности, стано­вится их мать В “Материнских конфликтах” (1933) она перечисляет все те

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

черты детства девочки, которые она считает ответственными за комплекс маскулинности. “Вот что типично: у девочек, как правило, очень рано возни кали причины не любить свой собственный женский мир. Причинами этого могли быть материнское запугивание, глубокое разочарование в отноше­ниях, связанных с отцом или братом, ранний сексуальный опыт, ужаснувший девочку, фаворитизм родителей по отношению к брату”. Все это было и в детстве самой Карен Хорни.

В своих работах по женской психологии Хорни постепенно отошла от веры Фрейда: “анатомия — это судьба” и все более выделяла в качестве источника женских проблем и проблем полоролевой идентификации факто­ры культуры. Нет, не пенису самца завидует женщина, а привилегиям муж­чины. Ей очень нужно иметь не пенис, а возможность реализовать себя, раз­вивая заложенные в ней человеческие способности. Патриархальный идеал женщины не всегда отвечает ее внутренним потребностям, хотя власть этого идеала часто заставляет женщину вести себя в соответствии с ним В “Про­блеме женского мазохизма” Хорни бросает вызов теории “исконного родст­ва между мазохизмом и женским организмом”. Это убеждение некоторых психоаналитиков лишь отражает стереотипы маску линной культуры, Хорни же прослеживает ряд социальных условий, делающих женщину мазохистич-нее мужчины. Более того, сравнение различных культур показывает, что эти условия не универсальны: некоторые культуры более других неблаго­приятны для развития женщины.

Хотя Хорни посвятила большую часть своей профессиональной жизни проблемам женской психотогии, она оставила эту тему в 1935 году, считая, что роль культуры в формировании психики женщины слишком велика, что­бы мы могли провести четкое разграничение: вот это женское, а это — нет В лекции, озаглавленной “Страх женщины перед действием” (1935), Хорни высказывает убеждение, что только тогда, когда женщина будет свободна от концепции женственности, навязанной маску линной культурой, мы сможем понять, в чем же на самом деле состоит психологическое отличие Ai-нщины от мужчины. Нашей целью должно быть не определение истинной сущности женственности, а поощрение “полного и всестороннего развития личности каждого человека”. После этого она и начала разрабатывать свою теорию, которую она полагала нейтральной в отношении пола человека, приложимой и к мужчине и к женщине

**II. Разрыв с Фрейдом**

В тридцатых годах Хорни опубликовала две книги. “Невротическая лич­ность нашего времени” (1937) и “Новые пути в психоанализе” (1939), кото­рые привели к тому, что психоаналитическое сообщество “отлучило” ее от психоанализа В обеих книгах она подвергала критике теорию Фрейда и выдвигала свою.

Одной из павных черт работы Хорни в то время было выделение роли культуры в формировании невротических конфликтов и защит Важность

*Предисловие к русскому изданию*

культуры все более подчеркивалась ею уже в работах, посвященных жен­ской психологии. Переезд в США и осознание отличий этой страны от цен­тральной Европы слетали ее еще восприимчивее к работам социологов, антропологов и культурально ориентированных психоаналитиков, таких как Эрих Фромм, Херольд Лассуэлл, Рут Бенедикт, Маргарет Мид, Альфред Адлер и Гарри Стек Салливен.

Хорни показала, что Фрейд, в силу своего особого интереса к биологиче­ским корням поведения человека, сделал не вполне корректное предположе­ние об универсальности чувств, установок и отношений, свойственных его культуре Не принимая во внимание социальных факторов, он связывает эгоцентризм невротика с нарциссическим либидо, его враждебность — с ин­стинктом разрушения, его одержимость деньгами — с анальным либидо и стяжательство — с оральным. Но антропология показывает, что каждая культура имеет свои, отличные от других культур, тенденции к продуциро-ванию всех этих типов характера. Вслед за Малиновски и другими Хорни рассматривает Эдипов комплекс как культурально обусловленный фено­мен, объем которого может быть значительно уменьшен посредством соци­альных перемен.

Фрейд считает невроз производным от столкновения культуры и ин­стинкта, но Хорни не соглашается с этим. По Фрейду, мы нуждаемся в куль­туре для выживания и, чтобы сохранить ее, должны подавлять или сублими­ровать свои инстинкты. А поскольку наше счастье состоит в полном и немед­ленном удовлетворении инстинктов, мы должны выбирать между счастьем и выживанием. Хорни не верит, что это столкновение индивида и общества неизбежно. Столкновение происходит в том случае, когда неудачное окру­жение фрустрирует наши эмоциональные потребности и тем самым возбуж­дает страх и враждебность. Фрейд изображает человека ненасытным, дест­руктивным и антисоциальным, но по Хорни, все это — скорее невротиче­ские реакции на неблагоприятные условия, чем выражение инстинктов.

Хотя Хорни часто считают представителем культуральной школы, осо­бое внимание к культуре было лишь преходящей фазой ее творчества. Более важной частью ее работы в тридцатых годах стала новая версия структуры невроза, впервые представленная ею в “Невротической личности нашего времени” Хорни не отрицала значения детства в эмоциональном развитии человека, как иногда думают, но значение придавала не фрустрации либиди-нозных импульсов, а патогенным условиям жизни ребенка в семье, где он не чувствует себя в безопасности, любимым и ценным. В результате у него раз­вивается “базальная тревога” — чувство своей беспомощности перед враж­дебным миром, которое он пытается смягчить, вырабатывая такие защитные стратегии, как погоня за любовью, стремление к власти или отчуждение По­скольку эти стратегии несовместимы друг с другом, они вступают в кон­фликт, который создает новые трудности В своих следующих книгах Хорни развивала и уточняла эту модель невроза.

Хорни считала, что наши стратегии защиты обречены на провал, поскольку создают порочный круг. средство, которым мы хотим смягчить

***Кирен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

тревогу, напротив, усиливает ее Например, фрустрация потребности в любви делает эту потребность ненасытной, а требовательность и ревни­вость, вытекающие из ненасытности, делают все менее вероятным, что чело­век обретет друга. У тех, кого не любили, развивается прочное чувство, что их никто не любит, и они отбрасывают любое свидетельство противополож­ного, а за любым проявлением симпатии ищут дурные намерения. То, что они были лишены любви, сделало их зависимыми, но они боятся зависеть от другого, потому что это делает их слишком уязвимыми. Хорни сравнивает эту ситуацию с ситуацией “человека, который умирает от голода, но не осмеливается съесть что-либо из страха, что еда отравлена”.

Большую часть “Невротической личности” Хорни посвятила разбору невротической потребности в любви, но она останавливается в этой работе и на стремлении к власти, престижу и обладанию, которое развивается в том случае, когда личность отчаивается добиться любви. Эти невротические стремления являются продуктом тревоги, гнева и чувства неполноценности. Они ненасытны, поскольку невротику никакого успеха не будет достаточно, чтобы он ощутил себя в безопасности, спокойным или довольным своими до­стижениями. Потребность в любви или в успехе плодотворна, и ее возмож­но удовлетворить, если она не носит компульсивного характера.

Согласно Хорни, люди пытаются справиться с базальной тревогой, выра­батывая не одну, а несколько стратегий защиты. “Человек ощущает одновре­менно императивное влечение властвовать над всеми и быть всеми любимым, его влечет уступать каждому и каждому навязывать свою волю, уйти прочь от людей и умолять их о дружбе”. В результате “его раздирают неразрешимые конфликты, которые часто и являются динамическим центром невроза”.

Итак, в ранних книгах Хорни развивалась парадигма структуры невро­зов, согласно которой нарушения в человеческих взаимоотношениях генери­руют базальную тревогу, что ведет к развитию стратегий защиты, которые, во-первых, сами себя сводят на нет, а во-вторых — приходят друг с другом в конфликт. В “Невротической личности нашего времени” разрабатывалась тема погони за любовью и господством, но затрагивалась и тема отчуждения;

в книге “Новые пути в психоанализе” к межличностным стратегиям защиты были добавлены нарциссизм и перфекционизм (погоня за совершенством). В этих книгах даны также описания внутрипсихических стратегий защиты, таких как самообесценивание, самоупреки, невротическое страдание и сверхподчинение стандартам, но более полно их содержание было раскрыто в двух последних книгах Хорни.

Возможно, самым значительным аспектом новой версии психоанализа, созданной Хорни, было смещение интереса аналитика (как в теории, так и на практике): от интереса к прошлому пациента — к интересу к его насто­ящему. Если в центре внимания Фрейда находился генезис невроза, то в цен­тре внимания Хорни — его структура. Она полагала, что психоанализ дол­жен заострять внимание не столько на инфантильных корнях невроза, сколь­ко на имеющейся констелляции защит и внутренних конфликтов невротика. Эта особенность ее подхода резко отличала его от классического психоана-

— 10—

*Предисловие к русском) изданию*

лиза и делала его неприемлемым для тех, кто интересовался в основном прошлым пациента.

В работе “Новые пути в психоанализе” Хорни отграничивала эволюцио­нистский подход от “механически эволюционистского”. Эволюционистское мышление предполагает, что “существующее сегодня не существовало в этой форме изначально, а приняло ее поэтапно. На этих предшествующих этапах мы, возможно, найдем очень мало сходства с нынешней формой, но нынешняя форма немыслима без предшествующих”. Механически эволю­ционистское мышление настаивает, что “ничего реально нового в процессе развития сотворено не было”, и “то, что мы видим сегодня,— только старое в новой упаковке”. Для Хорни глубинное влияние ранних детских пережи­ваний не исключает последующего развития, тогда как для Фрейда — ниче­го нового не происходит с человеком после того, как ему исполнится пять лет, и все дальнейшие реакции или переживания следует рассматривать только как воспроизведение раннедетских. Механически-эволюционистский аспект мышления Фрейда отразился в его идее об отсутствии времени в бес­сознательном, в его понимании навязчивого повторения, фиксации, peipec-сии и переноса. Хорни считает этот аспект мышления Фрейда ответствен­ным “за ту степень, в которой тенденциям человека приписывается инфан­тильность, а его настоящее объясняется прошлым”.

В сердцевине концепции Фрейда об отношении детских переживаний к поведению взрослого находится доктрина об отсутствии времени в бессоз­нательном. Вытесненные в детстве страхи, желания или целостные пере­живания не подвергаются никаким влияниям со стороны дальнейшего опыта, появляющегося по мере взросления человека. Это позволяет выстроить кон­цепцию фиксации — либо по отношению к раннему окружению человека (фиксация на отце или на матери), либо по отношению к стадии развития его либидо. Согласно этой концепции и становится возможным рассмотрение дальнейших привязанностей человека или образцов его поведения как вос­произведения прошлого, застывшего в бессознательном и не подвергшегося изменениям.

Хорни вовсе не пытается опровергнуть доктрину об отсутствии времени в бессознательном или ряд концепций, с ней связанных. Она, скорее, пыта­ется выстроить (на ином наборе предпосылок) собственную теорию' “отлич­ная от механистической точка зрения такова, что в процессе органического развития никогда не возникает простых повторений или регрессий к преды­дущим стадиям”. Прошлое всегда содержится в настоящем, но не в виде его воспроизведения, а в виде его развития. Путь “реального развития” — это путь, на котором “каждый шаг влечет за собой следующий”. Таким образом, “интерпретации, которые связывают трудности настоящего непосредствен­но с влиянием детства, в научном плане —только половина истины, а в прак­тическом — бесполезны”.

Согласно модели Хорни, ранние переживания так глубоко влияют на нас не потому, что создают фиксации, заставляющие человека воспроизводить инфантильные паттерны, а потому, что обуславливают наше отношение

— 11 -

***Карен Хорни.*** *Невроз и тчностный рост*

к миру. Последующие переживания тоже влияют на наше отношение к миру, и оно, в конце концов, выливается в стратегии защиты и черты характера взрослого человека. Ранние переживания могут повлиять сильнее, чем более поздние, поскольку именно они определяют направление развития, но харак­тер взрослого — продукт *всех* предыдущих взаимодействий его психики и окружающей среды.

Есть и другое важное различие Хорни и Фрейда Фрейд считал, что эти решающие детские переживания относительно немногочисленны и носят в основном сексуальный характер, а Хорни была уверена, что за невроти­ческое развитие отвечает вся совокупность детских переживаний. Жизнь взрослого человека идет вкривь и вкось из-за того, что в детстве вся окружав­шая его культура, его отношения со сверстниками и особенно семейные отношения заставляли ребенка чувствовать себя незащищенным, нелюби­мым и ненужным, и это породило в нем базальную тревогу. Эти неблагопри­ятные условия дают почву для развития особой структуры характера, а из нее проистекают все дальнейшие трудности

Хорни указывает, что связь между нашим настоящим и ранним детством существует, но она многосложна, и ее трудно проследить. Она считает, что пытаясь понять симптом в рамках его инфантильного начала, “мы силимся объяснить одно неизвестное .. через другое, о котором знаем еще меньше” Более плодотворно было бы “сосредоточиться на силах, которые актуально движут человеком или препятствуют его движению; есть достаточная веро­ятность, что мы сумеем их понять, даже не очень много зная о его детстве”

**III. Зрелая теория Хорни**

В работе “Новые пути в психоанализе” Хорни говорит об искажении “не посредственного Собственного Я человека”, наступающего под давлением окружения, как о центральной черте невроза Цель лечения — “вернуть чело­веку его самого, помочь ему вновь обрести свою непосредственность и найти свой центр тяжести в себе самом”. Хорни предложила термин “реальное Соб­ственное Я” (“the real self”) в статье “На своем ли мы месте?” (1935) и вновь использовала его в “Самоанализе” (1942), где она впервые заговорила о “самореализации” (self-realization) “Невроз и личностный рост” (1950) начинается с проведения различия между здоровым развитием, при котором личность реализует свой потенциал, и невротическим развитием, при котором происходит отчуждение от реального Собственного Я. Подзаголовок этой по­следней книги Хорни — “Борьба за самореализацию”: в основу ее понимания, как здоровья, так и невроза, легла концепция реального Собственного Я

Реальное Собственное Я — не фиксированная структура, а набор “при­сущих человеку потенций” (таких как темперамент, способности, дарования, склонности), являющийся частью нашей наследственности и нуждающийся в благоприятных условиях для развития. Это не продукт научения, посколь­ку нельзя никого научить быть самим собой; но это и не то, что не поддается внешним влияниям, поскольку актуализация реального Собственного Я

— 12—

*Предисловие к русскому изданию*

осуществляется через взаимодействие с внешним миром, предоставляющим различные пути развития. Этот процесс может идти различными путями, в зависимости от тех или иных условий Однако в детстве человеку требу­ются определенные условия, чтобы его самореализация могла состояться. Они включают в себя “теплую атмосферу”, позволяющую ребенку выра­зить его собственные мысли и чувства, добрую волю близких в удовлетворе­нии его различных потребностей и “здоровое столкновение его желании и воли окружающих”.

Когда невроз родителей мешает им любить ребенка или хотя бы думать о нем “как об отдельной особенной личности”, у ребенка развивается базальная тревога, которая не дает ему “относиться к другим людям непо­средственно, как подсказывают его реальные чувства, и вынуждает его найти иные пути обращения с ними”. Чувства и поведение ребенка больше не являются искренним выражением его самого, а диктуются стратегиями защиты. “Он может идти к людям, против людей или прочь от них”.

Зрелая теория Хорни содержит описания этих стратегий и их проду­манную классификацию. В “Наших внутренних конфликтах” она обраща­ется к нашим межличностным стратегиям и конфликтам, порождаемым ими, тогда как в “Неврозе и личностном росте” нам дан полный отчет о внутри-психических защитах и их связях с межличностными.

В “Неврозе и личностном росте” Хорни предупреждает нас против “од­ностороннего внимания либо к внутрипсихическим, либо к межличностным факторам”, утведждая, что динамику невроза можно понять\_“толькокак\_ процесс, в котором межличностные конфликты приводят к особым внутри­психическим конфигурациям^тоторые, будучи зависимымирт прежних пат-тернов\_человеческих отношении, в свою очередь изменяют их” Тем не менее, она пренебрегает^собсгвеннБгмттредупреждениём, сосредоточиваясь более на внутрипсихических факторах, что создает проблемы для читателя. Поскольку внутрипсихические построения — результат межличностных конфликтов, логичнее с них и начать изложение теории. Так и построены “Наши внутренние конфликты”, но в “Неврозе и личностном росте” Хорни, желая прежде всего рассказать читателю о своих новых идеях, несколько запутывает его, начиная с внутрипсихических стратегий, и даже временами выводит решения, принимаемые в межличностном плане, из внутрипсихи­ческих решений. Мне бы хотелось осуществить синтез ее двух последних работ, дабы “расчистить путь” читателю к более быстрому восприятию “Невроза и личностного роста”.

Пытаясь справиться с чувством “меня никто не любит”, с ощущениями своей незащищенности, ненужности, порождающими базальную тревогу, человек может принять решение о смирении или соглашательстве и начать движение *к людям;* может принять агрессивное или экпансивное реше­ние и начать движение *против людей,* или же может принять решение об отчуждении, уходе *от людей.* Хорни ввела термины соглашательство, агрессия, уход в “Наших внутренних конфликтах”, а в “Неврозе и личност­ном росте” говорила о смирении, захвате и отчуждении или “уходе в отстав-

— 13—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

ку”; но оба ряда терминов взаимозаменяемы. Здоровый человек способен проявлять гибкость, подвижность и избирать направление своего движения в зависимости от обстоятельств, но у человека, отчужденного от Собствен­ного Я, “выбор” движения становится компульсивным и неразборчивым. Каждое из трех решении включает некую констелляцию паттернов поведе­ния и личностных черт, концепцию справедливости и набор верований, пред­ставлений о природе человека, об общечеловеческих ценностях и условиях жизни человека. Оно включает также “сделку с судьбой”, предполагающую вознаграждение за покорность диктату выбранного решения.

Каждое защитное направление движения “раздувает” один из элементов базальной тревоги: беспомощность в решении о соглашательстве; враждеб­ность в агрессивном решении; изолированность в решении об уходе. По­скольку в условиях, продуцирующих базальную тревогу, неизменно возни­кают все эти три чувства (беспомощности, враждебности, изоляции), человек делает защитную стратегию из каждого; а поскольку эти три стратегии (на­правления движения) включают несовместимые друг с другом черты харак­тера и системы ценностей, то его раздирают внутренние конфликты. Чтобы обрести ощущение своей целостности, человек делает упор на одной из стра­тегий и становится в основном смиренным или агрессивным, или отчужден­ным от людей. Какое направление он выберет, зависит от особенностей его темперамента и от сил, действующих на него со стороны окружения.

Другие тенденции продолжают существование, но становятся бессо­знательными, проявляясь в замаскированной форме и окольными путями. Конфликт между тенденциями не был разрешен, он просто был загнан в под­полье. Когда “подземные” тенденции по какой-либо причине приближаются к поверхности, человек ощущает жесточайшее внутреннее беспокойство, которое порой парализует его, не дает ему двигаться вообще ни в каком направлении. Под каким-то мощным влиянием или под действием крупного провала своего основного решения человек может переизбрать свою глав­ную стратегию защиты на одну из вытесненных. Он считает, что “переме­нился”, “многому научился”, но это лишь замена одной защиты на другую.

Тот, у кого доминирует смирение, пытается одолеть свою базальную тревогу, добиваясь расположения и одобрения и устанавливая контроль над другими через их потребность, заинтересованность в нем. Он стремится привязать к себе других своей слабостью, любовью, уступчивостью, добро­той. Поскольку ему одновременно нужно сдаться на чью-то милость и необ­ходимо получить возможность безопасно выражать свою агрессивную тен­денцию, его часто влечет к себе противоположный, экспансивный тип чело­века: он может через него участвовать в господстве над жизнью. Такие отношения часто перерастают в “болезненную зависимость”, при которой наступает кризис, если уступчивый партнер начинает ощущать, что его под­чинение не получает награды, ради которой он жертвовал собой.

Ценности уступчивых и смиренных “лежат в области добротьг, жалости, любви, щедрости, самоотдачи, покорности; тогда как самомнение, честолю­бие, бессердечие, бессовестность, властность вызывают у них отвращение”.

— 14—

*Предисловие к русскому изданию*

Поскольку “любое желание, стремление, поиск чего-то большего” они считают “дерзким и опасным вызовом судьбе”, их самоутверждение и само­защита чрезвычайно заторможены. Они избирают христианские ценности, но вынужденно, потому что эти ценности необходимы для их системы защит. Они вынуждены верить в то, что надо “подставлять другую щеку”, и в то, что в мире существует порядок, установленный провидением, а добро­детель в конце концов торжествует. Их сделка заключается в том, что если они будут смиренными, любящими, будут избегать гордыни и не гнаться за славой, судьба и другие люди будут милостивы к ним. Если судьба не жела­ет соблюдать эту сделку, они или отчаиваются в божественной справедливо­сти, или приходят к выводу о своей виновности, или начинают верить в спра­ведливость, превосходящую человеческое понимание. Они нуждаются не только в вере в справедливость миропорядка, но и в вере в природную доб­роту людей, поэтому очень чувствительны к разочарованиям в этой сфере.

У личности смиренного типа, пишет Хорни, “множество ее агрессивных устремлений глубоко вытеснено”. Агрессия вытесняется, потому что агрес­сивные чувства или действия пришли бы в жестокое столкновение с необхо­димостью быть добрым и подвергли бы огромной опасности всю стратегию достижения любви, справедливости, защиты и одобрения. Тем самым стра­тегия ведет к усилению враждебности, так как “смирение и доброта иску­шают наступать им на ноги”, а “зависимость от других способствует исклю­чительной уязвимости”. Ярость, клокочущая в глубине души таких людей, угрожает их представлению о себе, их жизненной философии, их сделке с судьбой; ее необходимо вытеснить, замаскировать или же оправдать — чтобы избежать растущей ненависти к себе и враждебности к другим.

Цели, черты характера и ценности тех, в ком взяла верх экспансивная тенденция, прямо противоположны всему вышеперечисленному у “смирен­ных и уступчивых”. Не любовь привлекает их, а господство. Им отврати­тельна беспомощность, они стыдятся страдания и нуждаются в успехе, пре­стижном положении, признании. Как мы уже видели, решения, названные соглашательством, агрессией и уходом в “Наших внутренних конфликтах”, в “Неврозе и личностном росте”, становятся смирением, захватом и отчуж­дением (“уходом в отставку”). Поскольку она подразделяет решение об экс­пансии на нарциссическое, перфекционистское (необходимость совершен­ства) и решение о мести, перед нами пять основных решений вместо трех. Она не касалась нарциссизма и перфекционизма в “Наших внутренних кон­фликтах”, поэтому “агрессивное решение” можно считать эквивалентом “решения о мести”, описанного в “Неврозе и личностном росте”.

Нарциссичные люди стремятся к господству над жизнью, “любуясь собой и очаровывая других”. Часто они вырастают из одаренных детей-любимцев, которыми сверх меры восхищались. Став взрослыми, они считают мир своей кормилицей, а себя — баловнями судьбы. Они без тени сомнения верят в свои таланты и полагают, что никто против них не устоит. Их неуверенность про­является в беспрестанных рассказах о своих подвигах или замечательных качествах и в потребности получать бесконечные подтверждения своей само-

— 15—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

оценки в виде восхищения и поклонения. Их сделка такова, что если только они будут держаться за свои мечты и преувеличенные требования к себе, жизнь обязательно даст им все, чего только они ни пожелают. Если же этого не происходит, у них может наступить психологический коллапс, потому что они плохо подготовлены для встречи с реальностью.

Нормы того, кто стремится к абсолютному совершенству, чрезвычайно высоки, как в области нравственности, так и в области интеллекта. На всех остальных он смотрит с высоты этих норм. Он необычайно горд своей “пра­вильностью” и его цель — “безупречность” во всех отношениях. По таким нормам очень трудно жить, поэтому он стремится уравнять знание о нравст­венных ценностях и их воплощение в жизнь. Так он пытается обмануть себя и поэтому часто настаивает, чтобы другие жили в соответствии с его норма­ми, и презирает их за то, что они этого не делают, тем самым вынося вовне (экстернализуя) свое самоосуждение. Навязывание другим своих норм ведет к тому, что поклонник совершенства восхищается немногими избранными, а к большинству человечества относится критически и высокомерно. Сдел­ка его носит “юридический” оттенок: за его честность, справедливость и вер­ность долгу ему присуждается “справедливое отношение всех людей и жиз­ни в целом. Это убеждение в нерушимой справедливости жизни дает ему ощущение власти над жизнью”. Высотой своих норм он подчиняет судьбу. Его собственная неудача или ошибка угрожает сделке и поэтому перепол­няет его чувством беспомощности или ненависти к себе.

Мстительными людьми движет в основном потребность в злобном тор­жестве. В то время как нарциссичный тип с детства купался в восхищении, а поклонник совершенства вырос под прессом жестких норм, жаждущий мести человек подвергался в детстве грубому обращению и в нем есть потребность отплатить за все нанесенные ему оскорбления. Он считает мир “ареной, где, как сказано у Дарвина, выживает наиболее приспособленный, а сильный уничтожает слабого”. Единственный моральный закон, присущий природе вещей,— “право на стороне силы”. В своих отношениях с другими он состязателен, безжалостен и циничен. Он не верит никому, избегает эмо­циональной вовлеченности и смотрит, как бы использовать других, чтобы усилить свое чувство господства. Он относится к скромным людям, как к ду­рачью, но несмотря на это, его тянет к ним из-за их уступчивости и смирения.

Тип соглашателя (или смиренника) вынужден вытеснять свою враж­дебность ради того, чтобы могло действовать его решение, и аналогично, для мстительного человека “любое чувство жалости, или необходимость быть “хорошим”, или установка на уступку была бы несовместима с общей карти­ной его жизни, им выстроенной, и поколебала бы ее основы”. Он хочет быть твердым, жестким и относится ко всем проявлениям чувств как к признаку слабости. Он боится опасности со стороны своих тенденций к уступчивости, потому что они сделали бы его уязвимым во враждебном мире, обратили бы его взор к ненависти к себе и угрожали бы его сделке, существенно для него необходимой. Он не рассчитывает, что мир даст ему хоть что-то — он убе­жден, что достигнет своих честолюбивых целей, только если останется верен

— 16—

*Предисловие к русскому изданию*

"своему взгляду на жизнь, как на битву, и не позволит, чтобы на него по-влияла традиционная мораль или его собственная мягкость. Если рушится его решение захватить весь мир, он склонен возненавидеть себя.

Тот, чья главная стратегия — уход от людей, не гонится ни за любовью, ни за господством, а поклоняется свободе, покою и самодостаточности. Он презирает гонку за мирским успехом и питает глубокое отвращение к лю­бым усилиям. У него есть сильная потребность в превосходстве, и обычно он смотрит на своих собратьев свысока, но реализует свое честолюбие скорее в воображении, чем в актуальных достижениях. Он управляет угрожающим миром, изымая себя из-под его власти и выбрасывая других из своей внут­ренней жизни. Чтобы избежать зависимости от окружения, он старается подчинить себе свои внутренние порывы и довольствоваться малым. Он обычно не бранит жизнь, но покоряется ходу вещей, каков он ни есть, и при­нимает свою участь с иронией или стоическим достоинством. Его сделка состоит в том, что если он не будет сам ничего просить у людей, то и люди его не побеспокоят; если он не будет ни к чему стремиться, то и не потерпит неудачи; не будет ничего ожидать и не будет разочарован.

Отчуждаясь от людей, он отчуждается и от себя, и делает это, подавляя или отрицая свои чувства и внутренние конфликты. Его уход от активной жизни ставит его в позицию зрителя, которая позволяет ему быть превосход­ным наблюдателем, как над другими людьми, так и над собственными внут­ренними процессами. Но его самопонимание отделено от эмоций, он “гля­дит на себя отстранение, как на произведение искусства, с неким объектив­ным интересом”.

В “Неврозе и личностном росте” Хорни описывает детские пережива­ния, типичные для каждой из основных стратегий, выбираемых в дальней­шем. Однако опыт большинства детей не “типичньш”, а является неким соче­танием переживаний, и потому у взрослых имеется не “типичная” защита, а их сочетание, комбинация. Конфликты между защитами и порождают коле­бания, непоследовательность, ненависть к себе. Значение теории Хорни в том, что она позволяет нам понять противоречивые установки, поведение и верования человека как часть структуры его внутренних конфликтов. Рас­сматривая классификацию защит, проведенную Хорни, важно помнить, что она говорит о ситуации на какой-то момент, о временном срезе динамики:

решения комбинируются, вступают в конфликт, ослабевают или усилива­ются, сами нуждаются в защите, запуская “порочный круг”, и сменяются при их провале.

В то время как межличностные затруднения порождают движение к людям, против людей и прочь от людей, а также конфликт между этими направлениями движения, внутрипсихические проблемы, сопутствующие межличностным, продуцируют свои собственные стратегии защиты. Чтобы компенсировать ощущение своей слабости, никчемности и неадекватности (несоответствия), мы создаем, с помощью воображения, “идеальный образ самого себя” и наделяем его неограниченной силой, властью и невероят­ными способностями”.

— 17-

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Процесс самоидеализации следует рассматривать во взаимодействии с межличностными стратегиями, поскольку на идеальный образ сильно влияет главная стратегия защиты, превозносящая те или иные личностные качества. Идеальный образ смиренного типа — “набор чудесных качеств, таких как доброта, отсутствие эгоизма, щедрость, уступчивость, святость, благородство, сострадательность”. Но помимо чуткости к искусству, при­роде и людям прославляется и “беспомощность, страдание и мученичество”. Мстительные люди видят себя непобедимыми в любой ситуации. Они умнее, упорнее и реалистичнее других и поэтому могут достичь большего. Они гор­дятся своей бдительностью, способностью предвидеть и планировать и счи­тают, что ничто не может их задеть. Нарциссичный человек — это “помазан­ник, перст Божий, пророк, благодетель человечества, человек предназначе­ния, ибо ему уготована судьба дать людям нечто великое”. Он воображает, что его энергия неисчерпаема, что он способен к неограниченным достиже­ниям, причем совершенно без усилий. Поклонник совершенства видит себя как совершенство во всех отношениях. Он все делает превосходно, за что ни возьмется, он абсолютно правильно судит о чем угодно, он справедлив и верен долгу в любых отношениях с людьми. Идеальный образ “ушедшего в отставку” — это “сплав самодостаточности, независимости, идущей изну­три умиротворенности, свободы от страстей и желаний” и стоического рав­нодушия к “пращам и стрелам яростной судьбы”. Они стремятся быть сво­бодными от оков и невосприимчивыми к давлению. При любом типе решения идеальный образ может быть сшит отчасти по религиозной, отчасти по куль-туральной выкройке, а может быть взят из истории или личного опыта.

Идеальный образ, в конечном счете, не улучшает нашего отношения к себе, а, скорее, ведет к усилению ненависти к себе и дополнительным вну­тренним конфликтам. Хотя качества, которыми мы наделяем себя, дикту­ются нашей главной межличностной стратегией, вытесненные решения тоже имеют свое право голоса; и поскольку каждое решение прославляет свой набор черт личности, различные аспекты идеального образа противоречат друг другу, и каждый из них борется за право быть актуализированным. Хуже того, поскольку почувствовать себя чего-то стоящим можно лишь *став* своим идеалом, все, что “не дотягивает” до него, ощущается как нику­да не годное, и так разрастается образ “презренного Собственного Я”, кото­рый и становится мишенью самокритики. Так много людей, пишет Хорни, “колеблется меж ощущением надменного всемогущества и чувством, что они — последние подонки”. В то время как идеальный образ выстраивается согласно главной межличностной стратегии, презренный образ наиболее сильно отражает вытесненную стратегию. По мере того как мы убеждаем себя, что мы действительно тот великий человек или та дрянь, которой мы себя вообразили, идеальный образ развивается в идеальное Собственное Я, а противоположный — в презренное Собственное Я.

Хорни кладет в основу рассуждений четыре наших Собственных Я:

реальное (или возможное), идеальное (или невозможное), презренное и актуальное. Реальное Собственное Я — не фиксированная структура,

— 18—

*Предисловие к русскому изданию*

а набор биологических предпосылок, которые могут быть актуализированы только во взаимодействии с окружением. Степень и форма его актуализации во многом зависит от внешних условий, в том числе — от культуры. При не­благоприятных условиях соприкосновение с реальным Собственным Я теря­ется и разрастается идеальный образ, столь же нереально грандиозный, как нереально гадок и слаб презренный образ. Актуальное Собственное Я — это тот человек, которым мы являемся, и в нем перемешаны сила и слабость, здоровье и невроз. Расстояние между актуальным и реальным Собственным Я зависит от того, насколько наше развитие было самоактуализацией, и насколько — самоотчуждением.

С формированием идеального образа мы пускаемся “в погоню за сла­вой”, так как наша “энергия, влекущая к самореализации, перехвачена дру­гой целью — сделать актуальным идеальное Собственное Я”. То, что имен­но будет почитаться “славным”, зависит от выбранного решения. Хорни не считает поиск абсолюта присущим человеческой природе. У нас есть способ­ность воображать и планировать, мы всегда стремимся подняться над собой, но здоровый человек при этом тянется к возможному и работает над дости­жением цели в рамках человеческих ограничений. Для отчужденного от себя человека есть только “все или ничего”, и для него погоня за славой — часто самая важная в жизни вещь. Она придает смысл его жизни, дает ему чувство превосходства, к которому он так безнадежно стремится. “У нас есть веская причина заинтересоваться”,— пишет Хорни,— “не кладется ли большинство человеческих жизней (в переносном или в буквальном смысле) именно на алтарь славы?” Погоня за славой превращается в “личную рели­гию”, правила которой определяет невроз личности, но при этом человек может также веровать в систему прославления, существующую в его куль­туре, и участвовать в ее ритуалах. Такие системы существуют в каждой культуре и включают в себя обычную религию, различные формы групповой идентификации, войну и военную службу, соревнования, знаки отличия и всевозможные иерархические устройства.

Сотворение идеального образа порождает не только погоню за славой, но и определенной структуры феномен, названный Хорни “гордыней”. Гор­дость, переходящая в спесь, становится атрибутом идеального Собствен­ного Я, и от этой упоенности собственным “высоким” положением выстав­ляются невротические требования к другим. В то же время личность счи­тает, что и действовать Надо в соответствии с величественностью концепции о себе. Если мир отказывается уважать невротические требования, или же сам одержимый гордыней не живет в чем-то “как Надо”, он отождествляет себя с презренным Собственным Я и испытывает испепеляющую ненависть к себе. Как и в случае идеального образа, особая природа гордости, различ­ных Надо, требований и ненависти к себе подвергается влиянию нашего главного решения и конфликтов между ним и подчиненными тенденциями.

В идеальном Собственном Я невротическая гордость занимает место реалистической уверенности в себе и самоуважения. Угроза гордыне вызывает тревогу и враждебность; ее крушение — отчаяние и “грызение”

— 19—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

самого себя. Для ее восстановления есть различные источники. Это воз­мездие, которое возвращает чувство превосходства униженному, и полная потеря интереса к тому, что угрожает гордыне. Сюда же относятся различ­ные формы искажении, такие как забывание унизительных эпизодов, отрица­ние своей ответственности, обвинения других и приукрашивание. Иногда “юмор помогает вытащить жало нестерпимого стьвда”.

Гордыня заставляет нас предъявлять невротические требования миру и окружающим. Специфика этих требований зависит от нашего главного решения, но в любом случае мы считаем, что судьба обязана уважать нашу сделку с нею, и мы должны получать то, что нам нужно, чтобы наше решение оставалось в силе. Невротические требования “переполнены ожиданием чуда”. Когда жизнь не отвечает на них, мы впадаем в отчаяние, в яростное возмущение или отрицаем стукнувшую нас реальность. Если же печальный опыт повторяется, наше решение может измениться, но может и остаться в силе. При этом человек продолжает еще больше держаться за требования, как за “гарантию будущей славы”. Наши требования усиливают нашу уязви­мость, поскольку их фрустрация угрожает повернуть нас лицом к ощущению собственного бессилия и неадекватности, из которого они и проистекают.

От “погони за славой” мы теперь можем обратиться к тому, что Хорни называет “тиранией Надо”. “Надо” заставляет нас жить в соответствии с величественным представлением о себе. Эти “Надо” — продукт идеального образа, а поскольку идеальный образ по большей части — это прославление принятого решения (смириться, стремиться к абсолютному совершенству, мстить, уйти в отставку или нарциссического), следовательно, разные “Надо” определены в основном чертами характера и ценностями, связанными с глав­ной защитой. Однако подчиненные тенденции также представлены в идеаль­ном образе, и в результате мы зачастую оказываемся “под перекрестным огнем враждующих Надо”. Мы пытаемся подчиняться противоречивым вну­тренним приказам и обречены ненавидеть себя за все, что бы мы ни делали, и даже в том случае, если, парализованные этими конфликтами, мы не делаем ничего. “Как Надо” жить невозможно не только потому, что Надо дергают в разные стороны, но и потому, что они нереалистичны: нам Надо любить всех. Надо никогда не ошибаться. Надо всегда выходить победителем, Надо никогда ни в ком не нуждаться... С Надо связаны многие вынесения вовне. Мы ощущаем наше Надо как “они Должны” (как ожидание, направленное на других), нашу ненависть к себе как их отвержение, наше “самоедство” как их несправедливое осуждение. Мы ждем, что другие будут жить по нашим “как Надо” и выливаем на них нашу ярость за собственную неудачную попытку так жить. Надо, выработанное для защиты от отвращения к себе, только уси­ливает болезнь, которую призвано было исцелить. “Угроза наказания нена­вистью к себе” превращается “в режим террора”.

Надо — основа для сделки с судьбой. Неважно, какое было принято решение: сделка состоит в том, что наши требования будут выполнены, если жить “как Надо”. Подчиняясь внутренним правилам, мы устанавливаем кон­троль над внешней реальностью. Мы, конечно, видим наши требования не

—20—

*Предисловие к русскому изданию*

как нечто непомерное, а только как то, чего мы вправе ожидать, принимая во внимание наше величие, и считаем, что жизнь несправедлива, когда наши ожидания не сбываются. Наше чувство справедливости определено нашим главным решением и связанной с ним сделкой.

Ненависть к себе — конечный продукт внутрипсихических стратегий защиты, каждая из которых имеет тенденцию увеличивать наше ощущение неудачи и собственной никчемности. Ненависть к себе — по сути ярость, которую идеальное Собственное Я испытывает к актуальному Собствен­ному Я за то, что оно не такое “как Надо”. Ненависть к себе в основном бес­сознательна, так как она слишком болезненна, чтобы встретиться с ней открыто. Основная защита против нее — вынесение вовне, которое может быть активным или пассивным. Активное - “это попытка перенаправить ненависть изнутри наружу: против жизни, судьбы, институтов или людей”. При пассивном “ненависть остается направленной вовнутрь, но восприни­мается или переживается как идущая извне”. Когда ненависть к себе созна­тельна, в ней часто есть примесь гордости, которая служит поддержкой самопрославления: “Даже осуждение несовершенств подтверждает божест­венные нормы, с которыми личность отождествляет себя”. Хорни рассмат­ривает ненависть к себе как “величайшую трагедию человеческого сознания. В своем стремлении к Бесконечному и Абсолютному человек начинает раз­рушать себя. Заключая сделку с Сатаной, обещающим ему славу, он вынуж­ден отправиться в ад — в ад внутри самого себя”.

**IV. Применимость теории Хорни**

Из-за названия ее первой книги теорию Хорни часто считают описанием невротической личности ее времени, то есть жителя Нью-Йорка тридцатых-сороковых годов, представителя верхушки среднего класса. Этот взгляд про­истекает, мне кажется, из усиленного внимания к ее ранним работам, где основное внимание уделено культуре, и из недостатка внимания к ее зрелой теории, приложимой ко многим обществам, как современным, так и при­надлежащим истории. Защиты, описанные Хорни, принимают различную форму в различных обществах, и различные общества благоприятствуют раз­личным стратегиям защиты и способствуют различным паттернам внутрен­него конфликта; но движение к людям, против людей или от людей — это, видимо, часть природы человека, а не продукт культуры. На самом деле, би-хевиорист признал бы их за усложненную, человеческую версию основных механизмов защиты животного: подчинение, борьба и бегство. Источник этих защитных механизмов — инстинкт, и это, наверное, одна из причин, по кото­рым теория Хорни может применяться к самым различным культурам.

Я пришел к осознанию ее широкой применимости через работу препода­вателя и литературного критика. У меня были студенты из многих стран, принадлежавшие к самым разным слоям общества, которые заявляли о том, что теория Хорни подходит к ним самим, к их народу, культуре и лите­ратуре. Я сам использовал ее в своей работе — для анализа авторов и их

—21 —

***Кирен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

произведений, относящихся не только к любому периоду Британской и Аме­риканской литературы (включая Чосера, Шекспира, Мильтона и многих новеллистов), но и принадлежащих к русской, французской, немецкой, испанской, норвежской и шведской литературе разных веков, а также к древ­негреческой и древнеримской. Насколько я знаю, теория Хорни использова­лась, кроме того, при изучении китайской, японской, индийской литературы.

То, что теория Хорни оказывается полезной для биографов, тоже гово­рит о ее глубине и силе. Существуют хорнианские работы о Роберте Фросте, Чарльзе Эвансе Хьюджесе, о семье Кеннеди, о Сталине, Вудро Вильсоне, Джимми Картере, Феликсе Франкфуртере, Линдоне Джонсоне; да и ряд дру­гих видных общественных деятелей и писателей можно во многом понять в свете этого подхода. Хорошим примером может служить работа Роберта Такера о Сталине.

Такер работал в американском посольстве в Москве в 1950 году, когда был опубликован “Невроз и личностный рост”. Прочтя книгу, он “был пора­жен внезапной мыслью”: “Что если идеальный образ Сталина, изображае­мый день за днем в советской печати, находящейся под контролем партии, и есть идеальный образ в смысле Хорни?” Если так, “культ Сталина должен отражать его собственное чудовищно раздутое представление о себе как о гении всех времен и народов”. Этот кремлевский затворник, “на публике столь сдержанно умалчивающий о себе, просто должен выплескивать свои тайные мысли о своей особе в миллионах газет и журналов, расходящихся по России”. Можно провести психоанализ Сталина, “всего лишь почитав "Правду"!”

Такер убежден, что такие книги о тоталитаризме, как книги Ханны Арендт, “страдают серьезным недостатком — в картине нет ни диктатора, ни его психодинамики”. Диктатор способен “сделать политическими инсти­тутами внутренние защиты своего идеального Собственного Я, вечно под­вергающегося угрозам”, и “мобилизовать аппарат репрессий для мести не только людям, в которых он увидел врагов, но и для мести целым "враже­ским" социальным слоям”. Катастрофа “была, видимо, гитлеровским отыг-рыванием мстительной враждебности, проистекающей из невротической ненависти к себе, спроецированной на евреев как на группу”.

Предположения Такера о роли личности Сталина в советской политике подтвердились после смерти Сталина. Такер считал, что самоидеализация Сталина распространилась на советский народ в целом, а потому он отказы­вал в выездных визах женам иностранцев, поскольку их желание уехать было “оскорблением” стране и ему лично. Он предсказал поэтому, что ею русской жене позволят уехать после смерти Сталина. Это и другие предска­зания, основанные на его работе, оказались правильными. После смерти Сталина атмосфера террора рассеялась, прекратились ужасные чистки, холодная война пошла на убыль, и культ личности закончился.

Несмотря на точность предсказаний Такера, историки все еще сопротив­ляются идее, что при жизни Сталина столь глубокие изменения наступили *“вследствие* действия психологического фактора”. Однако интерпретацию

*Предисловие к русскому изданию*

личности Сталина и ее политического значения, которую дал Такер, подтвер­дил секретный доклад Хрущева “О культе личности и его последствиях”.

“Хрущев изобразил Сталина как человека с колоссальными претензиями и с глубокой неуверенностью, которая заставляла его жаждать постоянных подтверждений своего воображаемого величия. Картина, им нарисованная, совершенно в духе Хорни: перед нами портрет личности высокомерно-мсти­тельного типа прямо из “Невроза и личностного роста”. Идеализирующий себя, ненасытно жаждущий того прославления, которое обеспечивал ему культ, Сталин легко впадал в мстительную враждебность к тому, что казалось ему малейшим отклонением от его воспаленного представления о себе как о гениальном Вожде и Учителе. Его агрессия, типичным выражением кото­рой служили чистки ... была обратной стороной его самопрославления”.

Получив подтверждение своей гипотезы, Такер продолжил свою работу, два тома которой были опубликованы: “Сталин-революционер” (1973) и “Власть Сталина” (1990). Его истолкования крайне деструктивного пове­дения этой сложной и противоречивой личности имели большой успех.

Многие авторы применяли теорию Хорни для анализа американской культуры. Дэвид М.Поттер в 1954 году опубликовал книгу “Люди изобилия:

экономический избыток и американский характер”. В книге чувствуется сильное влияние Хорни — проведенного ею анализа черт характера, внут­ренних конфликтов и порочных кругов, создаваемых соревновательностью американской культуры. Он связывает их с воздействием изобилия, с озабо­ченностью наблюдая, что возрастающий избыток “означает увеличение воз­награждения в конкурентной борьбе”, а увеличение награды означает увели­чение премии за умение конкурировать. Это приносит с собой повышенную агрессивность, которая создает внутренние конфликты и не приносит поло­жительного результата. Мы обмениваем безопасность на возможность высо­кой награды и затем чувствуем тревогу, которой сопровождается недоста­точная безопасность. Нас влечет участие в соревновании ценой невроза, “потому что само общество рассматривает награду как нечто неотразимое и неизбежно заставляющее каждого кинуться за нею”.

В работе “Нищета богатства: психологический портрет американского образа жизни” (1989) Пол Уачтел также отмечает, что “есть нечто судорож­ное, иррациональное и самоуничтожающееся” в американской погоне за все возрастающим благополучием. Не утверждая, что все население невроти­чески агрессивно, Уачтел считает, что Хорни, описав тенденцию идти про­тив людей, “ухватила нечто важное в явных паттернах поведения, самое характерное” для общественной жизни Америки и работы ее экономиче­ской системы: “мы гордимся, что мы большая, сильная и преуспевающая нация, и в наших героях ценим то же самое”. Американцы поддерживают соревнование, а не взаимную поддержку, и “стремятся побеждать и поко­рять” природу и окружающих. Страна боится, что ее примут “за "колосса на глиняных ногах" и должна совершать безрассудные акты агрессии, чтобы отогнать этот страшный образ”. Оказавшись в порочном круге, американцы в тревоге полагаются “на производство и накопление товара” для ощущения

—23—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

безопасности и продолжают эту стратегию, несмотря на то, что она усили­вает их ощущение беззащитности.

Поттер опирался на “Невротическую личность нашего времени”, а Уач-тел — на “Наши внутренние конфликты”. В статье “Психологический кри­тический разбор американской культуры”, опубликованной в “Американ­ском психоаналитическом журнале” (1982), Джеймс Хафман использует зрелую теорию Хорни. Но если Поттер основное место уделяет изобилию, Хафман пишет, что на поведение американца более всего влияют ощущение угрозы и ощущение неполноценности. В ранний период американской нации установившиеся европейские государства рассматривали ее как социально и культурно неполноценную, а в период экспансии жизнь на границе продви­жения поселенцев была опасной. В городах жизнь шла по законам Дарвина, и иммигранты, обычно бедные и гонимые на родине, вновь подвергались дис­криминации, и, кроме того, новые сограждане воспринимали их как угрозу.

Под таким давлением вырабатывались компенсаторные защитные меха­низмы, и в результате большая часть американской истории — это погоня за славой, что нашло отражение “в идеальном образе американца. Американцы поверили, что США предстоит стать величайшей страной мира, а затем — что *это уже* величайшая страна, и так должно быть и впредь”. По-своему каждая эпоха “перестраивала и украшала миф об американском превосход­стве”. Из-за преувеличенного мнения о собственной важности американцы “выставляли преувеличенные требования к другим нациям: чтобы те всегда считались с их желаниями, советовались с ними, прежде чем принять какое-то решение, и относились к ним как к судьям и миротворцам всей планеты”. (1982). Так же, как Поттер и Уатчел, Хафман говорит об “агрессивной борь­бе”, характеризующей американскую экономику “в гораздо большей мере, чем сотрудничество”. Американцы хотят, чтобы их лидеры были воинствен­ны, и прославляют тех, кто в борьбе проложил себе путь наверх. Но, конеч­но же, в американской культуре присутствуют и тенденции, входящие в кон­фликт с агрессивными.

Существуют также хорнианские аналитические исследования елизаве­тинской и викторианской культур. Я считаю, что хорнианский подход будет плодотворен при исследовании практически любого общества.

Хорни называет невроз “личной религией”. Она мало говорила о тради­ционных религиях, но ее теория может быть использована для их анализа, так как большинство из них включает погоню за славой и сопутствующие ей Надо, требования, гордыню и ненависть к себе. Они предлагают сделку с судьбой, при которой обещано вознаграждение за определенную веру, дей­ствия, жесты, ритуалы и черты характера. Большая часть Старого Завета прославляет сделку с судьбой “поклонника совершенства”, при которой человек вовлекается в исполнение набора выработанных ритуалов и прика­заний под ливнем угроз и обещаний. В Новом Завете главная сделка иная. Не покорность закону, но установка на смирение — прощение, веру и уступ­ки — принесет награду. Большинство религий принуждают своих последо­вателей жить в соответствии с идеальным образом, который меняется от

—24—

*Предисловие к русскому изданию*

теологии к теологии, обещая им славу, если они в этом преуспеют, и нака­зание, в противном случае. Иногда религия включает и защиту от неудачи, признаваемой неизбежной.

Анализ религии по Хорни облегчает наше понимание психологиче­ских потребностей и защит, находящих выражение в различных доктринах и ритуалах, и делает их для нас более осмысленными. Он помогает нам ухва­тить суть: что религия дает человеку, и какую муку он испытывает, когда его вере угрожают. Лишенные с крушением религии общей системы иллюзий, многие наши современники вынуждены изобретать личное невротическое решение, для которого существует слишком мало условленных оправданий и подтверждений. Хотя большинство религий основано на магической сдел­ке, между ними существует серьезное различие, о котором необходимо пом­нить: некоторые религии поощряют, а некоторые запрещают эмоциональное благополучие. Бог может быть воображаемым добрым родителем, любя­щим и заботливым, а может быть и невротическим родителем, требующим, чтобы мы пожертвовали своим реальным Собственным Я ради его славы.

Философские системы также могут быть достойными объектами психо­логического анализа, поскольку и они служат выражением желаний чело­века и его защит. Такие философы, как Артур Шопенгауэр, Серен Кьеркегор и Фридрих Ницше, весьма привлекательны для изучения в хорнианском духе. Главная стратегия Шопенгауэра, видимо, уход, у Кьеркегора — смире­ние, у Ницше — агрессия; и в каждом случае интересно посмотреть, какой искусной разработке подвергается защита в руках гения. Понимание психо­логической ориентации какой-либо философской системы может помочь нам увидеть не только то, из чего она возникла, но и природу ее влияния и цели, к которым она зовет. Иногда это объясняет ее непоследовательность, являющуюся выражением внутренних конфликтов философа.

В моих кратких заметках я мог лишь указать на размах и силу мыслей Карен Хорни. Ее зрелая теория, и в особенности “Невроз и личностный рост”,— заметный вклад не только в теорию личности и психоаналити­ческую практику , но и в культурологию, литературоведение и жанр биогра­фии. Она использовалась Марикой Весткотт при исследованиях в области полоролевой идентификации: “Феминистское наследие Карен Хорни” (1986); “Относительность женственности и идеальное Собственное Я” (“Американский психоаналитический журнал, 1989). Возможности ее тео­рии, как в этих областях, так и в областях политической психологии, рели­гии и философии, только еще начинают изучаться.

*Д-р Бернард Перис, Университет Флориды, Директор Международного Общества Карен Хорни.*

**Выражение признательности**

Я хочу выразить искреннюю благодарность Хираму Хайдну за вдумчивую помощь в организации материала этой книги, конструктивную критику, касающуюся прояснения определенных вопросов, и прочую деятельность, на которую он не пожалел времени и усилии.

Я в долгу перед всеми авторами, на которых ссылаюсь в тексте, но мне хочется выразить особую признательность д-ру Херольду Кельману — за его плодотворные дискуссии со мной по данному предмету; моим коллегам, д-ру Изидоре Портной и д-ру Фредерику А.Вайсу — за ценные замечания;

а также моему секретарю, г-же Гертруде Ледерер — за вдум­чивый интерес к работе и неустанные заботы по оформлению рукописи и индекса.

**К. X.**

Введение Нравственность эволюции

Невротический процесс — это особая форма человеческого развития, чрезвычайно неудачная из-за растраты творческой энергии, на которую она обрекает человека. Она не только качественно отличается от здорового взросления и роста, но и (в большей степени, чем мы это понимаем) прямо противоположна ему во многих отношениях. При благоприятных условиях энергия людей идет на реализацию их собственного потенциала. Такое раз­витие далеко от единообразия. В соответствии со своим особым темпера­ментом, способностями, пристрастиями, условиями детства и дальнейшей жизни человек может стать мягче или жестче, осторожнее или доверчивей, уверенным или не слишком уверенным в себе, созерцательным или общи­тельным, и может проявить свои особые таланты. Но в какую бы сторону он ни направился, он будет развивать *свои,* именно ему присущие задатки.

Однако под действием внутреннего принуждения у человека может на­чаться отчуждение от своей собственной реальности. И тогда главная часть его сил и энергии смещается на выполнение задачи: превратить себя в абсо­лютное совершенство посредством жесткой системы внутренних предписа­ний. Ничто меньшее, чем богоподобное совершенство, не удовлетворяет его идеальному образу себя и не утоляет его гордости теми возвышенными достоинствами, которыми (как он считает) он обладает, мог бы обладать или должен обладать.

Этот стиль невротического развития, детально представленный далее, вызывает у нас нечто большее, чем чисто клинический и теоретический интерес к патологическим феноменам. Здесь мы сталкиваемся с фундамен­тальной проблемой нравственности, а именно: с проблемой нравственности человеческой страсти, влечения к совершенству, с проблемой нравственно­сти религиозного долга, повелевающего достигнуть совершенства. Ни один серьезный исследователь вопросов человеческого развития не усомнится в нежелательности гордыни или самомнения, или в нежелательности влече­ния к совершенству, мотивированного спесью. Но существует широкий разброс мнений о желательности или необходимости системы дисципли­нирующего внутреннего контроля ради того, чтобы гарантировать нравст­венность поведения человека. Принимая даже, что эти внутренние правила способны задавить нашу непосредственность, разве не должны мы, в соот­ветствии с заветом христианства (“Будь совершенен”), стремиться к совер-

—27—

***Карен*** *Хорни. Невроз и личностный рост*

шенству? Не будет ли рискованной, фактически разрушительной для нрав­ственной и общественной жизни, попытка обойтись без таких правил?

Здесь не место для обсуждения всех тех многочисленных путей, кото­рыми ставили этот вопрос и отвечали на него на протяжении истории чело­вечества, да и я не готова к такому обсуждению. Я только хочу указать, что один из существенных факторов, от которых зависит ответ,— это качество нашей веры в природу человека,

Вообще говоря, существуют три основные концепции назначения мора­ли, основанные на разном истолковании сущности человеческой природы. От навязанных запретов и ограничений не могут отказаться те, кто верит (какими бы словами это ни называлось), что человек по природе грешен или движим примитивными инстинктами (Фрейд). Целью морали тогда стано­вится приручение или преодоление status naturae (естественного состоя­ния), а не его развитие.

Цель морали становится иной для тех, кто верит, что человек от при­роды и “добр” и одновременно “плох” (грешен или деструктивен). Тогда сердцевиной морали становится подстраховка конечной победы врожденной доброты, очищенной, направленной или усиленной такими элементами, как вера, разум, воля или благодать — в соответствии с особенностями главенствующей религиозной или этической концепции. Здесь ударение не ставится исключительно на победе над злом или на подавлении зла, по­скольку есть и позитивная программа. Однако она опирается или на некую сверхъестественную помощь, или на сильный идеал разума или воли, кото­рый сам по себе подразумевает применение запрещающих и сдерживающих внутренних предписаний.

И, наконец, проблема нравственности предстает совершенно иной, когда мы считаем, что врожденными у человека являются конструктивные силы развития, эволюции, и именно они побуждают человека к реализации заложенных в нем возможностей. Это не означает, что человек в своей основе добр и хорош, поскольку иначе подразумевалось бы заранее данное человеку знание о добре и зле. Это означает, что человек по своей природе добровольно стремится к самореализации, и его система ценностей вырас­тает из этого стремления. Он, очевидно, не может раскрыть свой человече­ский потенциал, если не верит в себя, не активен и не продуктивен, если он не строит отношения с людьми в духе взаимности, если отдается, по выра­жению Шелли, “поклонению темному идолу Я” (“dark idolatry of self”) и постоянно приписывает свои недостатки несовершенству окружающих. Вырасти, в истинном смысле слова, он сможет только возлагая ответст­венность на себя.

Таким образом, когда критерием выбора того, что нам взращивать в себе или искоренять, становится вопрос: препятствует или способствует эта моя установка или влечение моему человеческому росту, мы приходим к идее о *нравственности эволюции.* Как показывает частота неврозов, любой вид принуждения может с легкостью направить конструктивную энергию по неконстуктивному или даже деструктивному руслу. Но с подоб-

—28—

*Вступление*

ной верой в автономное стремление к самореализации мы не нуждаемся ни во внутренней смирительной рубашке для нашей непосредственности, ни в хлысте внутренних предписаний, подгоняющем нас к совершенству. Нет сомнения, что такие дисциплинарные методы могут очень помочь в подав­лении нежелательных факторов, но также нет сомнения, что они вредят нашему росту. Мы не нуждаемся в них, потому что мы видим лучший спо­соб справиться с деструктивными внутренними силами: *перерасти* их. Путь к этой цели — это рост осознания и понимания себя самого. Знание себя, следовательно, не является целью само по себе, но служит средством освобождения сил спонтанного роста.

В этом смысле, работа над собой становится не только первейшей нравственной обязанностью, но в то же время (в очень реальном смысле) первейшей нравственной *привилегией.* Это превращение происходит от нашего желания работать над собой и происходит настолько, насколько серьезно мы относимся к нашему росту. Теряя невротическую одержимость собой, мы обретаем свободу роста, освобождаемся для любви и заботы о других людях. Мы хотим дать им возможность для нестесненного роста, пока они молоды, и помочь им любым возможным путем найти и реали­зовать себя, когда они блокированы в своем развитии. Идеалом примени­тельно к себе или к другому становится освобождение и культивация сил, ведущих к самореализации.

Я надеюсь, что эта книга тоже будет способствовать такому освобожде­нию — тем, что в ней ясно указываются факторы, препятствующие ему.

**К.Х.**

Глава 1 В погоне за славой

Каковы бы ни были условия, в которых растет ребенок, он научится (если только не страдает умственным расстройством) так или иначе обра­щаться с другими людьми и, наверное, приобретет какие-либо практические навыки. Но в нем присутствуют такого рода силы, которые невозможно ни обрести как навык, ни даже развить в себе научением. Вам не нужно (да фак­тически вы этого и не можете) учить желудь, как ему вырасти в дуб. Но ес­ли желудю дать возможность, его внутренняя сущность разовьется. Сход­ным образом, если человеку предоставлена возможность, он склонен разви­вать заложенные в нем человеческие задатки. При этом он будет развивать уникальные живые силы своей реальной сущности: чистоту и глубину своих собственных чувств, мыслей, надежд и увлечений; умение рассчитывать свои силы; силу воли; особый дар или талант; способность к самовыраже­нию и способность строить отношения с людьми так, как подскажет сердце. Все это в свое время поможет человеку обрести свою систему ценностей и жизненных целей. Короче говоря, он будет расти *по направлению к само­реализации,* те есть к реализации *самого себя,* не отклоняясь существенно от этого направления. И поэтому теперь, и на протяжении всей книги, я говорю о *реальной самости, о реальном Собственном Я* как о цент­ральной внутренней силе, общей всем людям и все же неповторимой и уникальной. Сила *реального Собственного Я* человека и есть глубинный источник его роста \*.

Только сам человек может развить присущие ему способности. Но, как и любой другой живой организм, человек нуждается в благоприятных усло­виях, чтобы “вырасти из желудя в дуб”; он нуждается в “теплой атмо­сфере”, которая дает ему ощущение внутренней безопасности и свободы, позволяющее иметь свои собственные мысли и чувства и выражать именно себя. Он нуждается в доброй воле других не только потому, что ему во мно­гом необходима помощь, но и потому, что дру1 ие должны вести его по жиз­ни и побуждать самого стать взрослой и состоявшейся личностью. Он нуж­дается в здоровых столкновениях с желаниями и волей других людей. Сле­довательно, если он растет *вместе* с другими, в любви и столкновениях, он вырастет в соответствии с его реальным Собственным Я.

\* Ссылаясь далее на рост, я всегда понимаю под ним то же, что и здесь — свободное здоровое развитие в соотвегствии с заложенным в данном человеке индивидуально и настедственно

—30—

*Ггава 1. В погоне за c'laeou*

Но многие неблагоприятные влияния могут помешать ребенку расти в соответствии с его индивидуальными потребностями и возможностями. Подобные неблагоприятные условия слишком многочисленны, чтобы пере­числять их здесь. Но, подведя им итог, мы оказываемся перед фактом, что окружающие ребенка люди слишком глубоко погружены в свои собствен­ные неврозы, чтобы любить ребенка или хотя бы думать о нем, как об отдельной особенной личности; их установка по отношению к ребенку опре­деляется их собственными невротическими потребностями и реакциями\*. Проще говоря, они могут быть давящими, гиперопекающими, запугиваю­щими, раздражительными, сверхпедантичными, потакающими, неустойчи­выми, придирчивыми, равнодушными, могут иметь любимчиков в ущерб другим детям и т.д. Обычно дело не в какой-то одной их черте, а налицо целый букет неблагоприятных факторов, препятствующих росту ребенка.

В результате у ребенка развивается не чувство принадлежности, “мы”, а напротив, возникает острая незащищенность и мрачные предчувствия, для которых я использую термин *базалъная тревога.* Это чувство изоля­ции и беспомощности в мире, представляющемся ребенку потенциально враждебным. Мощное давление базальной тревоги не дает ребенку отно­ситься к другим людям непосредственно, как подсказывают его реальные чувства, и вынуждает его найти иные пути обращения с ними. Он должен (бессознательно) вести себя с людьми так, чтобы это не возбуждало (или не повышало), а, скорее, смягчало бы его базальную тревогу. Особые установ­ки, проистекающие из подобной бессознательной стратегической необходи­мости, определены как темпераментом ребенка, так и характером его окру­жения. Короче говоря, он может попытаться либо вцепиться в наиболее могущественное лицо из своего окружения, либо возмутиться и вступить в борьбу с окружением, либо захлопнуть перед другими двери своей внут­ренней жизни и уйти от них эмоционально. В принципе это означает, что он может идти к людям, против людей или прочь от них.

В здоровых человеческих отношениях эти пути не исключают друг друга. Способность принимать и дарить привязанность (раскрываться для нее или уступать своим чувствам), способность бороться и способность оставаться самому по себе — это все дополняющие друг друга способности, необходимые для хороших отношений с людьми. Но для ребенка, у которо­го базальная тревога выбивает твердую почву из-под ног, все эти три пути доходят до крайности и становятся жесткими, ригидными. Привязанность, например, становится цеплянием, уступчивость — угодливостью, согла­шательством. Точно так же он рвется в бой (или порывается уйти прочь) без всякой связи с его реальным чувством и безотносительно того, подходит ли его установка к данной ситуации. Степень его слепоты и жесткости в своих установках находится в прямой пропорции к интенсивности таящейся в нем базальной тревоги.

Могут действовать все невротические нарушения человеческих отношении, подытоженные в главе ) 2 данной книги

—31 —

***Кирен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Поскольку при таких условиях ребенка влечет идти не в одном из ука­занных направлений, а во всех сразу, у него развиваются фундаментально противоречащие друг другу установки по отношению к людям. Три направ­ления движения (к людям, против людей и прочь от них) образуют кон­фликт — его базальный конфликт с другими. Со временем он попытается решить его, выбрав в качестве основного одно из трех направлений, то есть попытавшись одну из установок (на соглашательство, на агрессивность или на уход) сделать своей главной установкой.

Эта первая попытка разрешения невротического конфликта никоим образом не поверхностная. Напротив, она оказывает определяющее влияние на то, в каком русле пойдет далее невротическое развитие. Более того, она касается не только его установок по отношению к другим, но и неизбежно влечет за собой определенные изменения личности в целом. В соответствии с его главной установкой у ребенка разовьются определенные, отвечающие ей потребности, запреты, особая чувствительность и начатки нравствен­ных ценностей. Например, преимущественно уступчивый ребенок склонен не только подчиниться другим и опереться на них, но и старается быть неэгоистичным и добрым. Аналогичным образом агрессивный ребенок начинает придавать ценность силе и способности к выдержке и борьбе.

Однако интегрирующий эффект этого первого решения не такой устой­чивый или всеохватывающий, как при невротических решениях, о которых речь пойдет позже. Так, например, у одной девочки возобладала тенденция к соглашательству. Она проявлялась в слепом восхищении авторитетными лицами, в стремлении угодить и подлизаться, в робости, с которой девочка выражала собственные желания и в попытках время от времени приносить жертвы. В восемь лет она вынесла часть своих игрушек на улицу и оставила там для бедных детей, никому об этом ничего не сказав. В тринадцать лет она по-детски пыталась найти некое мистическое растворение в молитве. У нее были фантазии о том, как ее наказывают учителя, в которых она была влюблена. Но к девятнадцати годам она смогла с легкостью принять участие в разработанных другими планах мести одному из учителей; по преиму­ществу ягненочек, иногда она возглавляла школьные бунты. А разочаро­вавшись в священнике из своей церкви, она перешла от видимой глубокой религиозности к временному цинизму.

Такая интеграция еще слаба (чему и служит наш типичный пример), и причина ее слабости — отчасти в незрелости растущей личности, а отча­сти в том факте, что цель раннего решения — это, в основном, унификация отношений с другими. Следовательно, у личности остается возможность и даже потребность в более устойчивой интеграции.

Описанное развитие вовсе не универсально. Особенности неблагопри­ятного окружения различны в каждом отдельном случае, как и особенности пути развития и его исход. Но такое развитие всегда ослабляет внутреннюю силу и цельность личности и тем самым всегда порождает определенные витальные потребности, чтобы компенсировать возникшую ущербность. Хотя они тесно переплетены, мы можем выделить следующие их аспекты.

—32—

*Глава I. В погоне за славой*

Несмотря на ранние попытки разрешения своих конфликтов с другими, индивид все еще “не собрал” свою личность и нуждается в более устойчи­вой и всеобъемлющей *интеграции.*

По многим причинам у него не было шансов развить реальную уверен­ность в себе: все его внутренние силы уходили на защиту, поглощались вследствие разделенности его личности, рассеивались в пустоте на том пути, на котором его раннее “решение” положило начало одностороннему развитию, делая тем самым огромные области его личности недоступными для конструктивного использования. Следовательно, он отчаянно нужда­ется в уверенности в себе или в каком-то ее суррогате.

Он живет не в пустоте и чувствует себя не просто слабым, а некоторым образом менее основательным, менее вооруженным для жизни, чем другие. Если бы у него было чувство принадлежности, его чувство неполноцен­ности в сравнении с остальными не было бы столь серьезным препятствием развитию. Но поскольку он живет в соревновательном обществе, то из чув­ства, что он находится в самом его низу, изолирован и окружен врагами (а у него именно такое чувство), у него может появиться только настоятель­ная потребность *поставить себя над другими.*

Более фундаментальным, чем эти факторы, является его начинающееся отчуждение от себя. Не только реальной сущности его личности не дано расти и взрослеть, но и хуже того: его потребность вырабатывать искусст­венные, военно-стратегические пути взаимодействия с другими людьми вынуждает его изгнать свои искренние, истинные чувства, желания и мыс­ли. В той степени, в какой безопасность стала для него главной, его самые сокровенные чувства и мысли становятся для него все менее важными — фактически их следует заставить замолчать и превратиться в смутные тени. (Неважно, что ты чувствуешь, лишь бы только находиться в безопасности.) Его чувства и желания, таким образом, перестают быть определяющими факторами; он больше не идет по жизни, а его куда-то тащит. Кроме того, внутренняя раздробленность не только ослабляет его, но и усиливает его самоотчуждение, добавляя к ней растерянности; он больше не знает, где же он и кто же он.

Это начинающееся отчуждение от себя более фундаментальное, так как оно придает другим искажениям развития их вредоносную силу. Мы сможем понять это яснее, представив себе, что случилось бы, если бы дру­гие процессы могли протекать без такого отчуждения от живой сердцевины личности. В этом случае у человека были бы конфликты, но он не натыкал­ся бы на них повсюду; его уверенность в себе (как само это понятие указы­вает, нужно обрести этого “себя”, чтобы быть в нем уверенным) пошатну­лась бы, но не была бы вырвана с корнем; и его внешние отношения с дру­гими нарушились бы, но не произошло бы внутреннего разрыва отношений с людьми. Следовательно, несмотря на то, что реальную сущность чело­века заменить невозможно, более всего самоотчужденный человек нужда­ется в чем-то, что дало бы ему поддержку, дало бы *ощущение иден­тичности.* Это могло бы возвысить его в собственных глазах и, несмотря

—33—

***Карен Хории.*** *Невроз и личностный рост*

на всю слабость основы его личности, дало бы ему ощущение силы и значительности.

Если внутреннее состояние человека вследствие благоприятных жиз­ненных обстоятельств не изменяется так, чтобы он мог освободиться от потребностей, мной перечисленных, есть только один путь, на котором он, кажется, может удовлетворить их, причем, так сказать, одним махом. Это путь воображения. Постепенно и бессознательно воображение начинает работу и создает в его сознании *идеальный образ* его самого. В воображе­нии он наделяет себя безграничной силой и необычайными способностями:

он становится героем, гением, чудо-любовником, святым, божеством.

Идеализация себя влечет за собой всемерное прославление себя и тем самым дает человеку более всего необходимое ему ощущение значитель­ности и превосходства. Но это никоим образом не слепое самовозвеличи­вание. В каждом случае личный идеальный образ лепится из материала личных переживаний, ранних фантазий, особых потребностей и присущих личности дарований. Иначе образ не получился бы личным, и человек не достигал бы чувства идентичности с этим образом и внутренней цельности. Для начала подвергается идеализации принятое им особое “решение” сво­его базального конфликта: уступчивость становится добротой, любовью, святостью; агрессивность становится силой, лидерством, героизмом, всемо­гуществом; уход от людей становится мудростью, самодостаточностью, независимостью. А то, что (согласно его решению) кажется ущербностью или пороком, всегда затемняется или затушевывается.

Он может поступить с тенденциями, вступающими в противоречие с главной, трояко. Во-первых, он может прославлять и их тоже, но все же убирать на задний план. Например, иногда только в ходе анализа выясня­ется, что у агрессивного человека, которому любовь кажется непозво­лительной мягкотелостью, имеется идеальный образ не только себя — рыцаря в сияющих доспехах, но и себя — чудо-любовника.

Во-вторых, все противоречащие друг другу тенденции можно, помимо прославления, настолько изолировать друг от друга в сознании, что они и не будут вступать в тяжелый конфликт. Один пациент создал образ себя — благодетеля человечества, мудреца, достигшего умиротворенной самодос­таточности, и себя — убивающего врагов без колебаний. Эти стороны образа себя (обе бывшие сознательными) представлялись ему не только не исключающими друг друга, а даже не вступающими между собой в кон­фликт. В художественной литературе это устранение конфликта путем изоляции противоречий описано Стивенсоном в “Докторе Джекиле и мис­тере Хайде”.

В-третьих, противоречащие тенденции можно превознести как пози­тивные способности, дополняющие друг друга грани богатой личности. В другом месте \* я приводила пример того, как одаренный человек превра­

\* *“Our Inner Conflicts” (“.Наши внутренние конфликты”).* —34—

*Глава 1. В погоне за славой*

тил свою тенденцию к угодливости в Христово смирение, агрессивную тен­денцию — в уникальную способность к политическому лидерству, а отчуж­денность от людей — в мудрость философа. Следовательно, все три аспек­та его базального конфликта были сразу и восславлены и примирены друг с другом. В своих глазах он стал кем-то вроде современного эквивалента 1'uomo universale эпохи Возрождения.

В конце концов, человек может прийти к идентификации себя со своим идеальным интегрированным образом. Тогда этот его образ себя не оста­ется больше иллюзорным образом, лелеемым им втайне; он незаметно сли­вается с ним; идеальный образ себя становится *идеальной самостью, иде­альным. Собственным Я.* Идеал себя при этом человек воспринимает как нечто более реальное, чем собственная реальность, и не потому, что идеал более привлекателен, но в первую очередь потому, что он отвечает всем его насущным потребностям. Этот перенос центра тяжести — всецело внутрен­ний, глубинный процесс; мы не увидим в человеке заметных внешних изме­нений. Перемена происходит в сердцевине его существа, в его самоощуще­нии. Это любопытный и чисто человеческий процесс. Вряд ли кокер-спа-ниелю придет в голову, что “на самом-то деле” он ирландский сеттер. Перемена может начаться, только если человек уже затемнил, стушевал свою реальную сущность. В то время как здоровым направлением движения в этой фазе развития (как и *в любой* другой) было бы для него движение к своей реальности, он все более отступает от нее в сторону идеала. Идеаль­ный “он” начинает представлять для него того человека, которым он “на самом деле” является, или же его потенциал, то есть того, кем он мог бы быть или должен быть. Идеальный “он” становится для него вершиной, с которой он взирает на себя, мерою, которой он себя мерит.

Идеализация себя, или самоидеализация, в ее различных аспектах, пред­ставляет собой то, что я предлагаю называть *всеобъемлющим невротиче­ским решением,* то есть решением не только какого-то частного, отдель­ного конфликта, но решением, которое обещает удовлетворить все внутрен­ние потребности человека, имеющиеся у него на данный момент. Более того, она обещает ему не только избавление от болезненных и невыноси­мых ощущений (от тревоги, от чувства своего “падения”, “пропащести”, от ощущения своей неполноценности и внутреннего разлада), но и сулит в перспективе волшебным образом придать совершенство его жизни и ему самому. Не удивительно поэтому, что когда он поверит, что нашел такое решение, он вцепляется в него не на жизнь, а на смерть. Не удивительно, что оно становится *компулъсивным\*,* если использовать удачный психиат­рический термин. Постоянство, с которым мы встречаемся с самоидеали­зацией при неврозе,— результат постоянства, с которым в склонном к нев­розу окружении возникают и плодятся компульсивные потребности.

\* Точное значение понятия *компулъсивность* мы обсудим позже, когда получим более полное представление о дальнейших ступенях обсуждаемого решения.

•35-

***Карен Хорнч.*** *Невроз и личностный рост*

Мы можем взглянуть на идеализацию себя с двух перспективных точек зрения: она представляет собой логический исход раннего развития и кладет начало новому; она не может не иметь важного влияния на дальнейшее развитие, потому что просто не существует другого последовательного шага, который можно было бы предпринять в данной ситуации, помимо ухода от собственной реальности. Но главная причина ее поистине револю­ционного эффекта лежит в другом неявном смысле этого шага. *Энергия, питающая движение к самореализации, обращается на другую цель — на актуализацию идеального Собственного Я.* Этот сдвиг означает не более и не менее, чем смену курса всей жизни и развития человека.

На протяжении книги мы увидим, какими многосложными путями дан­ный сдвиг направления развития формирует личность в целом. Его непо­средственное действие — не дать самоидеализации остаться чисто внутрен­ним процессом, а вытолкнуть ее вовне, заставить ее войти в круговращение жизни человека. Человек желает выразить себя или, скорее, его влечет к этому. И теперь это означает, что он хочет выразить идеального себя, доказать идеал действием. Этим проникнуты его устремления, цели, образ жизни, отношение к людям. По этой причине самоидеализация неизбежно перерастает в более всеохватывающее влечение, которое я, в соответствии с его природой и направленностью, предлагаю назвать *погоней за славой.* Самоидеализация остается его ядром. Остальные его элементы, всегда при­сутствующие, хотя и с разной силой и степенью осознанности у каждого конкретного индивида,— это потребность в совершенстве, невротическое честолюбие и потребность в мстительном торжестве.

Среди влечений к актуализации идеального себя *потребность в совер­шенстве—* самая радикальная. Она не удовлетворится меньшим, чем пере­делка всей личности в идеал. Подобно Пигмалиону Бернарда Шоу, невро­тик ставит цель не просто отретушировать и приукрасить прежнего себя, но полностью переделать себя, превратить в некое совершенство, соответству­ющее особенностям своего идеального образа. Он пытается достичь этой цели посредством сложной системы долженствовании и табу, “Надо” и “Нельзя”. Этот процесс является решающим, и так как он очень сложен, его обсуждению будет посвящена отдельная глава\*.

Среди элементов погони за славой наиболее очевидным и вовне напра­вленным является *невротическое честолюбие,* влечение к внешним дости­жениям. Несмотря на то, что это влечение к превосходству действительно всепроницающее и требует превосходства во всем и везде, обычно оно силь­нее всего связывается с предметами, где превосходство наиболее дости­жимо для данного человека в данное время. Следовательно, на протяжении жизни его честолюбивые устремления вполне могут менять направление, причем неоднократно. В школе он может чувствовать нестерпимое униже­ние от того, что его отметки не самые лучшие в классе. Позже он может

\* См. главу 3, “Тирания “Надо”.

•36-

*Глава I. В погоне за славой*

столь же компульсивно стремиться к самому большому числу свиданий с самыми красивыми девушками. Еще какое-то время спустя он может быть одержим желанием “сделать денег” больше всех или стать самым выдаю­щимся политическиим деятелем. Такие перемены легко способствуют опре­деленному самообману. Тот, кто одно время был фанатично настроен стать величайшим спортсменом или воином-героем, в другое время с равной страстью собирается стать величайшим святым. При этом он может думать, что “утратил” свои амбиции. Или же он может решить, что ошибался, и атлетические или военные подвиги — не то, что ему “на самом деле” было нужно. Следовательно, ему не удается понять, что он по-прежнему плывет под парусом честолюбия, только сменил курс. Конечно, необходимо также проанализировать в деталях, что заставило его сменить курс именно в тот, а не иной момент. Я подчеркиваю эти “изменения курса” потому, что они указывают на тот факт, что люди, находящиеся в тисках честолюбия, очень мало привязывают свою деятельность к ее *содержанию.* Им нужно только превосходство как таковое. Если не замечать это отсутствие связи деятель­ности с ее содержанием, многие “изменения курса” могут показаться необъяснимыми.

Для целей настоящей дискуссии не представляет интереса, в какую именно область деятельности устремляется честолюбие. Его характерные черты не меняются, будь его целью лидерство в своем кругу, слава бле­стящего собеседника или законодателя моды, имя ученого или музыканта, известность светского льва или писателя. Однако общая картина все же зависит от природы желанного успеха. Его можно грубо разделить на две категории: власть (непосредственная власть, власть за спинкой трона, вли­яние, возможность манипулировать другими) и престиж (репутация, при­знание, популярность, восхищение, особое внимание).

Эти честолюбивые влечения, сравнительно говоря, наиболее реалистич­ные из экспансивных (или захватнических) влечений. По крайней мере, это справедливо в том смысле, что люди, их имеющие, прикладывают реальные усилия ради достижения превосходства. Эти влечения представляются более реалистичными еще и потому, что при некоторой удаче честолюбцам дей­ствительно удается достичь славы, почестей, влиятельности. Но, с другой стороны, добившись на самом деле больших денег, знаков отличия, власти, они, вместе с тем, приходят к ощущению полной тщетности своей погони. Они не достигают мира в душе, внутреннего спокойствия, довольства жиз­нью. Внутреннее напряжение, ради ослабления которого они и гнались за призраком славы, не ослабевает ни на йоту. И поскольку это не несчаст­ный случай, а неизбежный результат, мы будем правы, заключив, что нере­алистичность всей этой погони за успехом — ее неотъемлемое свойство.

Так как мы живем в соревновательной культуре, эти замечания могут показаться странными или сделанными от незнания жизни. Представление о том, что каждый хочет опередить соседа, быть лучше его, настолько глу­боко внедрилось во всех нас, что мы считаем эти тенденции “естествен-

—37—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

ными”. Но тот факт, что компульсивное стремление к успеху пробуждается только в соревновательной культуре, не делает такое стремление менее невротичным. Даже в соревновательной культуре живет множество людей, для которых другие ценности (например, внутренний рост), важнее, чем соревновательное превосходство над другими.

Последний и самый деструктивный элемент в погоне за славой — это влечение *к мстительному торжеству.* Оно может быть тесно связано с влечением к реальным достижениям и успеху, но, даже если и так, его главной целью является поражение или посрамление всех других самим своим успехом, или достижение власти через свой подъем на недосягае­мую высоту, или причинение другим страданий, в основном унизитель­ных. С другой стороны, стремление к превосходству может быть сослано в область фантазии, и потребность в мстительном торжестве тогда проявля­ется в основном в виде порыва (часто неудержимого и по большей части — бессознательного) фрустрировать, высмеивать или унижать других в лич­ных отношениях. Я называю это влечение “мстительным” потому, что его движущая сила исходит из побуждения взять реванш за унижения, испы­танные в детстве, из побуждения, которое получает подкрепление в ходе дальнейшего невротического развития. Эти дальнейшие наслоения, возмо­жно, ответственны за путь, на котором потребность во мстительном торже­стве в конце концов становится постоянной составляющей в погоне за сла­вой. Как степень ее силы, так и степень ее осознанности могут изменяться в значительных пределах. Большинство людей или полностью не осознают такую потребность, или отдают себе в ней отчет только в краткие мгно­вения. И все же иногда она обнаруживает себя открыто, и тогда она стано­вится едва прикрытой главной целью жизни. Меж современными историче­скими лицами Гитлер — убедительный пример человека, который, пройдя через унижения, отдал всю жизнь фанатичному стремлению торжествовать над все возрастающей массой людей. В его случае четко очерчен пороч­ный круг, постоянно усиливающий эту потребность. Это проистекает уже из того факта, что он умел думать только в категориях победы и пораже­ния. Тем самым страх поражения делал необходимыми все новые и новые победы. Более того, чувство собственного величия, возраставшее с каждой победой, делало для него все нестерпимее мысль, что какие-нибудь лица или даже какие-нибудь народы не будут признавать его величия.

Многие клинические случаи повторяют данный, хотя и с меньшим раз­махом. Сошлюсь хотя бы на пример из современной литературы: “Человек, который смотрел на проходящие поезда” Жоржа Сименона. Перед нами усерднейший клерк, подчиненный дома, подчиненный на работе, и кажется, что он ни о чем и не думает, кроме как о своих обязанностях. Но вот он узнает о нечестности своего шефа, в результате которой фирма разоряется, и рушится его система ценностей. Искусственное разделение на высших существ, которым все дозволено, и низших, таких же как он, которым оста­вляется узенькая тропка правильного поведения, исчезает. И он тоже,

—38—

*Глава I. В погоне за славой*

думает клерк, может быть “великим” и “свободным”. Он может иметь любовницу, даже великолепную даму сердца своего шефа. Его самолюбие теперь настолько воспалено, что когда она отвергает его ухаживания, он ее душит. Его ищет полиция, ему страшно, но все же его основное побужде­ние — с торжеством унизить полицию. Это главный мотив даже в его попытке самоубийства.

Гораздо чаще стремление к мстительному торжеству утаивают. Факти­чески именно деструктивная природа этого элемента погони за славой при­казывает прятать его как можно глубже. Явным оно становится, наверное, только в случае подлинно безумного честолюбия. Только при анализе нам предоставляется возможность увидеть, что его движущей силой является потребность посрамить и унизить других, поднявшись над ними. Менее вредоносная потребность в превосходстве вбирает в себя более деструктив­ную компульсивную потребность. Это позволяет человеку отыгрывать ее и чувствовать при этом свою правоту.

Конечно же важно распознать особые черты индивидуальных склонно­стей, вовлеченных в погоню за славой, потому что анализу всегда подлежит особая констелляция. Но мы не можем понять ни природу, ни движущую силу этих склонностей, пока не рассмотрим их как части единого целого. Альфред Адлер был первым психоаналитиком, увидевшим это как целост­ное явление и указавшим на его решающее значение при неврозе \*.

Есть различные убедительные доказательства тому, что погоня за славой представляет собой всеобъемлющую и единую целостность. В первую оче­редь, мы постоянно встречаем у одного и того же лица все вышеописанные склонности. Конечно, тот или иной элемент может настолько выделяться, что мы с некоторой долей неточности позволяем себе говорить о често­любце или мечтателе. Но главенство одного элемента не означает, что отсутствуют все остальные. Честолюбец мечтает о своем необычайном вели­чии, мечтатель хочет реального превосходства, пусть даже последнее мож­но заметить только по тому, как его самолюбие задевают чужие успехи \*\*.

Далее, все индивидуальные склонности вовлечены в столь тесные взаи­моотношения, что на протяжении жизни человека главная роль может дос­таваться то одной, то другой. От романтических грез он может перейти к стремлению стать совершенным отцом или предпринимателем и потом снова пожелает быть величайшим любовником всех времен.

И наконец, все они имеют *две общие главные черты,* вполне понятные из генезиса и функций всего явления. Это их компульсивная природа

\* См. сравнение с концепцией А.Адлера и концепцией З.Фрейда в главе 15.

\*\* Личности часто выглядят очень по-разному, в зависимости от того, какая склонность возь­мет верх, поэтому велико искушение признать эти склонности самостоятельными. Фрейд рассматривал феномены, подобные данным, как самостоятельные инстинктивные влечения со своими источниками и целями. Когда я сделала первую попытку перечислить компуль-сивные влечения при неврозе, они мне тоже казались самостоятельными “невротическими склонностями”.

—39—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

и вымышленность. Обе черты уже упоминались, но желательно иметь более полную и сжатую картину их значения.

Их *компулъсивная природа* проистекает из факта, что идеализация себя (и вся погоня за славой, развивающаяся как ее последствие) представ­ляет собой невротическое решение. Когда мы называем влечение компуль-сивным, мы имеем в виду нечто противоположное спонтанным желаниям или стремлениям. Последние — выражение реального Собственного Я;

первые — определяются внутренней необходимостью невротической струк­туры. Человек вынужден подчиняться им невзирая на свои реальные жела­ния, чувства или интересы, иначе он будет мучиться от тревоги, его будут раздирать конфликты и душить чувство вины, отверженности и т. п. Дру­гими словами, различие между спонтанностью и компульсивностью — это различие между “я хочу” и “я должен, чтобы избежать опасности”. Хотя индивид может сознательно считать свои амбиции или свои каноны совер­шенства тем, чего он *хочет* достичь, на самом деле он *вынужден* их дости­гать. Нужда в славе берет его в свои клещи. Поскольку он сам не осознает разницы между желанием и вынуждением, эти критерии должны устано­вить мы. Решающим является тот факт, что его словно кто-то тащит по дороге славы, *не принимая во внимание ни его самого, ни его главней­шие интересы.* (Мне вспоминается здесь честолюбивая девочка, которая в десять лет считала, что ей лучше ослепнуть, чем перестать быть лучшей ученицей.) У нас есть веская причина заинтересоваться: не кладется ли большинство человеческих жизней (в переносном или в буквальном смыс­ле) именно на алтарь славы? Иун Габриель Боркман (герой одноименной драмы Генрика Ибсена) умер, начав сомневаться в ценности своей великой миссии и в возможности ее осуществления. Поистине трагический оттенок виден в нашей картине. Если мы жертвуем собой ради того, что мы (и боль­шинство здоровых людей) считаем стоящим жертвы, с точки зрения обще­человеческих ценностей, это, конечно, трагично, но осмысленно. Если же мы тратим по мелочам нашу жизнь на то, чтобы рабски служить призраку славы, по причинам нам самим совершенно неизвестным, это принимает характер ничем не оправданного трагического расточительства, тем худ­шего, чем более потенциально ценна наша жизнь.

Другая черта компульсивной природы влечения к славе — как и любо­го компульсивного влечения — это его *неразборчивость.* Так как реальные интересы человека, гоняющегося за славой, не имеют для него значения, он *должен* быть в центре внимания, *должен* быть самым привлекательным, самым умным, самым оригинальным — требует того ситуация или нет, *может* он или нет, при его качествах, быть первым. Он *должен* выйти победителем из любого спора, неважно, где лежит истина. Его мнение на этот счет прямо противоположно мнению Сократа: “...мы спорим не для того, чтобы победило твое или мое мнение, нет, мы оба должны бороться за то, чтобы победила истина”\*. Компульсивность невротической личности

\* Диалоги Платона, *”Филе*

-40

*Глава 1. В погоне за славой*

неразборчиво требует превосходства и делает человека равнодушным к истине, касается ли эта истина его самого, других людей или фактов.

Более того, как и любое другое компульсивное влечение, погоня за сла­вой обладает характерной чертой *ненасытности.* Она должна продолжать­ся, пока личностью движут неведомые (ей самой) силы. Человек может испытать прилив восторга от благосклонного отношения к проделанной им работе, от одержанной победы, от любого знака расположения или восхи­щения — но этот прилив быстро спадает. В первую очередь, успех едва ли переживается им как успех, по крайней мере, он оставляет место для иду­щих вслед за ним уныния или страха. В любом случае, неустанная охота за большим престижем, большими деньгами, большим числом женщин, побед и завоеваний продолжается и продолжается, вряд ли принося хоть какое-то удовлетворение или обещая отдых. И наконец, компульсивная природа вле­чения видна из *реакции на его фрустрацию.* Чем больше субъективная важность влечения, чем настоятельнее потребность достичь цели, следова­тельно, тем более интенсивна реакция на фрустрацию. Собственно говоря, таким путем и можно установить силу влечения. Хотя это не всегда видно непосредственно, погоня за славой — самое могущественное влечение. Оно похоже на одержимость дьяволом: человека словно поглощает чудо­вище, им же и созданное. Поэтому и должна быть ужасной реакция на фру­страцию. На это указывает ужас перед гибелью и позором, которые для столь многих людей входят в понятие неудачи. Реакции паники, депрессии, отчаяния, ярости по отношению к себе и другим за то, что они полагают “неудачей”, очень часты и совершенно несоразмерны действительной важ­ности происшествия. Фобия высоты — частое внешнее проявление страха упасть с высоты иллюзорного величия. Рассмотрим сновидение одного пациента с фобией высоты. Оно посетило его как раз тогда, когда у него появились сомнения в своем неоспоримом превосходстве, в которое он прежде верил безоговорочно. В сновидении он был на вершине горы, но ему угрожала опасность падения, и он отчаянно цеплялся за гребень пика. “Я не могу подняться выше,— говорил он.— Держаться за это — вот все, что мне остается в жизни”. На сознательном уровне он относил эти слова к своему социальному статусу, но в более глубоком смысле они были верны отно­сительно его иллюзий о себе. Имея (в своем представлении) богоподоб­ное всемогущество и космическое значение, он действительно не мог под­няться выше!

Вторая характерная черта, присущая всем элементам погони за сла­вой — это огромная и совершенно особенная роль, которую играет в них *воображение.* Оно — инструмент процесса самоидеализации. Это решаю­щий фактор настолько, что вся погоня обречена быть проникнута фанта­стичностью. Неважно, насколько человек гордится своей реалистичностью, неважно, насколько на самом деле реалистичен его подход к успеху, тор­жеству, совершенству — его воображение сопутствует ему везде и застав­ляет его принимать миражи за реальность. Нельзя быть нереалистичным по

—41 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

отношению к себе и оставаться всецело реалистичным в других аспектах. Когда путешественник бредет по пустыне, мучаясь от усталости и жажды, и видит мираж, он иногда делает настоящие усилия, чтобы добраться до него. Мираж в любом случае оборачивается разочарованием, но здесь даже сам мираж славы — уже продукт воображения.

Надо сказать, что воображение входит во все психические и менталь­ные функции здорового человека. Оно позволяет нам чувствовать огорче­ние или радость за друга. Мы желаем, надеемся, боимся, верим, строим планы — и все благодаря возможностям нашего воображения. Но вообра­жение может быть как продуктивным, так и непродуктивным: оно может подвести нас ближе к правде о нас самих (как это часто бывает в сновиде­ниях), а может и увести от нее. Оно может обогатить, а может и обеднить наши реальные переживания. Это и составляет отличие здорового вообра­жения от невротического.

Думая о грандиозных планах, которые строят столь многие невротики. или о фантастической природе их самовозвеличивания и требований, мы можем впасть в искушение и поверить, что они более других одарены коро левским даром воображения, и что по этой самой причине оно легче сби­вается с пути. Мой опыт не подтверждает этого предположения. Общая одаренность бывает столь же различной у невротиков, сколь и у здоровых людей. Но я не нахожу доказательств, что невротик per se от природы ода­рен большим воображением, чем другие.

Тем не менее, это предположение представляет собой неверное заклю­чение, основанное на точных наблюдениях. Фактически воображение дейст­вительно играет большую роль при неврозе. Однако за это ответственны не конституциональные, а функциональные факторы. Воображение невротика работает как и воображение здорового человека, но выполняет дополни­тельные функции, которые не выполняет в норме. Оно ставится на службу невротическим потребностям. Это особенно отчетливо видно в случае по­гони за славой, которая, как мы знаем, вызвана воздействием могущест­венных потребностей. В психиатрической литературе порожденные вообра­жением искажения реальности известны как “желающее мышление”. Это в настоящее время утвердившийся термин, хотя и несколько некоррект­ный, Он слишком узок: точнее было бы говорить не только о мышлении, но и о “желающем” видении мира, “желающих” верованиях и в особенности о “желающем” чувствовании. Более того, мы должны говорить о мышлении (или чувствовании), детерминированном не *желаниями, а потребнос­тями .* Именно воздействие этих потребностей наделяет воображение теми цепкостью и силой, которыми оно обладает при неврозе и которые делают его столь плодовитым — и неконструктивным.

Роль, которую играет воображение в погоне за славой, можно безоши­бочно и непосредственно проследить по мечтам. В подростковом возрасте они иногда имеют откровенно грандиозный характер. Так, например, роб­кий и замкнутый школьник мечтает стать величайшим атлетом, или гением, или Дон-Жуаном. Люди постарше напоминают мадам Бовари, постоянно

—42—

*Глава I. В погоне за славой*

мечтая о романтических переживаниях, мистическом совершенстве, не­постижимой святости. Иногда эти мечты принимают форму разговоров, в которых воображаемые собеседники поражены или пристыжены. Другие, более сложной структуры мечты, имеют содержанием позорное или благо­родное страдание в качестве жертвы жестокости и унижения. Часто мечты являются не нарочно сочиняемыми историями, а, скорее, фантастическим сопровождением повседневной рутины. Например, ухаживая за детьми, играя на пианино или расчесывая волосы, женщина может одновременно видеть себя гораздо более нежной матерью, выдающейся пианисткой или потрясающей красавицей, годящейся в кинозвезды. В некоторых случаях такие мечты настолько откровенны, что человек может, как Уолтер Митти, постоянно жить в двух мирах. У других людей, столь же увлеченных пого­ней за славой, мечты такие пугливые и обрывочные, что они могут со всей субъективной честностью утверждать, что они не фантазируют. Излишне говорить, что они заблуждаются. Даже если они только беспокоятся о воз­можных неприятностях, которые могут свалиться на них, это же их вообра­жение рисует им такие возможности.

Но мечты, хотя они важны и изобличают мечтателя, все же не самая вредная работа воображения. Ведь мечтающий человек, в общем, вполне осознает, что он мечтает, то есть воображает то, чего никогда не происхо­дило или не может произойти так, как он переживает это в фантазии. По крайней мере, ему не слишком трудно осознать наличие мечты и ее нереа­листичный характер. Более вредная работа воображения — это тонкие и всеобъемлющие искажения реальности, которые он осуществляет, сам того не осознавая. Идеальный образ себя не создается раз и навсегда еди­ным актом творения: однажды созданный, он нуждается в постоянном вни­мании. Для его актуализации человек должен прилагать непрестанный труд по фальсификации реальности. Он должен превратить свои потребности в добродетели или в более чем справедливые ожидания. Он должен превра­тить свои намерения быть честным или внимательным в факт — да, он чес­тен и внимателен. Неплохие мысли, пришедшие ему в голову для статьи, делают его великим ученым. Потенциальные достижения превращаются в актуальные. Знание “истинных” норм морали делает его нравственным человеком, часто даже образцом нравственности. И конечно же, его вообра­жению приходится работать “сверхурочно”, чтобы уничтожить все непри­ятные доказательства противоположного\*.

Воображение меняет и то, во что невротик верит. Ему нужно верить, что другие — замечательные или гадкие,— и пожалуйста! Вот они на пара­де славных ребят или опасных чудовищ. Воображение меняет его чувства. Ему нужно чувствовать себя неуязвимым — и на, держи! Его воображение обладает достаточной силой, чтобы счистить боль и страдание. Ему нужно, чтобы у него были глубокие чувства — доверия, жалости, любви и страда­ния — воображение раздувает испытываемую им жалость, доверие и т. п.

Это можно сравнить с работой Министерства Правды в романе Джорджа Оруэлла “1984”. —43—

***Кареч Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Восприятие искажении внутренней и внешней реальности, которые может произвести воображение, поставленное на службу погоне за славой, ставит перед нами нелегкий вопрос. Где кончается полет воображения нев­ротика? В конце концов, он все-таки не теряет полностью чувства реаль­ности; где тогда граница, отделяющая его от психотика? Если и существует какая-то граница проделкам воображения, она, конечно же, нерезкая. Мы можем сказать только, что психотик более склонен относится к процес­сам, идущим в его сознании, как к чему-то исключительному, как к единст­венной реальности, с которой следует считаться, тогда как невротик (по каким бы то ни было причинам) сохраняет явный интерес к внешнему мир\ и своему месту в нем и, следовательно, сохраняет явно недурную в нем ори­ентацию \*. Тем не менее, нет предела высоте, до которой не могло бы взле­теть его воображение, в то время как обеими ногами он остается вполне на земле, и в способе его функционирования нет очевидных нарушений. Фак­тически это самая яркая черта погони за славой — она идет в мире фанта­стики, в царстве *неограниченных возможностей.*

Все влечения к славе включают тягу к знаниям, мудрости, добродетели или силе, причем большим, чем те, которыми может обладать человек;

цель здесь — *абсолютное,* неограниченное, бесконечное. Ничто меньшее, чем абсолютное бесстрашие, мастерство или святость не привлекает невро­тика, одержимого влечением к славе. Он, следовательно, составляет пол­ную противоположность истинно религиозному человеку. Для того — един Бог всемогущ; версия невротика — нет ничего невозможного для Меня. Его сила воли должна совершать чудеса, его разум должен быть непогреши­мым, его предвидение — безошибочным, знание — всеобъемлющим. Здесь появляется тема сделки с дьяволом — она будет звучать на протяжении всей книги. Невротик — это Фауст, которого не устраивает то, что он знает много; он должен знать все.

Взлет в безграничное предопределен силой потребностей, стоящих за влечением к славе. Потребности *в абсолютном и неограниченном* так сильны, что они берут верх над задержками, которые обычно препятствуют отрыву нашего воображения от действительности. Для успешного функци­онирования человеку нужно и представлять себе возможности, бесконечно удаленную перспективу, и понимать существование ограничений, необхо­димости, конкретного. Если мысли и чувства человека сосредоточены в основном на бесконечности, на созерцании возможностей, он теряет чув­ство конкретного, ощущение “здесь и сейчас”. Он теряет способность жить в данную минуту. Он больше не способен подчиниться внутренней необхо­димости, “тому, что можно назвать пределом человека”. Он теряет из виду то, что актуально необходимо, чтобы чего-либо достичь. “Самая маленькая

\* Причины этого различия сложны. Стоило бы исследовать, не является ли решающим разли­чием между ними более радикальный отказ психотика от реального Собственного Я и более радикальный сдвиг к идеальному Собственному Я.

*Глава I. В погоне за славой*

возможность требует времени на то, чтобы стать действительностью”. Его мышление может стать слишком абстрактным. Его знания могут стать “родом бесчеловечного знания, ради которого его человеческое Я расточа­ется точно так же, как расточались человеческие жизни при строительстве пирамид”. Его чувства к другим могут высохнуть до “абстрактного сочув­ствия человечеству”. Если, с другой стороны, человек не заглядывает за узкий горизонт конкретного, необходимого, конечного, он становится “узко мыслящим и подлого духа лицом”. Значит, перед нами стоит не вопрос выбора— “или — или”, а вопрос *объединения —* “и — и”. Признание огра­ничений, законов и необходимости препятствует тому, чтобы унестись в бесконечное, и тому, чтобы лишь “барахтаться в возможном” \*.

В погоне за славой *слабеют задержки воображения.* Это не означает общей неспособности видеть необходимость и подчиняться ей. Особое направление дальнейшего невротического развития может привести многих к убеждению, что безопаснее ограничить свою жизнь, и в этом случае они могут склониться к тому, что возможность унестись в мир фантастики — опасная возможность, которой следует избегать. Они могут закрыть свое сознание для всего, что кажется им фантастичным, питать отвращение к абстрактному мышлению и сверхтревожно цепляться за все видимое, ося­заемое, конкретное или приносящее сиюсекундную пользу. Но в то время как сознательная установка по отношению к этим материям может быть раз­личной, каждый невротик в глубине души очень неохотно признает огра­ничения в том, чего он от себя ожидает и считает возможным достичь. Его потребность в актуализации своего идеального образа столь императивна, что он вынужден отмахнуться от всех задержек, как от не относящихся к делу или несуществующих.

Чем больше вступает в свои права его иррациональное воображение, тем вероятнее, что он должен уже просто бояться всего реального, опреде­ленного, конкретного или конечного. Он склонен ненавидеть время, пото­му что это нечто определенное; деньги, потому что они конкретны; смерть, потому что она окончательна. Но он может также ненавидеть определен­ность желаний или выбора и, следовательно, избегать определенности в обязательствах или решениях. Вот для иллюстрации одна пациентка, кото­рая лелеяла фантазию стать блуждающим огоньком, пляшущим в луче лун­ного света: ей случалось испытать чувство ужаса, глядя в зеркало — не потому, что она видела какие-то несовершенства, а потому что оно застав­ляло ее понимать, что у нее определенные контуры, она субстанциональна, “пришпилена к конкретному телу”. Зеркало заставляло ее почувствовать себя птичкой, чьи крылья прибиты к доске. И когда такие чувства поднима­лись в ее сознание, ей страшно хотелось разбить зеркало.

Конечно, развитие не всегда доходит до таких крайностей. Но каждый невротик, даже если он может при поверхностном взгляде сойти за здоро-

В данной философской дискуссии я лишь грубо следую мыслям работы С. Кьеркегора *“Болезнь к смерти”,* написанной им в 1844 году. Все цитаты в данном абзаце взяты из нее

-45-

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

вого, ненавидит сверку с очевидным, когда она касается его особых иллюзий о себе самом. Иначе быть не может, потому что в противном случае иллю­зии лопнут. Установка по отношению к внешним законам и правилам может быть различной, но он всегда склонен отрицать законы, действующие внутри него самого, склонен отказываться видеть причинно-следственные связи в физическом мире или то, что один фактор следует из другого или усиливает его.

Существует бесконечное множество путей для того, чтобы не считаться с очевидным, которое не хочется видеть. Он его забывает; “это не счита­ется”; “это случайность”; “это из-за сложившихся обстоятельств”; “это меня заставили”; “а что я тут мог поделать”; “это естественно”. Как мошенничающий счетовод, он заходит сколь угодно далеко, чтобы продол­жать вести двойной счет; но в отличие от мошенника, он заносит на свой счет только то, что в его пользу, и притворяется, что не знает о другом. Я еще не видела пациента, у которого открытый бунт против реальности (как он выражен в “Харви”: “Двадцать лет я боролся с реальностью и на­конец преодолел ее”) не играл бы на той же струне. Или, вновь цитируя классическое высказывание пациента: “Если бы не реальность, все у меня было бы в полном порядке”.

Остается с большей четкостью провести различие между погоней за славой и здоровыми человеческими стремлениями. Внешне они обманчиво похожи, причем настолько, что кажется — отличается только их степень. Это выглядит так, как если бы невротик был просто более честолюбив, более озабочен властью, престижем и успехом, чем здоровый человек; как если бы его моральные стандарты просто были выше или жестче обычных;

как если бы он был лишь более самонадеянным или считал себя более важ­ной персоной, чем обычно считают себя люди. И действительно, кто риск­нет провести определенную линию и скажет: “Здесь кончается здоровье и начинается невроз”?

Подобие здоровых стремлений и невротических влечений существует, поскольку они имеют общие корни в возможностях, заложенных в любом человеке. Умственные способности позволяют человеку выйти за границы себя. В отличие от животных он может воображать и планировать. Различ­ными путями он может постепенно расширять свои умения и, как показы­вает история, действительно их расширяет. То же самое верно и для жизни отдельного индивида. Не существует жестких границ тому, с чем он может справиться в своей жизни, тем качествам и умениям, которые он может в себе развить, и его творческим способностям. Учитывая эти факты, кажет­ся неизбежным, что человек не знает своих границ и, следовательно, легко ставит себе слишком малые или слишком высокие цели. Это незнание — та основа, без которой и не могла бы, видимо, начаться погоня за славой.

Базальное различие между здоровыми стремлениями и невротическим влечением к славе лежит в их побудительных мотивах. Здоровые стремле­ния проистекают из присущей человеку склонности к развитию заложенных

—46 -

*Глава 1 В погоне за славой*

в нем способностей. Уверенность во внутренней потребности роста всегда была основным принципом нашего теоретического и терапевтического под­хода \*. И эта уверенность только увеличивалась по мере накопления опыта. Единственное, что мне сейчас кажется необходимым уточнить, это форму­лировку. Теперь я бы сказала (повторяя сказанное на первых страницах книги), что живые силы реального Собственного Я толкают каждую лич­ность к самореализации.

Погоня за славой, напротив, возникает из потребности в актуализации идеального Собственного Я. Это различие фундаментальное, потому что все прочие проистекают уже из него. Поскольку самоидеализация — невро­тическое решение, и как таковое — компульсивна по своему характеру, то все влечения, которые являются ее результатом, тоже неизбежно компуль-сивны. Поскольку невротик, пока он вынужден держаться за свои иллюзии о себе, не в состоянии признать ограничения, погоня за славой уходит в неограниченное. Поскольку его основная цель — это достижение славы, его перестает интересовать процесс обучения, дела или продвижения шаг за шагом, фактически он склонен презирать подобное. Он не хочет взбираться на гору, он хочет сразу оказаться на вершине. Следовательно, он теряет представление о том, что означает эволюция или рост, даже пускаясь в рас­суждения о них. И наконец, поскольку сотворение идеального Собствен­ного Я возможно только за счет правды о себе, а его актуализация требует дальнейшего ее искажения, воображение с охотой приходит на помощь. Таким образом, в большей или меньшей степени, но он теряет на этом пути интерес к истине и умение отличать правду от неправды — и эта утрата, среди прочих, тоже ответственна за его трудности в различении между искренними чувствами, верованиями, стремлениями и их искусственными эквивалентами (бессознательными претензиями) в себе самом и в других. Ударение смещается с “быть” на “казаться”.

Итак, различие между здоровыми стремлениями и невротическим вле­чением к славе — это различие между спонтанностью и компульсивностью;

между признанием и отрицанием ограничений; между фокусировкой на достославном окончательном продукте и ощущением эволюции; между видимостью и сутью; фантазией и правдой. Различие, таким образом устано­вленное, не идентично с различием между относительно здоровым и невро­тическим индивидом. Первый может и не быть искренне вовлечен в само­реализацию, как и второй может и не быть полностью влеком к актуализа­ции идеального Собственного Я. Тенденция к самореализации действует и в невротике тоже; мы не могли бы оказать терапевтическую помощь росту пациента, если бы в нем для начала не было такого стремления. Но в то же

\* Под “нашим” я имею в виду подход Ассоциации Развития Психоанализа Во вступлении к работе *“Наши внутренние конфликты”* я сказала “Я уверена в том, что человек может и хочет развивать заложенные в нем способности . ” См также работу Д-ра Курта Гольдштаина *“Природа человека”* (Dr Kurt Goldstem “Human Nature” Harvard University Press 1940) Гольдштайн, однако, не проводит различия —решающего для чело­века — между самореализацией и актуализацией идеального Собственного Я

—47—

***Карен Хорчи*** *Невроз и личностный рост*

время различие между здоровой и невротической личностью в этом отно шении — это просто различие в степени, а различие между истинным стремлением и компульсивными влечениями, несмотря на поверхностное сходство,— качественное, а не количественное \*

Мне кажется, что наиболее уместный символ для невротического про цесса, инициированного погоней за славой,— это идейное содержание исто рии о сделке с дьяволом Дьявол, или другое персонифицированное зло, искушает человека, запутавшегося в духовном или материальном плане, предложением неограниченной власти Но он может получить эту власть, продав свою душу или отправившись в ад Такое искушение может возник нуть у каждого, богатого или бедного духовно, потому что взывает к двум могущественным страстям стремлению к бесконечному и желанию найти легкий выход из положения Согласно религиозной традиции, величайшие духовные лидеры человечества, Будда и Христос, испытывали такое иску шение Но поскольку они были твердо укоренены в себе, они распознали это как искушение и смогли его отвергнуть Более того, условия, оговорен ные в сделке, вполне соответствуют цене, которую придется заплатить при невротическом развитии Говоря символическим языком, легкий путь к бес конечной славе неизбежно оказывается путем во внутренний ад презрения к себе и самоистязания Выбирая эту дорогу, человек фактически утрачива ет свою душу — реальное Собственное Я

\* Когда в этой книге я говорю “невротик” я имею в виду личность, в которой невротические влечения взяли верх над здоровыми стремлениями

—48—

Глава 2 Невротические требования

В своей погоне за славой невротик устремляется в царство фантастиче ского, бесконечного, неограниченного Внешне он ведет “нормальную” жизнь — как член семьи и общества, который ходит на работу и развлека ется по выходным Но сам не понимая того, или по крайней мере не пони мая, до какой это доходит степени, он живет в двух мирах — в мире своей тайной частной жизни и в мире жизни официальной Эти две жизни не схо дятся одна с другой, как сказал один пациент “Жизнь ужасна — в ней столько реальности'”

Неважно, насколько сильно отвращение невротика к сопоставлению с очевидным Реальность неизбежно навязывает себя, двояким образом Пусть он даже высоко одаренный человек, но во всем существенном он похож на каждого из нас — с общими человеческими ограничениями и зна чительными индивидуальными затруднениями Его актуальное бытие расхо­дится с его богоподобным образом себя Реальность вне его тоже не обхо дится с ним, как с божеством И для него в часе только шестьдесят минут, ему приходится стоять в очереди, как всем прочим, таксист или начальник на работе обращаются с ним, как с простым смертным

Унижения, которым (по его ощущению) подвергается невротик, очень удачно иллюстрирует небольшое происшествие из детства одной пациент ки Ей было три года, она размечталась о том, как станет сказочной коро левой, и вдруг дядя подхватил ее с пола, шутливо говоря “А у кого это так измазана мордашка9” Она никогда не могла забыть свои яростный и бес сильный гнев Таким образом, личности данного склада почти постоянно сталкиваются с несоответствиями, ошарашивающими и обидными Как тут быть9 Как объяснить их, как на них реагировать или как попытаться от них отмахнуться9 До тех пор пока самовозвеличивание слишком небходимо невротику и потому неприкосновенно, он не может не прийти к заклю чению что то не в порядке с миром вокруг него Мир обязан измениться А значит, вместо того чтобы разбираться со своими иллюзиями, он предъ являет требования к внешнему миру Другие люди и судьба обязаны обхо Литься с ним в соответствии с его раздутым представлением о собственной значимости Все и каждый обязаны подстраиваться под его иллюзии Иначе несправедливо Он заслуживает лучшей доли

—49

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Невротик считает, что имеет право на особое внимание, деликатность, почтение. Требования почета достаточно понятны и даже порой очевидны для окружающих. Но они только часть, верхушка более всеобъемлющих требований. Все его нужды, вытекающие из его запретов, страхов, кон­фликтов и решений, обязаны быть удовлетворены или должным образом уважены. Более того. Все, что он чувствует, думает или делает, обязано не иметь вредных последствий. Это фактически означает, что к нему неприме­нимы законы психологии. Следовательно, ему нет необходимости призна­вать (или в какой-то мере решать) свои проблемы. Не его это дело — зани­маться своими проблемами; это дело других — следить за тем, чтобы его не беспокоили его проблемы.

Немецкий психоаналитик Харальд Шульц-Хенке \* был первым совре­менным аналитиком, увидевшим эти скрытые требования невротика. Он назвал их Riesenansprueche (гигантскими требованиями) и приписал им решающую роль при неврозе. Хотя я разделяю его мнение относительно их важности, моя концепция требований невротика во многом иная. Термин “гигантские требования” кажется мне неудачным. Он ведет нас в ложном направлении, поскольку подразумевает, что эти требования чрезмерны по содержанию. Да, во многих случаях они не только чрезмерны, но просто фантастичны; но иные из них кажутся вполне разумными. И если мы сосре­доточимся лишь на непомерности требований, это помешает нам увидеть в себе и других те требования, которые на вид рациональны.

Возьмем, например, бизнесмена, безумно раздраженного тем, что нуж­ный поезд не отправляется в удобное для него время. Допустим, его зна­комый, знающий, что речь идет о чем-то не очень важном, скажет ему, что он слишком многого хочет. Наш деловой человек ответит новым взрывом ярости: он же занятой человек, и ничего нет странного в том, что он хочет, чтобы поезда отправлялись в “разумное” время.

Конечно, его желание понятно. Кто бы не хотел, чтобы поезда отправ­лялись по расписанию, удобному лично для него? Но они *не обязаны* от­правляться так. Это приводит нас к сути явления: *желание или потреб­ность, сами по себе понятные, превращаются в требование.* После этого его неисполнение ощущается как несправедливая фрустрация, как оскорбление, на которое можно с полным правом обидеться.

Разница между потребностью и требованием очевидна. Тем не менее, если подводные течения психики подменяют одну другим, невротик не толь­ко не понимает, что такая разница существует, но и не желает этого знать. Он говорит о “разумном” или “естественном” желании, тогда как на самом деле речь идет о его требовании; он чувствует, что имеет право на многие вещи, тогда как и малая доля здравого размышления уже подсказала бы ему, что эти вещи совсем не его и не для него. Мне, например, вспомина-

\* X.Шульц-Хенке. *“Введение в психоанализ”* (Harald Schulz-Hencke. *“Einfuehrung zur Psychoanalyse”).*

 —50—

*Глава 2. Невротические требования*

ются пациенты, возмущенные штрафом за просрочку парковки автомобиля. Желание, чтобы это “сошло им с рук”, вполне понятно, но они вовсе не имеют права на освобождение от оплаты. Может быть, они не знают зако­нов? Нет, это не так. Но они скажут (если вообще задумаются над ситуа­цией), что другим-то сошло с рук, а они попались, и это несправедливо.

По этим причинам мне кажется, что лучше говорить просто об ирраци­ональных или невротических требованиях. Они представляют собой невро­тические потребности, невольно превращенные в требования. И они ирра­циональны, потому что претендуют на право, на привилегию, которой на самом деле не существует. Другими словами, они чрезмерны уже в силу того, что их предъявляют в виде требований, вместо того чтобы признать в них просто невротические потребности. Особое содержание скрытых тре­бований, различное в частностях, согласуется со структурой конкретного невроза. Вообще говоря, пациент считает, что имеет право на все значимое для него: на удовлетворение всех своих невротических потребностей.

Говоря о требовательном человеке, мы обычно имеем в виду его требо­вательность к другим. И человеческие отношения на самом деле состав­ляют важную область, в которой предъявляются невротические требова­ния. Но мы значительно недооценим размах этих требований, если ограни­чим их данной областью. Они в такой же мере направлены на все человеческие установления и на саму жизнь.

В рамках человеческих взаимоотношений такое всеохватывающее тре­бование предельно ясно высказал один пациент, по внешнему поведению скорее робкий и замкнутый. Сам того не зная, он страдал глубокой инерт­ностью и испытывал затруднения в использовании собственных ресурсов. “Мир должен быть к моим услугам, чтобы мне ни о чем не надо было бес­покоится”,— сказал он.

Равно всеобъемлющее требование было у женщины, которая в глубине души боялась усомниться в себе. Она чувствовала, что имеет право на удо­влетворение всех своих потребностей. “Это немыслимо,— говорила она,— чтобы в меня не влюбился кто угодно, стоит мне захотеть.” Первоначаль­но эта ее уверенность в своем праве требовать всего на свете проявилась на религиозной почве: “Все, о чем я молюсь, мне дается.” В ее случае тре­бование имело обратную сторону. Поскольку неисполнение ее желаний было бы немыслимым поражением, она запрещала себе хотеть во избежа­ние “неудачи”.

Те, кто желает быть всегда *правым,* считают что они вправе всегда быть вне критики, сомнений или вопросов. Те, кого охватила жажда власти, требуют слепой покорности. Другие, для кого жизнь стала игрой, в которой все прочие должны стать объектами искусной манипуляции, считают себя вправе дурачить каждого, и, с другой стороны, претендуют на то, чтобы ни­когда не быть одураченными. Те, кто боится повернуться лицом к своим конфликтам, уверены, что все для них “образуется”, что они сумеют “обой­ти” свои проблемы. Человек, агрессивно эксплуатирующий и запугива­ющий других, чтобы взвалить на них новый груз, будет негодовать, как на

—51 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

нечестность, если они станут настаивать на справедливых условиях сов­местной деятельности. Высокомерный, мстительный человек, норовящий оскорбить окружающих, но нуждающийся в их признании, считает себя “неприкосновенным”. Что бы он ни вытворял с другими, никто не должен иметь возражений против такого обращения. Другой вариант того же тре­бования — это требование “понимания”. Неважно, насколько я мрачен или раздражителен. Меня нужно понять. Тот, для кого всеобъемлющим реше­нием является “любовь”, превращает свою потребность в требование исключительного и безусловного обожания. Обособленный, отъединенный от людей, и потому внешне нетребовательный человек, будет настаивать, однако, на одном требовании: чтобы его не беспокоили. Он считает, что ему ничего не нужно от других, а потому он вправе требовать, чтобы от него отстали — неважно, что при этом поставлено на карту. “Оставьте меня в покое” обычно включает еще и “не ждите от меня ничего” и избавление от критики, от усилий — даже если эти усилия ему необходимо сделать для собственного блага.

Всего этого уже достаточно для простого примера невротических тре­бований, существующих в человеческих взаимоотношениях. В менее лич­ных ситуациях или по отношению к общественным институтам преобла­дают требования с негативным содержанием. Например, выгоды, которые можно извлечь при действующих законах и правилах, принимаются за дан­ность, а когда они оборачиваются невыгодной стороной, это воспринима­ется как несправедливость.

Я все еще благодарна за одно небольшое происшествие со мной во вре­мя последней войны, потому что оно открыло мне глаза на мои собственные бессознательные требования — в первую очередь, а через них — и на бес­сознательные требования других людей. Возвращаясь из Мехико, я была вычеркнута из списков пассажиров самолета из-за праздника Тела Хрис­това, согласно существующей системе приоритетов. Хотя я в принципе считала ее совершенно оправданной, я отметила, что страшно сержусь, когда она касается меня лично. Я подумала о трех днях в поезде, которым теперь должна добираться до Нью-Йорка, и почувствовала отчаяние и неве­роятную усталость. Вершиной моего расстройства стала утешительная мысль: должно быть с самолетом что-то случится, а обо мне позаботилось провидение.

Тут я внезапно увидела, что моя реакция забавна. Начав размышлять над ней, я поняла свои требования: во-первых — быть исключением; во-вто­рых — предметом особой заботы провидения. С этого момента мое отноше­ние к поездке в поезде изменилось. Конечно, переполненный сидячий вагон не стал удобнее. Но я не чувствовала больше усталости, и поездка даже стала приятной.

Я думаю, каждый может легко повторить и расширить мой опыт, наблю­дая за собой или другими людьми. Почему, например, многим водителям и пешеходам так трудно соблюдать правила дорожного движения? Часто

—52—

*Глава 2. Невротические требования*

это происходит из-за бессознательного протеста против них: “Эти правила не должны касаться *меня”.* Другие негодуют на “наглость” банка, который обращает их внимание на превышение кредита. Сюда же относятся страх перед экзаменами или неспособность готовиться к ним. Они тоже следуют из требования исключения для себя. Подобным образом, возмущение пло­хим спектаклем может проистекать из уверенности: “Мне обязаны предос­тавлять только первоклассные развлечения”.

Требование составлять исключение прилагается также к законам при­роды, к физическому и психическому миру. Забавно, насколько глупеют отнюдь не глупые пациенты, когда речь идет о том, чтобы увидеть неизбеж­ность причины и следствия в физическом мире. Я говорю о достаточно оче­видных связях: если мы хотим чего-то достичь, нужно потрудиться; если мы хотим независимости, мы должны быть готовы отвечать за себя. Пока мы держимся высокомерно, мы уязвимы. Пока мы не любим себя, мы не можем поверить, что нас любит кто-то другой, и неизбежно будем подозрительно относиться к проявлениям любви. Ставишь пациента перед такими, вроде бы ясными связями причины и следствия, а он начинает спорить, чувствует себя озадаченным, делается уклончивым.

За такую особую “тупость” отвечает ряд факторов\*. В первую оче­редь, как нам понятно, увидев подобную причинно-следственную связь, пациент окажется перед лицом необходимости внутренних перемен. Конеч­но, любой невротический фактор всегда трудно изменить. Но кроме того, как мы уже видели, многие пациенты испытывают сильнейшее бессозна­тельное нежелание осознавать то, что они должны стать субъектами *какой бы то ни было* необходимости. Сами слова “правила”, “необходимость”, “ограничения” иногда приводят их в содрогание, если они допускают, что­бы значение этих слов наконец до них дошло. Таким образом, осознание любой необходимости по отношению к ним самим, низвергло бы их с высот их мира в действительность, где им пришлось бы, как и всем прочим, под­чиняться тем же законам природы. Именно эта потребность — исключить из своей жизни необходимость — превращается в требование. При анализе оно проявляется в том, что пациент считает себя вправе быть выше необхо­димости изменений. Следовательно, он бессознательно отказывается ви­деть, что ему нужно изменить собственные установки, если он хочет стать независимым, или менее уязвимым, или хочет поверить в любовь к нему.

Больше всего изумляют некоторые тайные требования к жизни вообще. В этой области любое сомнение в иррациональном характере требований исчезает. Естественно, ощущение своей богоподобности очень сильно пошатнется перед лицом факта, что и для тебя жизнь ограничена и нена­дежна, и в твоей судьбе возможны несчастный случай, неудача, болезнь и смерть. Еще бы — тогда рухнет ощущение всемогущества. В таких случаях ведь остается только повторять старое утешение: что ж тут поделаешь...

См. в тексте главы 7, о “процессе дробления психики” и главы 11, об “отвращении к любым переменам у “ушедших в отставку””.

—53—

***Карен Хорни*** *Невроз и чичностныи рост*

Можно порой избежать смертельного риска В наши дни можно оградить себя от денежных потерь, связанных со смертью, но избежать смерти не возможно Неспособный встать лицом к хрупкости своей собственной чело­веческой жизни, невротический индивид взращивает требование своей неприкосновенности, неуязвимости, требование быть помазанником Бо-жиим Ему всегда должна сопутствовать удача, а жизнь должна быть легкой и без страдании

В контрасте с требованиями, действующими в человеческих отноше ниях, на требованиях к жизни вообще нельзя хоть сколько то упешно на стоять Невротику с подобными требованиями остаются всего лишь два вы хода Он может в душе отрицать, что с ним может что-то с лучиться В этом случае он склонен к безрассудным поступкам выходит простуженным в холодную погоду, не принимает мер предосторожности против возмож ной инфекции или никогда не предохраняется во время полового акта Он живет так, словно никогда не состарится и не умрет И поэтому если с ним случается неприятность, она становится для него бедствием, приводит его в панику Происшествие может быть тривиальным, но оно колеблет его надменную убежденность в собственной неприкосновености Второй выход для не1 о в том, чтобы обратиться к другой крайности и стать сверхосторож ным Если уж нельзя положиться на то, что его требование неприкоснове ности будет уважено, то может случиться что угодно и нельзя положиться ни на что Это не значит, что он отказывается от своего требования Это, скорее, значит, что он не хочет лишний раз осознавать его тщетность

Другие установки по отношению к жизни и судьбе кажутся более разумными, пока мы не разглядим стоящие за ними требования Многие пациенты прямо или косвенно выражают свое ощущение несправедливости по отношению к их личным трудностям Рассказывая о своих друзьях, они скажут, что все их друзья тоже невротики, но несмотря на это, у одного луч ше дела на работе, другой легче сходится с женщинами, а третий напори стее или больше получает от жизни Такое увиливание, хотя и тщетное, представляется понятным В конце концов, каждый страдает от своих лич ных трудностей и, следовательно, думает, что куда лучше бы по бы не иметь именно их, тех, от которых мучается он сам Но отклики пациента на совме стное пребывание с одним из тех людей, “которым можно позавидовать” указывают на более серьезный процесс Он внезапно охладевает или впа дает в уныние Прослеживая эти эмоциональные реакции, мы откроем, что их источником является жесткое требование не иметь проблем вовсе Он имеет право быть одаренным богаче любого Ьотее тою, он имеет право не только на жизнь, свободную от личных проблем, но и на букет из досто инств, которыми обладают все, кого он знает лично или, допустим, виде i в кино Ему нужны скромность и ум Чарли Чаплина, человечность и храб рость Спенсера Треиси и победительное мужество Кларка Г еибла Требова ние “Я не должен быть собой” слишком явно иррационально, чтобы быть выдвинутым как таковое Поэтому оно проявляется в форме зависти с оттенком обиды ко всякому богаче одаренному или более удачливому

54

*Гаава 2 Невротические треоовиния*

в жизни, в подражании таким людям или в восхищении ими, в требованиях к аналитику, чтобы тот снабдил всеми желаемыми и часто несовместимыми друг с другом совершенствами

Из этого требования — быть одаренным величайшими достоинства ми — вытекают весьма неприятные для индивида последствия Оно не топь ко поддерживает огонь хронического недовольства и зависти, но и служит реальным препятствием для аналитической работы Если изначально несправедливо, чтобы у пациента имелись хоть какие то невротические нарушения, то вдвойне несправедливо ожидать от него работы над своими проблемами Напротив, он претендует на освобождение от них без про хождения через болезненно трудный процесс изменении

Наш обзор природы невротических требовании неполон Поскольку ка ждая невротическая потребность способна превратиться в требование, нам следовало бы каждую и обсуждать, чтобы получить исчерпывающую кар тину требовании Но даже краткий обзор дает нам понятие об особенностях их природы Теперь мы попытаемся собрать выделенные общие черты тре бовании в единый профиль

Для начала скажем, что они нереалистичны в двух отношениях Лич ность заявляет о правах, которые существуют только у нее в готове, и обра щает мало внимания (если вообще это детает) на выполнимость своих тре бовании Это очевидно в откровенно фантастичных требованиях быть осво божденным от болезней, старости и смерти Но это точно так же верно и для прочих требований Дама, которая полагает, что никто не имеет права отказываться от ее приглашения, считает оскорблением, если кто то все же от него уклоняется, неважно, насколько основательны причины отказа Уче ныи, настаивающий, что все должно приходить к нему легко, возмущается работой, которая должна быть положена в основу статьи или эксперимента, неважно, насколько эта работа необходима, и часто несмотря на понимание, что в данном случае не обойтись без кропотливого труда Алкоголик, уве ренныи, что каждый обязан помогать ему в ею денежных затруднениях, считает несправедливым, если ему не помогают тут же и с охотой, неваж но, хотят окружающие помогать ему или нет

Эти иллюстрации уже подсказывают нам вторую характеристику невро тических требовании — их *эгоцентричность* Она часто бывает настолько вопиющей, что поражает наблюдателя своей “наивностью” и напоминает о сходных установках испорченных детей Такие впечатления, казалось бы, подтверждают теоретическое заключение, что все эти требования просто характерные “инфантильные” черты людей, которые (по крайней мере, в этом отношении) так и не выросли На самом деле такое утверждение ошибочно Да, маленький ребенок тоже эгоцентричен, но только потому, что у него еще не развито чувство принадлежности к людям Он просто не знает, что у других тоже есть свои потребности, а также и границы возмож ностеи — такие, как потребность матери во сне или отсутствие у нее денег на игрушку Основа эгоцентричности невротика совсем иная и более слож

—55

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

ная. Он поглощен собой, потому что его влекут за собой внутрипсихиче-ские потребности, раздирают внутренние конфликты, и он вынужден цеп­ляться за свои особые решения. Перед нами два явления, которые выглядят похожими, но различны. Отсюда следует, что говорить пациенту об инфан­тильности его требований терапевтически полностью бесполезно. Для него это может означать разве лишь то, что его требования иррациональны (а этот факт аналитик может подать ему и лучшим путем), и это в лучшем случае заставит его задуматься. Без дальнейшей упорной работы одно ука­зание на “инфантильность” не переменит ничего.

Уточним это различие. Эгоцснтричность невротических требований можно кратко подытожить, говоря языком моего собственного пережива­ния: с приоритетами военного времени все в порядке, но я должна лететь без очереди. Если у невротика где-то заболело или ему что-то нужно, все должны все бросить и кинуться к нему. Вежливое объяснение аналитика, что у него нет сейчас свободного времени для консультации, часто наталки­вается на злобное или ядовитое замечание или просто на глухоту. Если пациенту нужно, время должно найтись. Чем меньше связан невротик с миром вокруг него, тем меньше он думает о других людях и их чувствах. Как сказал однажды пациент, временами высокомерно презиравший реаль­ность: “Я — свободная комета, летящая сквозь миры. Реально то, чего хочу я, а нереальны другие, с их желаниями”.

Третья характеристика требований невротика лежит в его ожидании, что к нему все должно прийти *без всяких усилий.* Он не допускает, что сидя в одиночестве, он может кому-то позвонить; нет, это ему кто-то обязан позвонить. Обычное рассуждение, что нужно меньше есть, если хочешь похудеть, часто встречает столь сильное внутреннее неприятие, что он про­должает переедать, по-прежнему негодуя, что не выглядит так же изящно, как некоторые другие. Другой требует себе почетной работы, лучшего положения, денежного аванса — еще ничего особого и не сделав, чтобы вес это заслужить, и даже (чего уж больше) не высказывая своего требования. Ему не нужно ясности — чего же он, собственно, хочет. Ему нужна позиция *отказа от всего или получения всего.*

Часто он весьма правдоподобно и трогательно рассказывает о том, как сильно он хочет быть счастливым. Но его семья или друзья рано или позд­но осознают, что осчастливить его чрезвычайно трудно. Поэтому они могут сказать ему, что в нем самом, должно быть, сидит какое-то недовольство, которое и мешает ему получить причитающееся ему счастье. Бывает, что после этого он отправляется к психоаналитику.

Аналитик оценит желание пациента быть счастливым как хороший метив для обращения. Но он, кроме того, спросит себя: почему пациент, при всем его стремлении к счастью, остается несчастным. У него ведь есть много такого, чему радовалось бы множество людей: славный дом, милая жена, обеспеченность. Но он почти ничего не извлекает из этого и не про­являет ни к чему особого интереса. Складывается впечатление, что слиш­ком много в нем лени и потакания своим слабостям. Аналитик поразится,

— 56—

*Глава 2. Невротические требования*

что на самой первой встрече пациент говорит не о своих трудностях, а, скорее, с какой-то наглостью предъявляет список своих желании. Следую­щая встреча укрепляет первое впечатление. Инертность пациента в анали­тической работе оказывается первым препятствием. Картина проясняется:

перед нами человек, связанный по рукам и ногам, неспособный применить собственные силы и до краев наполненный упорными требованиями, что все лучшее в жизни, включая ликование души, должно свалиться к нему с неба.

Еще одна иллюстрация к требованию получать помощь, не прилагая к тому никаких усилий, глубже прояснит нам природу этого требования. Один пациент был вынужден прервать анализ на неделю, причем его беспо­коила проблема, которая всплыла на предыдущей аналитической сессии. Он выразил желание разделаться с ней до отъезда — вполне законное жела­ние. Я изо всех сил принялась раскапывать корни данной проблемы. Но вскоре я заметила, что он, со своей стороны, почти не прилагает усилий. Я словно должна была тащить его за собой. Час подходил к концу, и я почув­ствовала нарастающее раздражение с его стороны. На мой прямой вопрос об этом он ответил утвердительно: конечно он раздражен — он не хотел, что­бы его бросили одного с его проблемой на целую неделю, не сказав ничего, что могло бы принести облегчение. Я указала ему, что его желание вполне понятно, но оно, кажется, превращается в требование, в котором нет ника­кого смысла. Мог он или нет подойти ближе к решению данной проблемы, зависело от того, насколько доступна она была в этот момент и насколько продуктивными могли быть он и я. А в том, что касается его, должно быть существует нечто, не позволяющее ему делать усилия в желательном для него направлении. После долгого кружения вокруг да около, которое я здесь опускаю, он не мог не увидеть истинности сказанного. Исчезло его раздра­жение, исчезло иррациональное требование и ощущение неотложности про­блемы. И он добавил одно разоблачающее обстоятельство: он считал, что проблема порождена мною, так что я должна ее и уладить. Каким же обра­зом он возлагал ответственность на меня? Он не имел в виду, что я совер­шила ошибку; просто дело в том, что в течение предыдущего часа он понял, что еще не преодолел свою мстительность — которую он едва-едва начинал осознавать. На самом деле, в это время он даже и не хотел еще избавиться от нее, а только от некоторых огорчений, ей сопутствующих. Поскольку я не выполнила его требования освободить его от них немедленно, он почув­ствовал себя вправе мстительно потребовать возмещения ущерба. Этим объяснением он указал на корни своих требований: внутренний отказ брать на себя ответственность и недостаток конструктивного интереса к себе. Это приводило его в оцепенение, не давало ему что-либо делать для себя и отве­чало за потребность в том, чтобы кто-то другой (в данном случае аналитик) принимал на себя ответственность за него и все для него улаживал. И эта потребность также превратилась в требование.

Этот пример указывает на четвертую характеристику невротических требований — они могут быть *мстительными* по своей сути. Человек считает, что ему причинен ущерб и настаивает на его возмещении. То, что

—57—

***Карен Хорни*** *Heel оз и шчностныи рост*

так бывает, известно давно Именно так это обстоит при травматическом неврозе, при опреде генных параноидальных состояниях Существует мно го художественных описании данной характеристики, включая Шеилока требующего свои фунт мяса, и Гедду Габпер настаивающую на экстра вагантных излишествах как раз тогда, ко1да она узнает о том, что ее муж видимо, не получит профессуру, на которую они надеялись

Здесь я считаю нужным поднять вопрос не является ли мстительность частым, если не постоянным, этементом невротических требовании9 Есте ственно, степень ее осознания может быть различной В случае Шеилока она сознательная, в случае рассердившегося на меня пациента она находи лась на грани осознания, в бопьшинстве же случаев она бессознательна Мои опыт вынуждает меня сомневаться в ее вездесущности Но я сталкива лась с ней настолько часто, что поставила себе за правило всегда ее искать Говоря о потребности во мстительном торжестве, я уже упоминала о том что мы обнаруживаем очень много хорошо скрытой мстительности в боль шинстве случаев невроза Элементы мстительности несомненно налицо когда требования выставляются со ссылками на прошлые фрустрации или страдания, когда они предъявляются в приказной манере, когда исполне ние требовании ощущается как победное торжество, а их фрустрация как поражение

В какой мере человек *отдает себе отчет* в своих требованиях9 Чем больше взгляд человека на себя и окружающий мир определен его вообра жением, тем больше он и его жизнь в целом дчя него таковы, какими ему требуется их видеть При этом в его сознании не остается места для идеи что у него есть какие то потребности или какие то требования, а одно у по минание о подобной возможности может быть оскорбительным для него Просто люди *не заставляют* его ждать С ним просто *не бывает* несчаст ных случаев и стать старше ему тоже не предстоит Погода *правда* прекрас ная, когда он отправ гяется за город Все происходит *так,* как он хочет, и он *действительно* справляется со всем на свете

Другие невротизированныс личности, *кажется,* отдают себе отчет о своих требованиях, поскольку они явно и открыто требуют для себя осо бых привилегии Но то, что очевидно наблюдателю, может быть вовсе не очевидным самой точности Более того, то, что видит наблюдатепь, и то что чувствует наблюдаемый — далеко не одно и то же Тот, кто ai рессивно выставляет свои требования, может, самое большее, помнить некоторые свои высказывания или смысл своих требовании Например, он признает что проявил нетерпение или не вынес toi о, что с ним спорят Он может знать, что не любит просить людей или говорить им “спасибо” Но пусть он даже знает за собой такое — это не означает, что он знает о своем внутрен нем убеждении все другие должны делать в точности то, что ему хочется Он может знать о своей опрометчивости, но часто будет приукрашивать свои необдуманные поступки, выставляя их как храбрость или уверенность в себе Он может, например, бросить очень хорошую работу без всяких

58

/ *laea 2 Невротические треоования*

конкретных видов на какое то другое место и рассматривать этот шаг как выражение своей уверенности в себе Может быть, так оно и есть, но, воз можно, здесь присутствует еще и опрометчивость, проистекающая из его уверенности в своем праве на везение и счастье Он может знать о том, что в пубине души он верит уж он то никогда не умрет Но даже это еще не осознание своих претензии быть выше биологических ограничении

В других случаях требования остаются скрытыми как от самой лич ности, так и от неискушенного наблюдателя Посчеднии при этом соглаша ется признать разумными те причины, которыми первый оправдывает вы ставленные им требования Обычно он делает это не столько из за психоло гического невежества, сколько из за собственного невроза Например, мужчина может порой находить неудобным то, что жена или любовница желает занимать все его время, но когда он думает, что так ей необходим, это тешит его тщеславие Возьмем другой случаи Иногда женщина предъ являет потребительские требования, основанные на своей беспомощности и страдании При этом она ощущает только свои потребности Она даже сознательно будет очень беспокоиться о том, чтобы не навязываться дру гим Эти другие, однако, могут лелеять в себе роль защитника и помощника или, из за собственных тайных правил морали, почувствуют себя “винова тыми”, если не будут соответствовать ожиданиям женщины

Однако даже если человек отдает себе отчет в том, что у него есть определенные требования, он никогда не осознает их незаконности или иррациональности Действительно, любое сомнение в их обоснованности означало бы первый шаг к их падению Следовательно, до тех пор пока они жизненно важны для него, невротик должен выстраивать в своем сознании неопровержимые доводы, чтобы сделать их всецело законными Он дол жен чувствовать полную убежденность в своей правоте и справедливости В процессе анализа пациент заходит очень далеко, чтобы доказать, что он ждет только ему предстояще! о и полагающегося В противоположность этому, в целях излечения, важно распознавать и существование особых требовании и природу их оправдания Поскольку требования рухнут, если рухнет необходимая для них опора, эта опора становится стратегической позицией Если, например, некто считает, что имеет право на всевозможные услуги вследствие своих заслуг он должен невольно так преувеличивать эти заслуги, чтобы почувствовать законное негодование, если услуга ему не оказывается

Требования часто опираются на нормы культуры “Я же женщина” “я же мужчина” “я же твоя мать” — “я же ваш начальник” Посколь ку ни одна из этих причин, служащих оправданиями или благовидными предлогами, на самом деле не оправдывает выставленные требования, важ ность этих причин не может не раздуваться Например, в этой стране нет жесткой культурной установки мытье посуды унижает мужское достоин ство Так что если у кого то есть требование быть избавленным от такой работы, ему приходится всех заставлять помнить о величии мужчины или кормильца

—59

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Опору на превосходство мы найдем всегда. Общий знаменатель здесь таков: поскольку я такой выдающийся, я имею право... В такой резкой фор­ме она в основном бессознательна. Но человек может подчеркивать особую ценность своего времени, работы, планов и правоты во всем.

Те, кто верит, что “любовь” дает ответ на все вопросы и право на что угодно, должны преувеличивать силу или ценность любви, и не на словах, а действительно чувствуя больше любви, чем есть на самом деле. Необхо­димость преувеличивать часто вносит свою долю в установление пороч­ного круга. Это особенно верно для требований, опирающихся на беспо­мощность и страдание. Многие люди, например, чувствуют себя слиш­ком неуверенными, чтобы наводить справки по телефону. Если требование таково, чтобы кто-то другой сделал это для них, те, о ком идет речь, ощу­щают свои запреты сильнее, чем они есть на самом деле, чтобы придать им законную силу. Если женщина слишком погружена в депрессию или беспо­мощна в ведении домашнего хозяйства, она заставит себя чувствовать еще большую депрессию или большую беспомощность, чем существующая, будет, фактически, страдать больше.

Однако не следует приходить к поспешному заключению, что было бы хорошо, если бы окружающие не соглашались на требования невротика. И согласие и отказ могут ухудшить его состояние. То есть, требования могут стать более настойчивыми в обоих случаях. Отказ помогает только в том случае, если невротик уже начал или начинает брать на себя ответ­ственность за себя самого.

Возможно, самая интересная для нас опора требований — это опора на “справедливость”. Я же верю в Бога; я же всю жизнь работал; я всегда был настоящим гражданином — со мной не должно случиться ничего плохого и все должно быть по-моему, и это будет только справедливо. Из доброты и благочестия обязаны воспоследовать земные блага. Свидетельства противо­положного (того, что добродетель *не обязательно* вознаграждается) отвер­гаются. Если эта тенденция присутствует у пациента, он обычно указывает, что его чувство справедливости простирается и на всех других, что он точ­но так же негодует, когда с ними поступают несправедливо. До некоторой степени это верно, но означает лишь то, что его собственная потребность опереть свои требования на справедливость разрослась в “философию”.

Более того, опора на справедливость имеет оборотную сторону, а имен­но ту, что ответственность за любую неприятность, с кем-либо приклю­чившуюся, возлагается на самого пострадавшего. Прилагает ли искатель справедливости это к себе, зависит от степени его сознания своей правоты. Если оно жесткое, он будет (по крайней мере, сознательно) переживать каждую свою неприятность как несправедливость. Но по отношению к дру­гим он будет гораздо легче применять “изнанку” закона о справедливости:

наверное, этот безработный “на самом деле” не хочет работать; наверное, евреи сами виноваты в том, что их преследуют.

В личных вопросах такие люди считают себя вправе получать столько же, сколько было дано ими. В этом не было бы ничего дурного, если бы от

— 60 —

*Глава 2. Невротические требования*

их внимания не ускользали два обстоятельства. То, что дают они, приобре­тает в их уме преувеличенные размеры (например, в счет идет уже одно доброе намерение), а вот осложнения, которые они внесли в жизнь другого, в счет не идут. Кроме того, на весы часто кладутся совершенно несоизме­римые вещи. Например, анализируемый со своей стороны выставляет наме­рение сотрудничать, желание избавиться от мешающих ему симптомов, регулярное посещение и оплату. Со стороны аналитика лежит его обяза­тельство вылечить пациента. К сожалению, весы не приходят в равновесие. Пациенту может стать лучше, только если он хочет и может работать над собой и изменяться. Поэтому, если добрым намерениям пациента не сопут­ствуют немалые усилия в нужном направлении, то ничего особенного не произойдет. У пациента по-прежнему будут возникать осложнения, и он с возрастающим раздражением будет чувствовать себя обманутым; он предъявит за это счет в форме упреков или жалоб, считая справедливым свое растущее недоверие к аналитику.

Подчеркивание идеи справедливости может быть (хотя и не обязатель­но) камуфляжем для мстительности. Когда требования выставляются в основном на почве “суда” с жизнью, то при этом обычно подчеркиваются свои заслуги. Чем мстительнее требования, тем больше подчеркивается понесенный урон. И здесь тоже возникает необходимость преувеличивать этот урон, раздувать это чувство, пока оно не примет такие размеры, что “потерпевший” сочтет себя вправе требовать любой жертвы или любого наказания виновных.

Поскольку требования являются решающими для проявлений невроза, о них важно *заявить.* Это касается только требований к другим людям, по­тому что (излишне говорить об этом) жизнь и судьба смеются над любыми “исковыми заявлениями”. Мы еще не раз вернемся к данному вопросу. Здесь же достаточно сказать, что способы, которыми невротик пытается заставить других согласиться с его требованиями, самым тесным образом связаны с основой этих требований. Короче говоря, он может пытаться поразить других своей необычайной важностью; он может угождать, очаро­вывать, обещать; он может навязывать другим обязательства и пытаться нажиться, взывая к их чувству справедливости или вины; он может, подчер­кивая свои страдания, взывать к состраданию и жалости; он может, подчер­кивая свою любовь к другим, взывать к их тоске по любви или к их тщесла­вию; он может стращать своей раздражительностью или угрюмостью. Мсти­тельный человек, который может разрушить других ненасытными требованиями, пытается хорошо расчитанными обвинениями усилить их уступчивость.

Приняв во внимание всю ту энергию, которая вкладывается в предъ­явление и оправдание требований, мы вынуждены предположить мощную *реакцию на их фрустрацию.* В этой реакции присутствует подспудный страх, но преобладает гнев и даже ярость. Гнев этот особого рода. Посколь­ку требования субъективно ощущаются честными и справедливыми, то их фрустрация воспринимается как нечестность и несправедливость. Поэтому

—61 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Другими чувство,

следующий за ней гнев носит характер праведного негодования. словами, человек чувствует не просто гнев, но право гневаться — которое энергично защищается при анализе.

Прежде чем углубляться в разные выражения этого негодования, я хочу кратко изложить теорию вопроса — в особенности теорию, предло-женнную Джоном Доллардом и другими. Ее суть в том, что мы реагируем враждебностью на любую фрустрацию; что враждебность по своей сути является реакцией на фрустрацию\*. На самом деле, очень несложные наблюдения показывают, что эта связь не обоснована. Напротив, порази­тельно, какой силы фрустрацию может перенести человек без враждеб­ности. Враждебность возникает, только если фрустрация несправедлива или ощущается как несправедливая, на базе невротических требовании. Тогда у нее есть специфическая черта: человек негодует, чувствует себя оскорбленным. Неудача, неприятность преувеличиваются, порой до смеш­ного. Обидчик неожиданно становится подлым, противным, жестоким, низким, то есть, обида решающим образом влияет на суждение обиженного о другом. Перед нами — один из источников невротической подозритель­ности. Это, кроме того, причина, и очень важная, по которой столь многие невротизированные люди так нетверды в своих оценках других людей и с такой легкостью бросаются от положительного дружеского отношения

к полному осуждению.

Я позволю себе предельное упрощение: острая реакция гнева или даже ярости может пойти в одном из трех направлений. Во-первых, она может быть подавлена по каким-то причинам, и тогда, как и любая подавленная враждебность, может проявиться в психосоматических симптомах: устало­сти, мигрени, желудочных расстройствах и т.д. Во-вторых, она может быть свободно выражена или, по крайней мере, полностью прочувствована. В этом случае, чем менее гнев фактически оправдан, тем более человек будет вынужден преувеличивать произошедшее с ним; он будет при этом с невольной небрежностью к фактам выстраивать обвинительное заклю­чение против оскорбителя, которое выглядит строго логичным. Чем более откровенно “кровожаден” разгневанный (по каким угодно причинам), тем больше он будет склонен к мести. Чем откровеннее его высокомерие, тем увереннее он будет в том, что его месть находится в строгих рамках спра­ведливости. Третье направление реакции — погрузиться в страдание и жалость к себе. При этом человек чувствует себя убитым или до крайности униженным и может впасть в полное уныние. “Как они могли сделать со мной такое!” — переживает он. Мучения в таких случаях становятся сред­ством выражения упреков.

\* Постулат выдвинут на основе теории инстинктов Фрейда, и из него следует, что любая враждебность является реакцией на фрустрацию инстинктивных побуждений или их произ­водных. Для аналитиков, принимающих теорию Фрейда о инстинкте смерти, враждебность, кроме того, получает энергию из инстинктивной потребности в разрушении.

*-62-*

*Глава 2. Невротические требования*

Эти реакции легче наблюдать у других, чем у себя, по той самой причи­не, что убежденность в своей правоте затрудняет исследование в глубинах собственной души. Однако это в наших интересах — исследовать свою реакцию, когда нас обуревает чувство, что с нами скверно поступили, или когда мы начинаем размышлять о чьих-то ненавистных нам качествах, или когда мы рвемся отплатить другим. Мы должны тогда подумать над вопро­сом: находится ли наша реакция в сколько-нибудь разумном соответствии с причиненным нам злом. И если при честном размышлении мы найдем такое несоответствие, нужно искать скрытые требования. Полагая, что мы хотим и способны отказываться от некоторых своих потребностей в особых привилегиях, и полагая, что мы знакомы со специфическими формами, которые может принять наша подавленная враждебность, нам нетрудно будет увидеть острую индивидуальную реакцию на фрустрацию и понять, какие именно требования скрываются за ней. Но даже увидев в одном-двух случаях эти требования, мы все-таки от них еще не избавимся. Обычно мы преодолеваем лишь особенно бросающиеся в глаза и абсурдные требования. Этот процесс можно сравнить с лечением от солитера, при которым червь удалялся бы по частям. Он будет регенерировать и продолжать высасывать наши силы, пока не удастся удалить его голову. Это значит, что мы можем отказаться от наших требований только в той степени, в которой мы преодо­лели погоню за славой в целом и все, что из нее вытекает. Однако в про­тивоположность процессу лечения от солитера в процессе возвращения к себе ценен каждый шаг.

*Влияние,* которое оказывают всеобъемлющие требования на личность и жизнь человека, весьма многосложно. Они создают в нем диффузное ощу­щение фрустрации и неудовлетворенности столь всестороннее, что его спо­койно можно назвать характерной чертой. Существуют и другие факторы, вносящие вклад в подобную хроническую неудовлетворенность. Но выдаю­щееся место среди ее источников занимают все же всеобъемлющие требова­ния. Неудовлетворенность сказывается в тенденции фокусироваться в любой жизненной ситуации на недостатках, на трудностях, и тем самым чувствовать недовольство ситуацией в целом. Например, у человека замечательная работа и вполне конструктивные семейные отношения, но не хватает времени поиг­рать на пианино, что много для него значит; или одна из дочерей чем-то его огорчает; и эти обстоятельства так разбухают у него в сознании, что он не может оценить все то хорошее, что у него есть. Или возьмем человека, чей прекрасный в остальном день может испортить только то, что заказанные им товары прибыли с опозданием, или того, кто во время прекрасного путешест­вия воспринимает одни неудобства. Эти установки так обычны, что почти каждый из нас встречался с ними. Люди с такими установками иногда удив­ляются: почему же они всегда видят во всем мрачную сторону? Или же они гонят от себя такие размышления, называя себя “пессимистами”. Не говоря уж о том, что это слово ничего не объясняет, оно подводит псевдофилософ­скую основу под общую неспособность личности выносить неприятности.

—63—

***Карен Хорни*** *Невроз и шчностньш рост*

Этой установкой люди сами сильно осложняют себе жизнь Любая труд ность становится в десять раз труднее, если относиться к ней, как к неспра ведливости Вспомним мою поездку в сидячем вагоне Пока она была для меня как бы навязанной обманом, мне казалось, что это больше, чем я могу вынести Но после того, как для меня прояснилось мое требование, она стала доставлять мне удовольствие, хотя сидения не стали мягче, а время в пути короче То же относится и к работе Любая работа, к которой мы при­ступаем с разрушительным чувством свершающейся несправедливости или с тайным требованием, чтобы она была легкой, неизбежно станет напряжен ной и изматывающей Другими словами, через невротические требования мы теряем часть искусства жить, состоящую в том, чтобы ле1 ко переносить естественный порядок вещей Конечно, есть события столь тяжкие, что способны раздавить человека Но они редки А для невротика и незначи тельное происшествие превращается в катастрофу, и жизнь оборачивается одними разочарованиями Вдобавок, невротик порой фокусируется на свет лых сторонах чужой жизни у этого полный успех, у того — дети, у дру того — больше свободного времени и он лучше им пользуется, чужие дома больше и пастбища зеленее

Хотя это достаточно просто описать, но трудно распознать, особенно в себе самом Эта чрезвычайной важности вещь, которой нет у нас, но есть у другого, кажется настолько реальной, настолько фактической Таким образом, происходит двойная подделка счетов по отношению к себе и по отношению к другим Большинство людей не раз слышало, что нельзя срав нивать свою жизнь и счастливые моменты чужой, можно сравнивать, разве что одну жизнь с другой в целом Но, несмотря на то что этот совет пред ставляется им вполне верным, они не могут ему последовать искаженная картина мира складывается у них не по недосмотру и не вследствие интел лектуального невежества Это, скорее, эмоциональная слепота, то есть еле пота в силу внутренней бессознательной необходимости

Ее последствия — это зависть и безразличие к людям Зависть носит характер, названный Ницше Lebensneid (зависть к жизни), которая отно сится не к той или иной детали, а к жизни вообще Она идет об руку с чув ством, что ты единственный отовсюду изгнан, приговорен к мучениям, оди ночеству, панике, тоске Безразличие не обязательно предполагает полное бессердечие Оно вытекает из всеобъемлющих требовании и затем приобре тает собственную функцию оправдание эгоцентризма личности Почему другие, которым лучше, чем ему, должны чего то ждать от него9 Почему он, находящийся в худшем положении, чем кто либо вокруг, он, на которого не обращают внимания или плюют, не имеет права ни на что лично для себя' Так требования укореняются еще прочнее

Другое последствие — чувство общей неуверенности относительно своих прав Это сложное явление, и всеобъемлющие требования — лишь один из определяющих его факторов Внутренний мир, где невротик чувст вует право на что угодно, настолько нереалистичен, что в реальном мире он приходит в замешательство относительно своих прав С одной стороны, он

—64—

*Глава 2 Невротические треоования*

исполнен нахальных требований, а с другой стороны, не решается постоять за свои права, когда это действительно можно и нужно сделать Например, пациент, который считал, что весь мир должен быть к его услугам, стеснял ся попросить у меня изменить время встреч или карандаш, чтобы записать кое что Другой господин, сверхчувствительный к невыполнению невроти ческого требования почтения, мирился с тем, что явно навязывали ему не которые друзья Чувство, что у него нет никаких прав, может быть в таком случае внешним выражением страдании пациента и может стать сосредото чием его жалоб, в то время как он неуверен в своих иррациональных требо­ваниях Это они служат источником расстройства, или, по крайней мере, вносят в него немалый вклад \*

И наконец, тайные обширные требования — один из важных факторов, отвечающих за инертность, которая (в открытой или скрытой форме) явля ется, возможно, наиболее распространенным невротическим нарушением В противоположность праздности, в которой можно пребывать по своей воле и получать от нее удовольствие, инерция — это паралич психической энергии Она распространяется не только на действия, но и на мысли и чувства Все требования, по определению, заменяют невротику активную работу над своими проблемами и, следовательно, парализуют его рост Во многих случаях они ответственны за глубочайшее отвращение к любым усилиям Бессознательное требование тогда таково, что одного только намерения должно быть достаточно для достижения, для устройства на работу, для того, чтобы стать счастливым или преодолеть трудности Он имеет право получить все это без всяких затрат энергии Иногда это озна чает, что реальную работу должны выполнить другие (пусть Джордж это сделает) Если этого не происходит, у него есть причина быть недоволь ным Таким образом, часто случается, что он устает от одной перспективы “лишней” работы, когда надо сходить куда то, что то купить Иногда в процессе анализа усталость пациента удается снять очень быстро На пример, одному пациенту предстояло сделать много дел перед поездкой, и он чувствовал усталость, еще не принявшись за них Я предложила, чтобы он принял проблему устройства своих дел, как вызов своей изо бретательности Это ему понравилось, усталость исчезла, и он смог завер шить свои дела, не почувствовав себя разбитым или измученным Но хотя он при этом испытал свою способность быть активным и радовать ся этому, его порыв делать усилия по собственной воле скоро иссяк, поскольку бессознательные требования все еще оставались слишком глу боко укорененными

Чем мстительнее обсуждаемые требования, тем более сильной пред ставляется инерция личности Бессознательные аргументы при этом звучат так “Это другие виноваты в моих бедах — они и должны все исправить А то что же это будет за исправление, если я сам буду все делать'” Естест венно, так говорить может только тот, кто утратил конструктивный интерес

\* См главу 8 “Решение смириться”

-65-

***Карей Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

к своей жизни. Это не его дело — менять что-то в своей жизни; это дело “их” или судьбы.

*Упрямство,* с которым пациент держится за свои требования и защища­ет их при анализе, указывает на значительную субъективную ценность их для него. У него не один, а несколько рубежей защиты, и он раз за разом возвращается на них. Во-первых, у него нет никаких требований, и непо нятно, о чем это толкует аналитик; во-вторых, они все рациональные Далее продолжается защита субъективных оснований требований, служащих для их оправдания. Когда, наконец, он понимает, что у него на самом деле есть требования, и что они не вписываются в реальность, он теряет к ним види­мый интерес: они неважны или, во всяком случае, безвредны. Однако он не может временами не замечать, что их последствия для него mhoi очисленны и серьезны. Например, они делают его раздражительным и недовольным, было бы гораздо лучше для него, если бы он сам был поактивнее, а не ждал, что все придет к нему само Эти требования парализуют его душевные силы. Он не может закрыть глаза и на тот факт, что практический выигрыш от его требований минимальный. Действите пьно, постоянно давя на других, можно иногда заставить их уступить своим высказанным или невысказан­ным требованиям. Но даже если так, кто от этого становится счастливее9 А что касается его требований к жизни вообще, то они все равно тщетны Считает он, или нет, себя исключением, на него распространяются законы психологии и биологии Его требование быть совершенством во всех отно шениях не меняет его ни на йоту.

Понимание как вредных последствий требований, так и их внутренней тщетности еще не оставляет реального следа; оно не убеждает Надежды аналитика, что такой уровень понимания поможет искоренить требования, часто не сбываются. Обычно аналитическая работа ослабляет их Но вместо искоренения они уходят вглубь. Работая далее, мы добиваемся глубинного озарения — в недрах бессознательных иррациональных фантазий пациента Дело в том, что понимая на уровне интеллекта тщетность своих требова­ний, бессознательно он упорно верит, что для волшебной силы его желании невозможного нет Если он будет хотеть достаточно сильно, ci о желания сбудутся. Если он будет достаточно твердо настаивать, чтобы все шло, как он хочет, все так и пойдет Если он еще не оказался прав, то это не потому, что он хочет невозможного — как аналитик заставляет его поверить — а потому, что он хочет недостаточно сильно

Эта вера вносит еще одно осложнение в явление в целом. Мы уже виде­ли, что требования пациента нереалистичны в том смысле, что он при сваивает себе несуществующее право на все виды привилегий Мы видели также, что некоторые его требования откровенно фантастичны Теперь нам стало ясно, что все они пропитаны ожиданием чуда. И только здесь мы дей­ствительно можем понять, до какой степени требования являются необхо­димым и неизбежным средством актуализации идеального Собственного Я пациента. Они не служат ей в том смысле, что не доказывают его пре­восходство достижениями или успехом, но они обеспечивают ему необ

*—66—*

*Глава 2 Невротические треоованич*

ходимые доказательства и алиби. А доказать он должен, что стоит выше законов психики и природы. И пусть даже он опять и опять видит, что дру­гие не принимают его требований, что закон писан и для него, что он не сто­ит выше обычных неприятностей и неудач — все это не доказывает отсут­ствия у него неограниченных возможностей. Это доказывает лишь то, что с ним *все еще* творится несправедливость. Но если только он будет защи­щать свои требования, в один прекрасный день они будут выполнены *Эти требования—гарантия его грядущей славы.*

Теперь мы понимаем, почему пациент с таким вялым интересом смот­рит на вред, который причиняют ему в жизни эти требования Он не отри­цает этот вред, но он для него пренебрежимо мал по сравнению с грядущей славой. Он похож на человека, который верит, что с полным основанием претендует на богатое наследство; вместо конструктивных усилий по уст­ройству своей жизни он вкладывает всю энергию в то, чтобы отстаивать свои права. Между тем реальная жизнь теряет для него интерес; он впадает в нищету, он пренебрегает всем, что могло бы сделать его жизнь стоящей. Надежда на будущие возможности все более и более становится единствен­ным светом в окошке, которым он живет

Невротик находится в худшем положении, чем подобный наследник У него есть тайное чувство, что проявив интерес к себе и своему развитию, он лишится прав на будущие достижения. Это логично, если исходить из его предпосылок, ибо в таком случае актуализация идеального Собствен­ного Я действительно утратила бы смысл Пока он одержим своей целью, альтернативный путь его просто страшит. Он означает, что ему предстоит увидеть себя простым смертным, которого извели вконец его проблемы, что ему предстоит взять на себя ответственность за них и признать, что только он сам и никто другой может перерасти их и развить именно свои способ­ности и таланты Этот путь страшит его, ибо ему начинает казаться, что так он лишится всего. Рассматривать возможность этого пути, пути к здоровью, он может только в той степени, в какой он уже достаточно силен, чтобы рас­статься с решением, легшим в основу самоидеализации.

Мы не поймем до конца упорства требований, пока рассматриваем их только как “наивное” выражение претензий на то, что невротик, с его раз­дутым образом себя самого, считает “положенным”, причитающимся ему, или как понятное желание того, чтобы его многочисленные компульсивные потребности были удовлетворены другими Упорство, с которым невротик вцепляется в некую установку, несомненно указывает, что эта установка вы­полняет функции, кажущиеся ему необходимыми и неизбежными в рамках его невроза. Мы рассмотрели, каким образом требования невротика соз­дают видимость решения многих его проблем. Их всеобъемлющая функ­ция — увековечить его иллюзии о себе и переложить ответственность на внешние факторы Поднимая свои потребности на высоту требований, он отрицает свои расстройства и возлагает ответственность за себя на других людей, на обстоятельства, на судьбу Несправедливо, что у него вообще

67—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

есть проблемы. Он имеет право хотя бы на жизнь устроенную так, чтобы эти проблемы его ни в коем случае не беспокоили. Например, у него просят взаймы или о пожертвовании Он расстраивается и в душе посылает к чер­ту просителя Но на самом деле он недоволен тем, что нарушено требова­ние не беспокоить его. Что делает его требование столь непреклонным/ Просьба, в действительности, сталкивает его с внутренним конфликтом, в котором находятся его потребность уступать другим и потребность фру-стрировать их. Но пока он (по каким угодно причинам) очень боится или очень не хочет видеть свой конфликт, он вынужден держаться за свое тре­бование Он говорит о нем, как о нежелании беспойства, но если уточнить, то окажется, что он требует: мир должен быть устроен так, чтобы он не сталкивался со своими конфликтами и не был бы вынужден их осознавать. Позднее мы поймем, почему ему жизненно важно сбросить с себя ответст­венность. Но нам уже видно, что его требования, в результате, не дают ему возможности расстаться со своими проблемами и тем самым увековечи­вают его невроз.

Глава 3 Тирания “Надо”

Мы до сих пор обсуждали, в основном, каким образом невротик пыта­ется актуализировать идеальное Собственное Я *во внешнем мире:* через достижения, славу, успех, власть или торжество. Невротические требова­ния также получают конкретное выражение, направленное вовне- он везде и всячески пытается отстоять свое право на исключение в силу своей исклю­чительности. Его чувство, что он имеет право быть выше необходимости и законов, позвопяет ему жить в вымышленном мире, как есчи бы он и в самом деле был выше их. И когда бы он ни оказался существенно ниже планки своего идеала, его требования позволяют ему возложить ответствен­ность за такую “неудачу” на внешние факторы.

Теперь мы обсудим тот акпект самоидеализации (кратко упомянутый в первой главе), в котором фокусом является его *внутренний мир.* В про­тивоположность Пигмалиону, который пытался в свое, соответствующее его канонам красоты, творение превратить другого, невротик берется за работу по переплавке в высшее существо самого себя. Он ставит свою душу перед своим же образом совершенства и бессознательно говорит себе: “За­будь о том никудышном существе, которым ты *являешься;* вот каким тебе *Надо* быть, и быть таким идеальным — вот все, что имеет значение. Ты дол­жен быть в состоянии вытерпеть все, понять все, нравиться всем, быть всегда продуктивным”. Это пишь немногие из внутренних предписаний Они безжалостны и непреклонны, и я назову их “тиранией Надо”.

Внутренние предписания включают все, что невротику Надо делать, чувствовать, знать; кем ему Надо быть, а также все его табу: как и что ему Нельзя делать. Я начну с перечисления некоторых из них, чтобы дать крат­кий их обзор. Более подробные и конкретные примеры мы рассмотрим Далее, по мере обсуждения характерных черт каждого “Надо”.

Ему Надо быть пределом честности, щедрости, внимательности, спра­ведливости, достоинства, храбрости, заботливости. Ему Надо быть совер­шенным любовником, мужем, учителем. Он Должен вынести все, угодить всем, любить своих родителей, жену и страну; или же, напротив, ему Нель-эя привязываться ни к чему и ни к кому, ничто Не Должно иметь для него значения, он Не Должен чувствовать обиду, а Должен быть всегда спокой­ным и умиротворенным. Он Должен всегда получать наслаждение от

69-

***Карен Хорни*** *Невроз и шчностныи рост*

жизни, или же, он Должен быть выше забав и развлечении Он Должен быть непосредственным, он Должен всегда сдерживать свои чувства Ему Надо знать, понимать и предвидеть все Он Обязан не сходя с места разре шить любую проблему, свою или чужую Он Должен преодолеть любые трудности, как только они появятся Ему Нельзя уставать или болеть Он всегда Должен суметь устроится на работу Все, что можно сделать не меньше, чем за два три часа, он Должен делать за час

Этот обзор указывает на размах внутренних предписании и оставляет впечатление о них, как о притязаниях, которые хотя и понятны, но слишком жестки и трудны для исполнения Если мы скажем пациенту, что он ждет от себя слишком многого, он зачастую согласится без колебании, он иногда даже и сам об этом знает Обычно он добавит, в явной или неявной форме, что лучше ожидать от себя слишком многого, чем слишком малого Но сказав о чрезмерности требовании к себе, мы еще не раскроем *особых черт внутренних предписании* тех, которые проступают при более глубоком исследовании Они частично совпадают, поскольку все проистекают из необходимости превратиться в идеал самого себя, которую чувствует инди вид, и из убеждения, что он это может

Что удивляет нас с самого начала — это то же самое *пренебрежение выполнимостью,* которое пронизывает все стремление к актуализации идеального Собственного Я Многие из этих требовании к себе таковы, что их не мог бы выполнить ни один человек Они просто фантастичны, хотя сам индивид и не отдает себе в том отчета И все таки он не может не при знать их у себя, когда его ожидания попадают в полосу ясного света крити ческого мышления Но интеллектуальное признание зачастую изменяет не так уж много, если вообще что либо изменяет Положим, врач, который по девять часов в день ведет прием и вдобавок активно участвует в обществен ной жизни, наконец ясно понимает, что при такой занятости для серьезной научной работы уже не остается места Но после нескольких неудачных попыток резко сократить ту или иную деятельность течение его жизни воз вращается в прежнее русло Его требование “Для меня не должно сущест вовать ограничении по времени и силам” оказывается сильнее рассудка Далее, рассмотрим более мягкий случаи Пациентка бьпа весьма удручена во время сеанса — подруга рассказала ей о своих запутанных отношениях с мужем С мужем подруги моя пациентка встречалась только в обществе Однако несмотря на то, что она уже несколько лет проходила анализ и пре красно знала, сколь многие психологические тонкости необходимо выяс нить в любых межчеловеческих отношениях, она считала, что обязана была сообщить подруге, насколько прочен ее брак

Я сказала пациентке, что она ожидает от себя невозможного для кого угодно, и напомнила о множестве вопросов, которые необходимо выяснить прежде чем мы получим хотя бы смутное представление о факторах, деист вующих в подобной ситуации Оказалось, что она отдавала себе отчет о большинстве указанных мной трудностей, но все же считала, *что Должна* иметь некое шестое чувство, которое позволяет все их преодолеть

—70

/*taea 3 Тирания <Надо*

Другие требования к себе могут и не быть фантастичными по сути, но показывают полное *пренебрежение к условиям,* при которых они могли бы быть выполнены Так, многие пациенты ожидают, что пройдут анализ за ничтожно малое время, поскольку они необыкновенно умны Но продвиже ние анализа пациента имеет мало общего с его умом Умение рассуждать, на самом деле, часто используется для торможения прогресса Рассчи тывать приходится на эмоциональные силы пациента, его способность не лукавить и брать на себя ответственность

Ожидание легкого успеха присутствует не только по отношению к про должительности анализа в целом, но и по отношению к достижению глубин ного прозрения (инсаита) Например, только еще увидев у себя некоторые из своих невротических требовании, они уже считают, что полностью их переросли То, что здесь нужна терпеливая работа, что требования никуда не денутся, пока не исчезнет эмоциональная необходимость в них,— все это игнорируется Они верят, что их ум должен быть главной движущей силой Естественно, при этом неизбежно последуют разочарование и расте рянность Так, например, учительница может ожидать, что при ее долгом опыте преподавания ей будет легко написать статью на педагогическую тему Если слова все же не стекают сами с ее пера, она испытывает глубо кое отвращение к себе Дело в том, что она проигнорировала или отбросила вполне уместные вопросы Есть ли ей что сказать9 Превратился ли ее опыт в четкие и полезные формулировки7 И даже если ответ на эти вопросы утвердительный, для статьи по прежнему нужна самая обычная работа по приведению мыслей в порядок и их изложению

Внутренние предписания, в точности как политический произвол в полицейском государстве, действуют с совершенным *пренебрежением к внутрипсихическому состоянию личности — к* тому, что личность в данный момент способна чувствовать и делать Например, очень распро страненное Надо — это “надо никогда не обижаться” Непременного соблюдения этого правила, которое подразумевает слово “никогда”, было бы, видимо, чрезвычайно трудно добиться Многие ли чувствуют или чувст вовали такую уверенность в себе, такую умиротворенность, чтобы никогда не обижаться9 В лучшем случае это идеал, к которому можно стремиться Если мы принимаем такой проект всерьез, он означает необходимость боль шои и терпеливой работы над нашими бессознательными требованиями безопасности, над ложной гордостью, или, короче говоря, над каждым фак тором нашей личности, который делает нас уязвимыми Но тот, кто считает, что ему никогда не следует обижаться, вовсе не имеет в виду столь конкрет ную программу работы Он просто отдает себе безусловный приказ, отри цая или отвергая факт своей реальной уязвимости

Давайте рассмотрим другое требование мне всегда Надо быть пони мающим, сочувствующим и готовым помочь Я обязан суметь смягчить сердце преступника Опять таки это требование не совсем фантастично Встречаются люди, достигшие подобной духовной силы, как епископ из

71 —

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

“Отверженных” Виктора Гюго У меня была пациентка, для которой фигура епископа Мириеля стала важным символом Она считала, что должна похо дить на него Но у нее не было ни одной установки или качества, которые давали епископу силу вести себя с преступником так, как это описано в романе Она могла иногда заниматься благотворительностью, поскольку считала, что ей *Надо* быть сострадательной, но она *не чувствовала* состра дания На самом деле она не испытывала особо теплых чувств ни к кому Она вечно боялась, как бы кто нибудь не извлек из нее выгоду Всякий раз, когда она не могла найти свою вещь, она думала, что ее украли Хотя она и не отдавала себе в том отчета, но невроз сделал ее эгоцентричной, сосре доточенной на собственной выгоде, что прикрывалось компульсивными смирением и добротой Хотелось ли ей в тот период видеть в себе такое и работать над этим9 Конечно нет И здесь тоже в ход шли слепые приказы, которые могли привести только к самообману или к несправедливой само критике

Пытаясь найти причины удивительной слепоты разных Надо, мы сно ва оставим (пока что) многие вопросы без ответов Однако нам, по крайней мере, понятно (поскольку Надо — результат погони за славой, а их функ ция — переделать человека в его идеал), что *предпосылка их действия такова для меня нет и не должно быть ничего невозможного* А если так, то вполне логично, что существующие условия не нуждаются в проверке

Эта тенденция наиболее очевидна в требованиях, обращенных к про шлому Касаясь детства невротика, важно не только выяснить влияния, при ведшие к развитию заболевания, но и его нынешние установки по отно шению к неблагоприятным воздействиям прошлого Они определены не столько добром или злом, причиненными ему, сколько его текущими потребностями Если, например, ему сильнее всею хочется светиться лю бовью и теплом, он окутает годы своего детства золотой дымкой Если ему хочется держать свои чувства в смирительной рубашке, он может считать, что любит своих родителей, потому что их положено любить Если он вооб ще отказывается принимать на себя ответственность за свою жизнь, он может обвинять родителей во всех своих трудностях Мстительность, сопровождающая последнюю установку, в свою очередь может выражаться открыто или вытесняться

И наконец, он может удариться в противоположную крайность, так что создается впечатление, что он принимает на себя абсурдное количество ответственности В этом случае он может осознавать всю меру воздействия запугивающих и стесняющих ранних влиянии Его сознательная установка довольно объективна и правдоподобна Он может указывать, например, что его родители не могли вести себя иначе, чем они себя вели Иногда пациент сам удивляется почему же он не испытывает негодования Одна из причин отсутствия сознательною осуждения — интересующее нас здесь ретро спективное Надо Хотя пациент осознает, что совершенного с ним было бы вполне достаточно, чтобы раздавить любого он Должен был выйти из этого

72

*Глава 3* 7 *ирония “Надо”*

невредимым У него должно было хватить внутренних сил и стойкости, чтобы не позволить этим факторам влиять на него А раз они на него повли яли, это доказывает, что он с самого начала был ни на что не годен Дру гими словами, он реалист до какой то точки, он говорит “Да уж, это была помойная яма, полная лицемерия и жестокости” А затем его взгляд изме няется “Хотя я не мог не дышать всей этой гадостью, я должен был вырас ти чистым, как лилия вырастает из болота”

Если бы он мог принять на себя реальную ответственность за свою жизнь, вместо подобной фальшивой ответственности, он бы думал иначе Он признавал бы, что ранние влияния не могли не сформировать его небла гоприятно Он бы видел, что его трудности (неважно, каков их источник) осложняют его текущую жизнь и будущее По этой причине он бы лучше распорядился своими силами, чтобы перерасти свою проблему Вместо этого, он оставляет ее на полностью фантастичном и несерьезном уровне своего требования на него это не должно было повлиять Можно считать признаком прогресса, когда пациент в дальнейшем пересматривает свою позицию и, скорее, хвалит себя за то, что обстановка его детства не разда вила его полностью

Установка по отношению к своему детству — не единственная область, в которой ретроспективные Надо действуют под этой обманчивой личиной ответственности и столь же бесполезны Кто то будет твердить, что Надо было помочь другу, сказав ему всю правду, кому то другому Надо было вырастить своих детей здоровыми, а не невротиками Естественно, мы все жалеем о неудаче Но можно подумать, почему же она произошла, и чему то научиться И нельзя не понимать, что, с оглядкой на наши невротические проблемы времен “неудачи”, мы, может быть, действительно сделали тог да все, что могли Но для невротика недостаточно сделать все, что можно Каким то чудом Надо было сделать что то еще

Точно так же понимание любого текущего ограничения нестерпимо для того, кого угнетает диктатура Надо Каковы бы ни были трудности, с ними Надо покончить немедленно Делается это по-разному Чем более человек живет воображением, тем более вероятно, что он просто вообразит освобождение от своих трудностей Поэтому пациентка, открывшая у себя колоссальное влечение к власти “за спинкой трона” и увидевшая, как это влечение действует в ее жизни, на следующий день была убеждена, что это влечение — дело прошлое Она нс должна быть охвачена влечением к вла сти — и она им не охвачена После того как такие “улучшения” произошли несколько раз, мы увидели, что ее стремление иметь реальный контроль и влияние было лишь одним из проявлении того, что в воображении она обладала магической властью

Другие пытаются убрать трудности, которые они начинают осознавать, чистым усилием воли Тут можно зайти далеко Мне, например, вспомина ются две девочки, которые считали, что не должны бояться ничего Одна из них боялась взломщиков и заставляла себя спать одну в пустом доме до тех

**\_\_ -Т\ \_\_**

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

пор, пока не избавится от страха Другая боялась плавать в непрозрачной воде, представляя себе, что ее может укусить змея или рыба Она застав ляла себя переплывать кишащий акулами залив Обе пытались переломить свой страх Может быть, эти случаи — зерно на мельницу тех, кто считает психоанализ новомодной глупостью? Разве они не показывают, что нужно лишь взять себя в руки? Но на самом деле страх перед взломщиками или змеями был только явным, открытым проявлением всеобъемлющих, но скрытых мрачных предчувствий Мощное подспудное течение тревоги никак не нарушал одинокий вызов, ей брошенный. Одиночный симптом исчезал, никак не затронув реальных нарушений.

При анализе мы можем наблюдать, как у определенного типа лиц включается этот механизм “сиг[ы вот”, когда они начинают осознавать какую-то свою слабую струну Они решают и пытаются придерживаться бюджета, общаться с людьми, быть уверенными в себе или более терпи­мыми. Это было бы замечательно, ее ни бы они проявили равный интерес к тому, чтобы понять подоплеку и источники своих затруднений. К несча­стью, этого интереса недостает Самый первый шаг — увидеть весь объем своего нарушения — им уже не по душе. На самом деле, он прямо проти­воположен их яростному стремлению заставить нарушение *исчезнуть* Кроме того, поскольку они считают, что им Надо быть достаточно силь­ными, чтобы сознательно его побороть, осторожное, тщательное высво­бождение из затруднения для них — признание слабости и поражения Эти искусственные усилия, конечно же, рано или поздно ослабнут, и в луч­шем случае нарушение окажется под чуть большим контролем. Оно, не­сомненно, направлялось подспудными течениями и никуда не делось, про­сто теперь существует в чуть более замаскированном виде. Естественно, что аналитик должен не поощрять усилия пациента в этом направлении, а анализировать их

Большая часть невротических нарушений сопротивляется даже самым неистовым попыткам контроля Сознательные усилия просто бесполезны при депрессии, при глубоко внедрившихся затруднениях в работе и при постоянных, засасывающих мечтах — снах наяву Казалось бы, можно пред­положить, что это должно быть ясно всякому, кто приобрел уже некоторое понимание за время анализа Но ясность мышления не захватывает “Надо с этим справиться”. В результате пациент еще больше страдает от депрес­сии и т п., поскольку вдобавок к ее болезненности она становится оче­видным проявлением отсутствия у него всемогущества. Иногда аналитику удается захватить этот процесс в самом начале и пресечь на корню. Так, пациентка, открывшая мне степень своей погруженности в мечты, рассказав в деталях, как утонченно пронизаны ими все ее действия, в то же время при­шла к осознанию вреда от этого, но крайней мере, на уровне понимания, насколько это поглощает ее энергию В следующий раз она чувствовала себя несколько виноватой и извинялась, что мечты не исчезли. Зная о ее требованиях к себе, я выразила убеждение, что было бы и невозможно, и

— 74 -

*Гчава 3 Тирания “Надо”*

неразумно пресекать их искусственно, поскольку мы можем быть уверены, что они все еще выполняют важную функцию в ее жизни — какую именно, мы поймем постепенно Она почувствовала большое облегчение и призна­лась мне, что решила было пресечь их. Но ей это не удалось, и она считала, что я за это буду испытывать к ней отвращение. Она спроецировала на меня то, чего ожидала от себя.

Многие реакции уныния, раздражения или страха во время анализа наступают у пациента не в ответ на то, что он обнаружил у себя неприят­ную проблему (как склонны порой предполагать аналитики), а в ответ на чувство, что он не в силах разделаться с ней немедленно.

Таким образом, внутренние предписания, в чем-то более радикальные, чем другие пути поддержания идеального образа, тоже имеют целью не реальные перемены, а немедленное и абсолютное совершенство. Их цель — заставить исчезнуть несовершенства или сделать так, чтобы совершенство *показалось* достигнутым. Это становится особенно очевидным, если, как в последнем примере, внутренние требования выносятся вовне. Тогда под­линная суть человека и даже его страдания становятся ему неважны Толь­ко видимость и тревожит, дрожащие руки, вспыхивающие румянцем щеки, неловкость в обществе.

Следовательно, различным Надо *недостает нравственной серьез­ности искренних идеалов.* Попавшие в их тиски не стремятся, например, стать честнее, а желают достичь абсолютной честности; а до нее — рукой подать, или она уже достигнута в воображении

Они могут, в лучшем случае, достичь совершенства манер, как мадам Вю, изображенная Перл Бак в “Женском павильоне”. Перед нами жен­щина, которая внешне всегда правильно поступает, чувствует и думает. Излишне говорить, что внешность таких людей обманчива Они сами чрез­вычайно удивляются, когда, вроде бы ни с того ни с сего, у них возникает страх перед улицами или функциональное расстройство сердечной деятель­ности. “Как же так^” — спрашивают они Ведь они всегда в совершенстве управляли своей жизнью, были первыми учениками, организаторами, иде альными супругами и примерными родителями Но в конце концов неиз­бежно возникает ситуация, с которой они не могут справиться своим обыч­ным способом А другого способа они не знают, и их душевное равновесие нарушается Познакомившись с ними и увидев то огромное напряжение, в котором они живут, аналитик дивится порой, как это им удалось прожить в таком состоянии до сих пор без грубых расстройств

Чем больше мы проникаемся природой Надо, тем яснее видим, что раз­ница между ними и настоящими нормами нравственности или идеалами не количественная, а качественная. Одной из грубых ошибок Фрейда был его взгляд на внутренние предписания (некоторые черты которых он отметил и описал в качестве Суперэго) как на основу нравственности вообще. Нач­нем с того, что их связь с вопросами нравственности не слишком тесна.

—75—

***Каре” Хорни*** *Невроз и шчностныи рост*

Достаточно верно, что приказания, касающиеся нравственного совершен ства, занимают видное место среди Надо по той простои причине, что воп росы морали важны в жизни каждого человека Но мы не можем отдечить эти особые Надо от других, столь же настоятельных но детерминирован ных бессознательной самонадеянностью, как например “Мне Надо суметь выбраться из воскресной автодорожной пробки”, или “Мне Надо уметь рисовать без мучительного труда и учения” Мы дочжны помнить, что мно гим требованиям, кроме того, явно не хватает нравственной оправданности “Мне Надо уметь выпутаться из че1 о угодно”, “Мне Надо получать все луч шее”, “Мне Надо отыграться” Только охватив картину в цепом, мы смо жем в должной перспективе увидеть требование нравственного совершен ства Подобно другим Надо оно пронизано духом самонадеянности, а его цель — усилить славу невротика и сделать его богоподобным В этом смыс ле оно — невротическая подделка под нормальное стремление к нравствен ности А если ко всему добавить бессознательную нечестность необходи мую, чтобы исчезли грязные пятна, то требование нравственного совер шенства предстает уже не нравственным, а безнравственным явлением Нам необходимо ясно понимать эти отличия, чтобы пациент мог в конеч ном счете переориентироваться — от мира притворства к развитию искрен них идеалов

У Надо есть еще одно качество, отличающее их от подлинных норм Оно содержится в предыдущих рассуждениях, но слишком весомо и заслу живает отдельного обсуждения Это их *принудительный характер* Иде алы тоже властны нас заставлять Например, если среди них есть вера в то что нужно нести взятую на себя ответственность, мы стараемся так и делать, даже если это трудно Но следовать идеалу — это то, чего мы в конечном счете, хотим, или то, что считаем правтьным Желание, суж дение, решение принадлежат нам И поскольку при этом мы заодно сами с собой, усилия такого рода дают нам свободу и силу А в покорности Надо ровно столько же свободы, сколько в “добровольном” сотрудничестве с диктаторским режимом или в его восхвалении В обоих случаях следует немедленная кара, если мы не выполним ожидаемого от нас В случае вну тренних предписании — это ужасная эмоциональная реакция несостоятель ности, содержащая полный набор тревоги, отчаяния, презрения к себе и саморазрушительных импучьсов Постороннему наблюдате по она может показаться несоразмерной тому, что ее вызвало Однако она полностью соразмерна тому, что значимо для индивида

Позвольте мне привести еще пример насильственного характера вну тренних предписании Среди неумолимых Надо одной женщины было “На до предвидеть всякие непредвиденные обстоятельства” Она очень горди лась тем, что она считала своим даром предвидения, помогающим ей спасать семью от опасностей, своей предусмотрительностью и осторожно стью Однажды она вынашивала искусные планы уговорить своего сына пройти анализ Но она не приняла во внимание влияние приятеля сына настроенного резко против анализа Когда она поняла что сбросила со

—76

*Глава 3 Тирания Надо”*

счетов этого приятеля, последовала физическая шоковая реакция, она почувствовала, что земля уходит из под ног На самом деле, более чем сомнительно, что влияние приятеля на ее сына было столь значительным, как она думала, и что она могла бы заручиться его поддержкой в любом случае Шок и коллапс были реакцией на внезапное понимание ей Надо было подумать о нем Сходным образом, другая женщина, прекрасно уме ющая водить машину, слегка столкнулась с едущим впереди автомобилем Полицейский пригласил ее выйти из машины, и у нее возникло страшное чувство нереальности происходящего, хотя происшествие было незначи тельным, а полицеского она не боялась, поскольку бьпа уверена в собст венной правоте

Тревожная реакция часто уходит от нашего внимания, поскольку обыч ные защиты от тревоги включаются немедленно Так, один мужчина, кото рыи считал, что ему Надо быть святым в дружбе, вдруг понял, что был груб с другом, когда тому требовалась помощь, и у него начался запои Женщину, которая считала, что всегда Надо быть милой и приятной, мягко упрекнула подруга за то, что она не пригласила на вечер одну их знакомую Она ощутила мгновенную тревогу, была близка к обмороку и реагировала усилением потребности в дружбе — это был ее обычный путь сдерживть тревогу Некий мужчина под давлением неисполненных Надо испытывал острую потребность переспать с какой нибудь женщиной Для него средст вом почувствовать себя нужным и восстановить пошатнувшееся самоуваже ние стала сексуальность

Наблюдая такие кары со стороны Надо, мы уже не усомнимся, что они обладают принудительной силой Человек неплохо функционирует, пока живет в согласии со своими внутренними предписаниями Но механизм отказывает, когда сталкиваются два противоречащих друг другу Надо На пример, один врач считал, что Надо быть идеальным врачом, и все свое вре мя отдавать пациентам Но ему Надо было быть еще и идеальным мужем и отдавать жене столько времени, сколько ей нужно для счастья Когда он понял, что и то и другое одновременно не получится, последовала тревога в мягкой форме Она осталась мягкой, потому что он немедленно попы тался разрубить Гордиев узел, решив обосноваться в сельской местности Это означало — оставить все надежды на дальнейшее обучение и рискнуть всем своим профессиональным будущим

Дилемму удалось все же наконец удачно разрешить, подвергнув ее ана лизу Но случаи показывает, какое отчаяние вызывает конфликт внутренних предписании Одна женщина чуть не сошла с ума, потому что ей не удава лось быть идеальной матерью и идеальной женой А не получалось это потому, что последнее означало для нее — все терпеть от алкоголика мужа

Естественно, противоречия между Надо затрудняют, если не делают не возможным принятие рационального решения ведь противоположные тре бования равно настоятельны Один пациент потерял сон, потому что не мог решить Надо ехать с женой в короткий отпуск, или Надо остаться

77—

***Карен Хорни*** *Невроз и шчностныи рост*

в конторе и работать Надо оправдать ожидания жены или предполагае мые ожидания шефа9 Вопрос, чего же хочется *ему* даже не приходил ему в голову А одних только Надо явно недоставало для решения проблемы

Человек не отдает себе отчета ни в силе гнета внутренней тирании, ни в ее природе Но есть *большие индивидуальные разшчия в отношении к тирании и в восприятии ее* Они простираются от соглашательства до бунта Хотя в каждом из нас присутствуют все элементы столь различных установок, обычно та или иная берет верх Забегая вперед, можно сказать, что установки по отношению к внутренним предписаниям и то, как чело век с ними уживается, определяются тем, какой зов жизни в нем сильнее всего — к власти, любви или свободе Позднее мы обсудим эти различия \*, а здесь я лишь кратко укажу на их связи с Надо и Нельзя

Захватнический тип, для которого решающей является власть, склонен отождествлять себя со своими внутренними предписаниями и (сознательно или бессознательно) гордиться своими нормами Он не сомневается в их правильности и пытается так или иначе воплотить их в жизнь Он может пытаться соизмерять с ними свое поведение Ему Надо быть всем для всех он Должен знать обо всем лучше всех, ему Нельзя ошибаться, ему все Долж но удаваться с первой попытки — короче, Надо выполнить все, что прика зывают его Надо И, как он думает про себя, он деиствите 1ьно соответст вует своим высочайшим нормам Его самонадеянность может быть столь велика, что он даже не рассматривает возможность неудачи и отбрасывает ее в сторону, если он? случается Его правота столь же жесткая, сколь и деспотичная, поэтому в своих глазах он никогда не ошибается

Чем больше он погружен в свое воображение, тем меньше ему необхо димо предпринимать реальные усилия Вполне достаточно, если он пред стает абсолютно бесстрашным или честным в мечтах, неважно, насколько он одержим страхами или бесчестен в жизни Для него нет четкой границы между “я Должен быть таким” и “я такой”, — может быть, она и для всех нас здесь не слишком резкая Немецкий поэт Кристиан Моргенштерн пре красно выразил это в одном стихотворении Прохожего сбил грузовик, он лежит в больнице со сломанной hoi ои Он читает в газете, что по той самой улице, где это случилось, грузовикам ездить запрещено Он приходит к выводу, что все случилось во сне Он заключает, “как ножом отрезает” что не может случиться ниче! о такого, что не должно случаться Чем боль ше воображение берет верх над рассудком, тем больше исчезает указанная граница, и человек *видит себя* идеальным мужем, отцом гражданином тем, кем ему Надо быть

Смиренный тип, которому любовь кажется решением всех проблем сходным образом считает, что его Надо — закон, не подлежащий обсужде нию Но тревожно пытаясь жить как Надо, он почти всегда чувствует, что у него это самым жалким образом не получается Поэтому главный элемент

\* См главы 8 9 10 11

-78

*Глава 3 Тирания “Надо”*

его сознательных переживании — самокритика, чувство вины за то, что он — *не* высшее существо

Когда обе эти установки по отношению к внутренним предписаниям доходят до крайности, они уже не позволяют человеку анализировать себя Абсо потная уверенность в своей правоте не дает видеть свои недостатки Склонность к другой крайности — слишком большая готовность чувство вать себя виноватым — опасна тем, что осознание своих недостатков разда вливает человека, а не освобождает

Наконец, “ушедший в отставку” тип личности, кого идея “свободы” зовет громче всего, более прочих двух типов склонен восстать против вну треннеи тирании Поскольку свобода — или то, что он принимает за нее,— так много для него значит, он сверхчувствителен ко всякому принуждению Его бунт может быть пассивным При этом все, что он считает Нужным еде лать выполнить работу, прочесть книжку, заняться любовью с женой — превращается в его сознании в принуждение и вызывает сознательное или бессознательное возмущение и отказ участвовать “в этом” Если то, что надлежит сделать, все таки делается, оно делается со страшным напряже нием, порожденным внутренним сопротивлением

Бунт против Надо может стать и активным Он может попытаться вышвырнуть их всех за борт и порой впадает в противоположную крайность, настаивая на том, чтобы делать только то, что ему приятно и когда ему это приятно Бунт может принять крайние формы, и тогда часто это бунт отча яния Если уж он не может быть венцом благочестия, целомудрия, искрен ности, тогда он будет “отпетым” — склочником, потаскухой, лжецом

Иногда покорный своим Надо человек входит в полосу бунта против них Обычно этот бунт направлен против внешних ограничении Он мастер ски описан Ж П Марканом Он показал нам, как просто его подавить, по той самой причине, что сдерживающие внешние нормы имеют могуществен ного союзника во внутренних предписаниях И после всего пережитого человек остается со своей скукой и неприкаянностью

И наконец, кто то может проходить через перемежающиеся фазы само истязающей “доброты” и дикого протеста против любых норм Своим друзьям такой человек иногда кажется неразрешимой загадкой Порой он оскорбительно безответственен в сексуальных или денежных вопросах, а порой — проявляет необычайную щепетильность Так что друзья, уже отчаявшиеся было обнаружить в нем хоть каплю порядочности, уверяются, что он, вообще то, славный малый, а он тут же вновь повергает их в жесто чаишие сомнения Кто то еще постоянно колеблется между “Надо” и “Не буду” “Надо заплатить этот долг Нет, не буду” “Надо сесть на диету Нет, с какой стати9” Часто такие люди и у окружающих создают ощущение непосредственности и сами принимают свою противоречивую установку по отношению к Надо за “свободу”

Какова бы ни была основная установка личности, большая часть про цесса всегда выносится вовне он переживается как нечто происходящее

79

***Кирен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

между самой личностью и другими. Различия при этом возникают в аспе­ктах, выносимых вовне, и способах этого вынесения. Грубо говоря, человек может навязывать свои нормы другим и неумолимо требовать совершен­ства *от них* Чем более он считает себя мерой всех вещей, тем сильнее он настаивает — не на совершенстве вообще, а на своих, особых нормах совершенства. Если другие не подходят под них, они вызывают его презре­ние или гнев. Еще иррациональнее тот факт, что его злость на себя за то, что он не является (в любой момент и при любых обстоятельствах) тем, кем ему Надо быть, может развернуться наружу. Таким образом, напри­мер, когда ему не удалось совершить подвига в постели или же его пой­мали на лжи, он всю злость оборачивает на того, кто его “подвел” и возво­дит на него обвинения.

Он может переживать свои ожидания от себя как ожидания других от него. Действительно ли эти другие чего-то ждут от него, или он только так думает, но эти ожидания превращаются в требования, которые необходимо выполнять. Находясь в анализе, он считает, что аналитик ждет от него невозможного. Он приписывает аналитику свое собственное чувство, что он всегда Должен быть продуктивным. Должен видеть сны, чтобы о них докла­дывать, Должен всегда говорить о том, что, по его мнению, аналитик хочет с ним обсуждать. Должен всегда ценить помощь и демонстрировать это, идя на поправку.

Если он, таким образом, верит, что другие ждут или требуют от него чего-либо, он может отвечать на это двояко. Он может попытаться предвос­хитить или угадать их ожидания и кинуться их выполнять. В этом случае он обычно предчувствует, что его будут презирать или бросят, как только он не угодит. Если же он сверхчувствителен к принуждению, он считает, что на него давят, вмешиваются в его дела, толкают на что-то, заставляют. Он с горечью думает об этом или даже открыто протестует. Он может возра­жать против Рождественских подарков — ведь их от него ждут. Он придет на работу или на встречу чуть позже, чем его ждут. Он забудет поздравить с праздником, написать письмо, сделать любое доброе дело, о котором его просили. У него выпадет из памяти визит к родственникам, потому что об этом попросила мать, хотя ему нравятся его родные и навестить их хоте­лось. Его ответ на любое требование будет выходить из всех рамок. Кри­тика других ему будет не так страшна, как возмутительна. При этом его пылкая и несправедливая самокритика также сильнейшим образом выносит­ся вовне. Он начинает думать, что другие несправедливы в своем суждении о нем или что они руководствуются скрытыми мотивами. Или же, если его протест более агрессивен, он будет щегодять своим неповиновением и верить, что ни во что не ставит чужое мнение.

Чрезмерная реакция на внешний запрос прямо подводит нас к пони­манию внутренних требований. Те реакции, которые поражают нас самих своей несообразностью, могут быть особенно полезны для самоанализа Следующая иллюстрация, образчик самоанализа, может быть полезна

—80—

*Гаава 3 Тирания “Надо”*

в качестве демонстрации определенных ложных заключений, к которым мы приходим, наблюдая за собой. Она касается очень занятого исполнитель­ного должностного лица, моего клиента. Ему позвонили и спросили, не может ли он пойти на пирс встретить одного писателя, политического эмигранта из Европы. Он всегда восхищался этим писателем и встречался с ним в обществе во время своего визита в Европу. Но его время было рас­писано по часам — конференции, другая работа; и он действительно не мог согласиться, тем более, что, возможно, пришлось бы ждать писателя несколько часов. Как он понял позднее, он мог бы пойти двумя разумными путями. Можно было сказать, что он обдумает, сможет ли он это сделать, или же с сожалением отклонить просьбу, спросив, не может ли он быть полезен писателю чем-либо другим. Вместо этого он с мгновенным раздра­жением отрубил, что он занят и никогда ни дпя кого не потащится на пирс.

Он тут же пожалел о своем ответе и позже принялся выяснять, где же поселился писатель, чтобы помочь ему, если будет нужно. Он не только сожалел об инциденте, но и был озадачен. Разве он не уважал писателя на самом деле, а только думал, что уважает? Он был уверен в своем уважении. Разве он не был дружелюбным и готовым прийти на помощь человеком, которым считал себя? Если был, может быть, его вывело из себя то, что его ставят в затруднительное положение просьбой доказать свое дружелюбие и готовность прийти на помощь?

Он рассуждал в верном направлении. Самый факт, что он оказался в со­стоянии подвергнуть сомнению искренность своей щедрости, был для него шагом вперед, который давно следовало сделать — ведь в своем идеальном образе он был благодетелем человечества. Но этого он еще переварить не мог. Он отверг такую возможность, напомнив себе, что потом он был готов предложить и оказать помощь. Но уйдя от одной мысли, он неожиданно пришел к другой. Когда он *предлагал* помощь, это была ei о инициатива, а тут его в первый раз *попросили* помочь. Он понял, что счел это недопус­тимым вмешательством. Если бы он каким-то образом знал заранее о при­езде писателя, он бы сам, конечно же, подумал о том, чтобы встретить его. Тут он задумался о mhoi их схожих происшествиях, когда он испытывал раз­дражение в ответ на запрос, и понял, что считал явным вмешательством ичи принуждением многие вещи, которые на самом деле были лишь предполо­жением или вопросом о его возможностях. Он подумал и о своей раздражи­тельности в ответ на критику или несогласие. Он пришел к выводу, что он задира и всегда хочет взять верх. Я упоминаю об этом здесь потому, что реакции такого рода вообще легко принять за склонность к доминирова­нию. Самостоятельно ему удалось увидеть свою повышенную чувствитель­ность к принуждению и критике. Он не мог вынести принуждения потому, что и так чувствовал себя в смирительной рубашке. А критики он не выно­сил потому, что сам был своим худшим критиком. В свете этого мы пойдем путем, им оставленным — когда он подверг сомнению свое дружелюбие. В большей степени он помогал другим, потому что Надо им помогать, а не по причине своей довольно абстрактной любви к человечеству. Его установ-

—81 —

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

*кз.* по отношению к конкретным людям была куда более двойственной, чем он понимал Поэтому просьба ввергала его во внутренний конфликт Надо соглашаться на нее и быть щедрым и Нельзя никому позволять помыкать собой Раздражение было выражением ощущения, что он попал в тиски неразрешимой дилеммы

Как именно Надо *влияют* на точность и жизнь человека, зависит до некоторой степени от того, как он переживает их или отвечает на них Но определенные влияния видны всегда и неизбежны, в большем или мень шем объеме Надо всегда вызывает ощущение *напряжения* тем большего чем сильнее человек старается воплотить Надо в своем поведении Он слов но все время стоит на цыпочках и страдает от хронической усталости Или же это ощущение, что он стиснут, сдавлен, зажат в кольцо Если же его Надо совпадают с установками культуры, он может почти и не ощущать своего напряжения Однако оно может быть достаточно сильным, чтобы у активного в остальном человека породить серьезное желание отдохнуть от своей деятельности или обязанностей

Хуже того, в силу вынесения вовне Надо всегда так или иначе участ вуют *в искажении межличностных отношении* Самое общее иска жение — это повышенная чувствительность к критике Беспощадный к самому себе, он не может не слышать в критике со стороны (реальной или только возможной, дружеской или недружественной) презрительно-высоко­мерный тон его собственной критики Нам станут яснее размеры его чувст вительности, когда мы поймем силу его ненависти к себе за любое несоот ветствие своим, навязанным себе, нормам \* Иначе говоря, форма наруше ния человеческих взаимоотношении зависит от того, что преобладает в вынесении вовне у данного четовека Оно может сделать его слишком критичным и грубым или тревожным, слишком дерзким или уступчивым

Важнее всего то, что Надо все больше *снижают непосредственность* чувств, желании, мыслей и веровании — то есть способность ощущать свои собственные же чан ия и т п и выражать их Чечовек становится в лучшем случае “непосредственно вынужденным” (по выражению одного пациента) и “свободно” выражает то, что Надо чувствовать, желать, думать, во что верить Мы приучены думать, что можем управлять только своим поведе нием, но не своими чувствами Мы можем заставить другого трудиться прилежнее, но не можем заставить его любить свою работу И вот, мы думаем, что можно принудить самого себя вести себя так, будто ничего не подозреваешь, но невозможно принудить себя к чувству доверия По сути это верно А если нужны еще доказательства, то анализ может их предоста вить Но если Надо приказывает чувствам, воображение взмахивает своей волшебной палочкой, и граница между тем, что Надо чувствовать, и тем что мы на самом деле чувствуем, исчезает Мы осознанно верим в то, во что Надо верить, осознанно чувствуем то, что Надо чувствовать

\* См главу 5 “Ненавист! и прьэреши- к себе”

82

*I iaea 3 Тирания (Надо”*

Это проявляется при анализе, когда поколеблена ложная уверенность пациента в ею псевдочувсгвах, и он проходит через период недоумения и растерянности, болезненный, но конструктивный Например, женщина, которая верила, что всех любит, потому что так Надо, начинает задаваться вопросом “А люблю ли я мужа, учеников, пациентов9 А вообще кого нибудьг>” На этом этапе вопрос остается без ответа, потому что только теперь получают возможность выйти наружу все страхи, подозрения и не приязнь, которые всегда мешали свободному излиянию позитивных чувств, но были скрыты под слоем Надо Я называю этот этап конструктивным, потому что это начало обретения искренности

Удивительно, насколько непосредственные чувства могут быть задав­лены внутренними предписаниями Я процитирую письмо пациентки, она написала его после того, как открыла для себя тиранию своих Надо

“Я вижу, что просто была неспособна чего то *хотеть* даже умереть' И уж конечно не “жить” До сих пор я думала, что вся моя беда в том, что я неспособна что то *делать,* неспособна прекратить мечтать, неспособна собрать собственные вещи, неспособна принять свою раздражительность или сдерживать ее, неспособна проявлять человечность — усилием воли, с помощью терпения или раскаяния

А теперь я впервые вижу это — я была буквально неспособна что-либо *почувствовать* (Да, несмотря на всю мою знаменитую сверхчувствитель­ность1) Как хорошо я знала боль — каждая пора во мне забита внутренней яростью, жалостью к себе, презрением к себе и отчаянием последних шее ти лет И так повторялось снова и снова Как хорошо я вижу все это нега тивное, механическое, вынужденное *И все это было навязано извне,* внутри меня абсолютно не было ничего моего\*

Сотворение фальшивых чувств больше всего поражает в тех людях, чей идеальный образ направлен на доброту, любовь и святость Им Надо быть внимательными, благодарными, жалостливыми, щедрыми, любящими, а потому в их представлении о себе у них *есть* все эти качества Они раз­говаривают и испытывают порывы чувств, *словно* они и есть такие добрые и хорошие А поскольку им удалось ввести в заблуждение себя, им удается на время ввести в заблуждение и других Но, конечно, у фальшивых чувств нет глубины и силы, которые позволяют истинным чувствам себя доказать При благоприятных обстоятельствах они могут быть довольно стойкими и тогда, естественно, не вызывают сомнении Мадам Вю из “Женского павильона” задумывается над искренностью своих чувств только когда в семье начинаются неприятности, и она встречается с человеком, прямым и честным в своих чувствах

Чаще мелкость фальшивых чувств обнаруживается иначе они легко исчезают Любовь с готовностью уступает место равнодушию или обиде

\* *“.Встреча с сооои”, “Американский психоаналитический журнал”* 1949 Письмо с пре дисловием Хорни

—83—

*Кареч Хорни Невроз и шчностныи рост*

и осуждению, когда затра! ивается гордость или тщеславие При этом чело век обычно не спрашивает себя “Как это мои чувства и мое мнение так легко изменились9” Он просто считает, что это другой обманул его веру в человечество или же что он никогда ему и не верил “по-настоящему” У него, может быть, и есть дремтощие способности на сильные и живые чувства, но то, что предъявлено на сознательном уровне, зачастую чишь громадное притворство с очень малой долей искренности Посмотришь на такого человека подольше и получаешь впечатление чего-то несуществен ного, ускользающего, к ним очень подходит счовечко “дешевка” Внезапная злоба — часто единственное подлиное чувство таких людей

Другая крайность — преувеличение грубости и бессердечия Табу, наложенное у некоторых невротиков на нежность, жачость и доверие, может быть столь же сильным, как и табу других на враждебность и мсти тельность Такие люди считают, что им Надо уметь жить без всяких близких отношений, а поэтому верят, что и не нуждаются в них Им Нельзя ничему радоваться, поэтому они верят, что им все безразпично Их эмоциональная жизнь, спедоватепьно, не столько искажена, сколько обеднена

Естественно, эмоциональный рисунок, начертанный внутренними при казами, не всегда такой прямолинейный, как в этих двух крайних случаях Приказы могут быть противоречивыми Надо быть таким сострадатечь ным, чтобы идти на любые жертвы, но Надо быть еще и таким хладно кровным, чтобы пойти на любую месть В результате человек временами считает себя свиньей, а временами — ангелом Другие люди сдерживают так много чувств и желаний, что у них наступает общее эмоциональное омертвление При этом можно запретить себе желать что либо для себя, что кладет конец всем живым желаниям и замораживает любые попытки что либо дчя себя сдепать Тогда, отчасти из за данных запретов, разрас тается столь же всеобъемлющее требование — человек считает, что все в жизни должно быть преподнесено ему на серебряном блюде А обиду за невыполнение этого требования можно запереть предписанием Надо при мириться с жизнью

Мы меньше осознаем вред, который наносят всеобъем тощие Надо нашим чувствам, чем прочий приносимый ими ущерб Однако это самая тяжелая цена, которую мы платим за попытку превратить себя в совершен ство Чувства — самая живая наша часть, и если они вынуждены подчи няться диктатуре, в глубине нашего существа возникает глубокая неуве ренность, которая неизбежно уродует наше отношение ко всему внутри и вне нас

Мы едва ли можем переоценить *силу* воздействия внутренних предпи сании Чем сильнее в человеке влечение актуализировать свое идеальное Собственное Я, тем более Надо становятся его единственной движущей силой, толкающей, подхлестывающей его к действию Когда пациент, все еще слишком отдаленный от своего реального Собственного Я, открывает некоторые удушающие его свойства своих Надо, он может оказаться по i

84—

*Глава 3 Тирания <Надо>*

ностью неспособным рассмотреть возможность отказа от них, потому что без Надо (считает он) он не сделает ипи не сможет сделать ничего Иногда он выражает свое заблуждение в виде убеждения, что нельзя заставить людей делать “правильные” вещи, иначе как силой Такое убеждение — не что иное, как вынесение вовне его внутренних переживаний Надо при обретают для пациента субъективную ценность, с которой он сможет расстаться топько когда почувствует, что в нем существуют другие, непо­средственные силы

Поняв великую принуждающую силу Надо, мы должны задать один вопрос, ответ на который я попробую дать в пятой главе что происходит с человеком, когда он осознает невозможность жить как Надо9 Пока я ска жу, что он начинает ненавидеть и презирать себя Мы не можем полностью проследить воздействие Надо, пока не разберем их переплетений с нена­вистью к себе За Надо всегда прячется ненависть к себе, и это ее угрозы превращают Надо в режим террора

Глава 4 Невротическая гордость

При всех своих бешеных усилиях достичь совершенства и при всей своей вере, что оно достигнуто, невротик не достигает того, в чем отчаянно нуждается самоуважения и уверенности в себе Богоподобный в своем воображении, он лишен обычной земной уверенности в себе, которой обла дает самый простой пастух Высокое положение, до которого он может подняться, слава, которую он может обрести, делают его самонадеянным, но не приносят ему внутренней безопасности Он по-прежнему чувствует себя ненужным в глубине души, легко обижается и нуждается в несконча емых подтверждениях своей ценности Он может чувствовать себя сильны м и значительным, пока у него в руках власть и влияние, пока его поддержи вают хвалой и почитанием Но все эти чувства избранности легко пропада ют, когда, среди чужих людей, эта поддержка отсутствует, когда он терпи г неудачу, когда он предоставлен сам себе Царство небесное внутри нас, его не заталкивают в нас снаружи

Давайте посмотрим, что происходит с уверенностью в себе по ходу невротического развития Чтобы у ребенка роста уверенность в себе, он явно нуждается в помощи извне Ему нужны тето, привет, забота, защита, атмосфера доверия, поощрение его деятельности, конструктивная дисцип лина Когда все это есть, у него развивается, используя удачный термин Мари Райзи\*. “базальная уверенность”, которая включает уверенность в себе и в других

Но вместо благотворных влияний ребенок испытывает совсем другие, которые вредят его здоровому росту Мы уже обсуждали эти факторы и их общее действие в первой главе Здесь я хотела бы добавить еще некоторые причины, по которым ему особенно трудно достичь правильной самооцен ки Слепое восхищение может раздуть его чувство собственной значимости Он может почувствовать, что нужен родителям, нравится им, и они одобря­ют его не за то, какой он есть, а за то, что он удовлетворяет их потребность в восхищении, престиже или власти Жесткие требования удовлетворять нормам совершенства могут возбудить в ребенке чувство неполноценности

\* Мари Раизи *“Психоанализ и образование”* (Marie I Rasey *“Psychoanalytic and Educa lion”)* Докчад на заседании Ассоциации развития психоанализа (Association for Advancement ofPsychoanalysis, 1946)

—86—

*Глава 4 Невротическая гордость*

из-за того, что он не может выполнить таких требований За проступки или плохие оценки в школе его сурово упрекают, а хорошее поведение и хоро­шие отметки принимаются как должное Порывы к независимости и само­стоятельности высмеиваются Все эти факторы, вдобавок к общему недос­татку искреннего тепла и интереса к нему, создают у него ощущение своей никчемности и ненужности или, по крайней мере, ощущение, что он ниче го не стоит, пока он такой, какой есть, а не стал кем-то другим

Хуже того, невротическое развитие, инициированное ранними неблаго­приятными обстоятельствами, ослабляет самую сердцевину его существа. Он отчуждается от себя и раздваивается Его самоидеализация — попытка возместить причиненный ущерб, подняв себя в воображении над другими и над грубой реальностью самого себя И, как в сказках о сделке с Сатаной, он получает воображаемую, а иногда и реальную славу Но вместо твердой уверенности в себе он получает позлащенный дар весьма сомнительной ценности невротическую гордость Эти две вещи очень похожи, и вполне понятно, что их путают В старом издании Вебстера, например, сказано, что гордость — это самоуважение, основанное на реальных или воображаемых заслугах Различие между реальными и воображаемыми заслугами прове­дено, но в обоих случаях говорится о “самоуважении”, словно это разли­чие невелико

Путаница существует еще и потому, что большинство пациентов отно­сятся к уверенности в себе как к загадочному качеству, возникающему из ничего, но очень желанному Поэтому только логично, что они ждут от аналитика, чтобы он каким-то образом вселил ее в них Это всегда напоми­нает мне один мультфильм зайцу и мыши впрыснули шприцем храбрости, они увеличились в пять раз, обнаглели и преисполнились неудержимой во­инственности Пациенты не понимают (и на самом деле страстно не жела­ют понять) прямой причинно-следственной связи между существующими качествами личности и чувством уверенности в себе Эта связь ничуть нее менее четкая, чем зависимость финансового статуса человека от его имуще­ства, сбережений и умения зарабатывать деньги Если с этим все в порядке, у него будет чувство экономической безопасности Возьмем другой пример уверенность рыбака покоится на таких конкретных вещах, как прочная лод­ка, крепкие сети, его знания о погоде и море, сила его мышц

Что касается требуемых качеств личности, то до некоторой степени они зависят от культуры, в которой мы живем Для западных цивилиза­ций — это независимые убеждения и умение действовать в соответствии с ними, способность полагаться на себя, основанная на оценке собственных ресурсов, умение брать на себя ответственность, реалистический подход к собственным качествам, возможностям и ограничениям, сила и прямота чувств, способность устанавливать и поддерживать хорошие отношения с людьми Хороший уровень этих параметров субъективно ощущается как уверенность в себе Чем ниже их уровень, тем более шаткой будет уверен­ность в себе

—87—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Точно так же, здоровая гордость основана на реальных вещах. Это может быть заслуженная высокая оценка своих особых достижений, напри­мер, гордость за смелый поступок или отличную работу. Или же это может быть более всеобъемлющее чувство собственной ценности, спокойное чув­ство собственного достоинства.

Задумываясь о чрезвычайной чувствительности невротика к обидам, мы склонны рассматривать ее как отросток здоровой гордости. Однако существенная разница между ними не количественная, а качественная, как мы уже не раз обнаруживали. Сравнивая их, мы увидим, что наша невро­тическая гордость основана на совсем других, нереальных вещах, и все они принадлежат “прославленному портрету” нас самих или предназначе­ны поддерживать эту нашу славу. Эти качества могут быть навязанными извне (престижными ценностями), или же они могут быть самонадеянно приписанными себе свойствами или способностями.

Из различных видов невротической гордости наиболее нормальной кажется гордость престижными ценностями. В нашей цивилизации — это обычно гордиться тем, что у тебя красивая девушка, или тем, что ты из хорошей семьи, или местный уроженец — южанин или, наоборот, из Новой Англии, или своей политической или профессиональной принадлежностью, почитаемой престижной, или тем, что ты встречаешься с важными людьми, популярен, имеешь хорошую машину или живешь в престижном районе.

Этот род гордости менее всего типичен для невроза. Для многих людей, со значительными невротическими нарушениями, эти вещи значат не боль­ше, чем для сравнительно здорового человека; для многих других они зна­чат куда меньше, если вообще хоть что-нибудь значат. Но встречаются и люди, которые вложили в эти престижные ценности столько невротической гордости, для которых они так важны, что вся их жизнь вращается вокруг них, и на потребу им отдаются лучшие силы. Для таких людей только абсо­лют должно ассоциировать с престижными группами, только абсолют дол­жно связывать с выдающимися институтами. Конечно, вся их лихорадочная деятельность подвергается рационализации — это “искренний интерес”, “законное желание продвинуться”. Все, что увеличивает престиж, может поднять настроение; любая неудача группы в увеличении престижа такой личности или любое уменьшение престижа самой группы провоцирует все реакции оскорбленной гордости. Например, то, что кто-то из семьи не “кует семейное благополучие” или психически болен, может стать тяжелым уда­ром для невротической гордости человека, скрытым, в основном, за особой заботой об этом родственнике. Есть множество женшин, которые предпоч­тут совсем не идти в ресторан или в театр, чем идти туда без мужского сопровождения.

Все это похоже на то, что антропологи поведали нам о жизни так назы­ваемых первобытных людей, у которых индивид считает себя и является в первую очередь — частью группы. При этом гордость простирается не на нечто личное, а на институты и деятельность групп. Но, несмотря на

*Глава 4 Невротическая гордость*

внешнее сходство, это существенно различные процессы. Основное разли­чие состоит в том, что невротик в глубине души не чувствует себя заодно с группой. Он не считает себя ее частью, у него нет чувства принадлеж­ности к ней — он использует ее для повышения личного престижа.

Хотя человека могут снедать мысли и погоня за престижем, и мыслен­но он возносится и падает вместе с ним, это часто не рассматривают как невротическую проблему, подлежащую анализу,— то ли потому, что так часто случается, то ли потому, что это выглядит паттерном культуры, то ли потому, что сам аналитик не свободен от этого недуга. А это недуг, причем разрушительный, потому что заставляет человека все время изыскивать “удобные случаи” — то есть, делает оппортунистичным, нарушая тем самым его цельность. Это далеко не норма, напротив, это указание на серь­езные нарушения. На самом деле, это происходит с тем, кто так глубоко отчужден от себя, что даже его гордость во многом лежит вне его самого.

Хуже того, невротическая гордость покоится на качествах, которые человек приписывает себе безосновательно,— на тех, которые принадлежат его особому идеальному образу. В этом четко проступает природа невроти­ческой гордости. Невротик гордится не собой, не тем, кто он есть. Зная о его неверном взгляде на себя, мы не удивимся, что его гордость вычерки­вает трудности и ограничения. Но она идет дальше. По большей части он вовсе не гордится своими реальными качествами. Он может осознавать их, но смутно; он может даже отрицать их. Но и осознавая их, он не считает их весомыми. Например, аналитик привлекает его внимание к его большой работоспособности или к стойкости, с которой он прокладывает свой путь в жизни, или напоминает, что, несмотря на свои проблемы, он написал хорошую книгу,— пациент фигурально или буквально пожимает плечами и пропускает похвалу мимо ушей, с заметным равнодушием. Особенно он не ценит того, что, по его мнению, “только” стремление, а не достижение. Например, он сбрасывает со счета свое честное стремление добраться до корней своих нарушений, которое он проявляет, предпринимая серьезные попытки продолжать анализ и самоанализ.

Пер Гюнт может служить блестящим литературным примером. Он ни к чему особенному не приложил свои настоящие качества — большой ум, дух искателя приключений, жизнелюбие. Но он гордится тем, что ему как раз и не удалось — “быть самим собой”. На самом деле он был (в своем представлении о себе) не собой, а своим идеалом, с неограниченной “свобо­дой” и неограниченными силами. (Он возвысил свой безграничный эгоцен­тризм до жизненной философии своим афоризмом: “Будь самим собой”, что, как показывает Ибсен, является в его случае возвышенным переложе­нием (прославлением) закона троллей: “Упивайся самим собой”.)

Между нашими пациентами Пер Гюнт нередок и страстно желает сохранить иллюзии своей святости, выдающегося ума, абсолютного самооб­ладания и т.д.; он словно потерял бы свою “индивидуальность”, если сдви­нулся бы хоть на дюйм в сторону от таких оценок, которые он дает своим

—89—

***Кирсн Хорни*** *Невроз и тчностныи рост*

качествам Воображение само по себе способно стать высшей ценностью невзирая на то, для чего оно используется, потому что оно позволяет своему хозяину глядеть сверху вниз на серых бескрылых людишек, озабо ченных правдой Пациент, конечно, не произнесет этого слова, “правда” а будет туманно говорить о “быте” Например, один пациент, чье требова ние было просто грандиозным,— он ожидал, что весь мир должен быть к его услугам,— сперва занял ясную позицию по отношению к своему тре бованию, называя его абсурдным и даже “унизительным” Но на следующий день он вернулся к своей гордости требование стало теперь “величествен ным созданием духа” Истинное значение иррационального требования было утоплено, и гордость торжествовала в воображении

Но чаще гордость привязана не к воображению, а ко всем сознатель ным процессам интеллекту, рассудку силе воли Бесконечное могуще ство, которое невротик приписывает себе — это, в конечном счете, могу щество его разума Не удивительно, поэтому, что он очарован и горд им А идеальный образ — продукт его воображения Но это не то, что созда ется в мечтах перед сном и во сне Непрерывная работа интеллекта и вооб ражения, в основном бессознательная, идет ради поддержания личною вымышленного мира, осуществляясь через рационализации, оправдания вынесения вовне, совмещение несовместимого — короче говоря, теми путями, которыми можно заставить вещи казаться не такими, какие они есть Чем более человек отчуждается от себя, тем более его рассудок ста новится высшей реальностью (“Люди не существуют вне моих мыслей Я сама вне их не существую” ) Как и Леди из Шалотта, невротик не умеет видеть реальность непосредственно, он видит ее только в зеркале Скажем точнее он глядит в зеркало только своих *мыслей* о мире и себе Поэтому гордость интеллектом или, скорее, верховенством рассудка не ограничена теми, кто занят интеллектуальным трудом, а распространяется на всех невротиков

I ордость связывается также с возможностями и привилегиями, на кото рые невротик, по его мнению, имеет право Таким образом, он может гор диться иллюзорной неуязвимостью, которая, в физическом плане означает претензию никогда не болеть и всегда оставаться невредимым, а в психиче ском никогда не чувствовать себя задетым Ьывает гордость удачли востью для “любимца богов” становится вопросом чести не подхватить заразу в охваченном малярией районе, выиграть в азартной игре или не попасть под дождь во время экскурсии

Предмет особой гордости невротика — умение провести свои требова ния в жизнь Те, кто претендует получить нечто ни за что, гордятся, если им удалось вынудить других дать им денег, быть у них на побегушках, бес платно лечить их Другие, “имеющие право” распоряжаться чужой жизнью переживают как удар по своей гордости, если подопечный не следует не медленно их совету или делает что то по собственному усмотрению, не спросив сперва их мнения Иные претендуют на полное оправдание ссылаясь, что они были чем то расстроены Эти люди гордятся тем, что

—90

/"•шва *4 Невротическая гордость*

добились сочувствия и прощения, и чувствуют себя оскорбленными, если другой человек остался недовольным

Невротическая гордость, основанная на внутренних предписаниях, может показаться на первый взгляд более устойчивой, но, на самом деле она столь же шаткая, как и другие виды гордости поскольку неизбежно пере плетена с претензиями на что то Мать, которая гордится тем, что она иде альная мать, обычно идеальна лишь в своем воображении Человек, гордя щиися своей уникальной честностью, не говорит, может быть, очевидной лжи, но пропитан бессознательной и полусознательной нечестностью Те, кто гордится отсутствием эгоизма, могут не предъявлять открытых трсбо вании, но мучить других своей беспомощностью и страданиями, принимая свои Нельзя на здоровое самоутверждение за добродетель смирения Кроме того. Надо сами по себе не имеют объективной ценности, а могут иметь только субъективную, служа невротическим целям Таким образом, напри мер, невротик может гордиться тем, что не просит и не принимает никакой помощи, даже если разумнее было бы поступать иначе — хорошо известная социальным работникам проблема Одни гордятся тем, что провели труд ную сделку, другие — тем, что никогда не торгую гся, все зависит от того, Надо ли им всегда выигрывать или Надо никогда не стремиться к собст венной выгоде

И наконец, может быть г ордость самой высотой и суровостью компуль сивных норм Тот факт, что ему известно “добро” и “зло” уже делает чело века богоподобным, как Змии обещал Адаму и Еве Очень высокие нормы невротической личности позволяют человеку чувствовать себя чудом нрав ственности, которой стоит гордиться, неважно, каков он на самом деле и как себя ведет Находясь в анализе, он может признать у себя яростную тоску по престижу, слабое чувство справедливости, мстительность, но все это не делает его ни капли скромнее, не заставляет чувствовать сеоя менее возвы шенно нравственным существом Для него эти актуальные недостатки — нс считаются Его гордость не в том, чтобы быть нравственным, а в том, что бы знать, каким ему Надо быть Несмотря на то, что временами он признает тщетность своих самоупреков, и даже иногда ужасается, насколько они ошибочны, он так и не смягчается в своих требованиях к себе Ну и что, если он страдает9 Разве его страдания не доказывают лишний раз его воз вьгшенную нравственную чуткость9 Следовательно, эта цена по карману его гордости

Когда мы спустимся от этого обобщенного взгляда к особенностям инди видуальных неврозов, мы сначала придем в замешательство Оказывается, нет ничего, чем нельзя было бы гордиться То, что кажется восхититель ным достоинством одному, позорная помеха для другого Кто то г ордится своей грубостью, другой стыдится всего, что могут принять за грубость, и гордится своей чувствительностью Кто то гордится своей пробивной способностью, другой стыдится и намека на нее Этот гордится тем, что верит людям, а тот столь же горд своей недоверчивостью и т д и т п

91 —

***Карен Хорнч.*** *Невроз и личностный рост*

Но это разнообразие удивляет нас лишь до тех пор, пока мы рассматри­ваем особые виды гордости вне контекста личности в целом. Как только мы посмотрим на общую структуру характера личности, у нас появится общий принцип: потребность невротика гордиться собой столь настоятельна, что он не может вынести мысли о себе как о существе, находящемся в тисках потребностей; поэтому он использует свое воображение, чтобы превратить эти потребности в добродетели, трансформировать их в качества, которыми можно гордиться. Но проходят эту трансформацию только те компульсив-ные потребности, которые служат его влечению актуализировать свое иде­альное Собственное Я. Напротив, те, которые мешают этому влечению, он склонен подавлять, отрицать, презирать.

Его способность к такому бессознательному выворачиванию ценностей наизнанку совершенно удивительная. Лучше всего впечатление от нее пере­дал бы мультфильм. В этом жанре наиболее живо можно изобразить, как человек, огорченный нежелательной чертой, берет кисть, закрашивает это место яркими красками и показывает нам с хвастливой гордостью картину своих достоинств. Таким образом непоследовательность превращается в безграничную свободу, слепой бунт против существующих норм мора­ли — в намерение “быть выше предрассудков”, табу на то, чтобы сделать что-нибудь для себя,— в святое отсутствие эгоизма, потребность кого-то ублажать — в чистую доброту, зависимость — в любовь, использование других — в силу, мстительность — в справедливость, техника фрустра-ции — в разумную самозащиту, отвращение к труду — в успешное сопро­тивление “ужасной привычке работать” и т.д.

Эти бессознательные процессы часто напоминают мне о троллях из “Пер Гюнта” Ибсена, для которых “черное белым слывет, уродство слывет красотой, великое — малым, а грязь — чистотой”. Самое интересное, что Ибсен объясняет это извращение ценностей сходным путем Пока ты живешь в самодостаточном мире сна, как Пер Гюнт, говорит Ибсен, ты не можешь быть верен себе. Между двумя мирами нет моста Они слишком разные, чтобы позволить какое-то компромиссное решение. И если ты не верен себе, а живешь эгоцентричной жизнью воображаемого величия, то проматываешь и свои истинные ценности Твоя шкала ценностей стано­вится такой же перевернутой, как у троллей. И в этом действительно глав­ный смысл того, о чем говорится в этой главе. Как только мы пускаемся в погоню за славой, мы перестаем заботится о верности себе. *Невротиче­ская гордость, во всех ее формах,— это ложная гордость*

Утовив общий принцип, что предметом гордости служат только те склонности, которые помогают актуализировать идеальное Собственное Я, аналитик легко проследит скрытую гордость в любой позиции пациента, за которую он упорно держится. Связь между субъективной ценностью черты и невротической гордостью ею представляется мне постоянной связью. Уви­дев один из этих факторов, аналитик спокойно может заключить, что здесь, по всей вероятности, присутствует и другой. Иногда один, иногда другой появляется в фокусе внимания первым Таким образом, пациент в начале

—92

*Глава 4 Невротическач гордость*

аналитической работы может гордиться своим цинизмом или своим уме­нием фрустрировать других. И хотя на этом этапе аналитик не понимает значения, которое данный фактор имеет для пациента, он может быть уве­рен, что роль этого фактора в данном неврозе весьма значительная

Для терапии необходимо, чтобы у аналитика постепенно сложилась ясная картина, какие именно виды гордости присутствуют у данного паци­ента. Естественно, что пациент не рассматривает влечение, установку или реакцию в качестве проблемы, которую надлежит устранить, до тех пор, пока он бессознательно или сознательно гордится ею. Пациент может, например, осознавать свою потребность перехитрить других. Аналитику можеть быть очевидно, что это проблематичная склонность, за которую следует взяться и в конце концов преодолеть, поскольку он отстаивает инте­ресы реального Собственного Я пациента. Он понимает компупьсивный характер потребности, нарушения, создаваемые ею в межличностных отно­шениях, потери энергии, которую можно было бы направить в конструктив­ное русло. Но пациент-то как раз считает, не осознавая того, что именно эта способность (всех перехитрить) делает его высшим существом; и он тайно гордится ею Следовательно, он заинтересован не в анализе тенденции пере­хитрить остальных, а в анализе внутренних факторов, мешающих ему делать это в совершенстве. Пока различие подходов аналитика и пациента скрыто, у них различные планы и цели их анализа скрещены, как шпаги.

Невротическая гордость покоится на таком шатком основании, что неустойчива, как карточный домик, и рушится, как и он, от малейшего щелчка. В терминах субъективных переживаний она делает человека *уязви-мым* ровно в той степени, в какой он одержим ею. Задеть ее одинаково лег­ко снаружи и изнутри. Две типичные реакции уязвленной гордости — стыд и унижение. Нам стыдно, если мы депаем, думаем или чувствуем что-либо, насилующее нашу гордость. Мы унижены, есчи другие делают что-то, заде­вающее нашу гордость, или не делают того, чего требует от них наша i op-дость. При любой реакции стыда или унижения, представляющейся не­уместной или не соответствующей происшествию, *мы* должны задать два вопроса: Что в данной ситуации вызвало такой ответ? Какая именно тайная гордость была при этом задета? Вопросы эти тесно переплетаются, и ни на один из них нельзя дать быстрого ответа. Например, аналитик может знать, что мастурбация вызывает сильнейший стыд у человека, который, в общем, придерживается рационального, благоразумного взгляда на проблему и не стал бы осуждать за это других Здесь, по крайней мере, провоцирующий стыд фактор кажется ясным. Но так ли это? Мастурбация может означать разное для разных людей, и аналитик не может с ходу догадаться, какой из многочисленных факторов, имеющих отношение к мастурбации, отвечает за возникающее чувство стыда. Означает ли мастурбация для данного паци­ента сексуальную активность низшего порядка, поскольку она отделена от любви9 Может быть, получаемое удовлетворение сильнее, чем при по­ловом акте, и тем самым нарушает представление, что оно должно быть

—93

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

связано только с любовью9 Может быть, дело в фантазиях, с ней связанных9 Может быть, она означает признание самому себе, что тебе все таки что то нужно9 Это слишком большая снисходительность к себе для стоика9 Она означает потерю контроля над собой9 Только в той степени, в какой анали тику удалось уловить, насколько все эти факторы имеют отношение к дан ному случаю, он может задаваться вторым вопросом, какую именно гор дость пациента задевает мастурбация

Вторая иллюстрация тоже призвана показать, как необходима точность при разборе факторов, вызывающих стыд или унижение Многие незамуж ние женщины глубоко стыдятся того, что у них есть любовник, хотя на сознательном уровне лихо пренебрегают условностями В данном случае важно сперва выяснить, страдает ли гордость женщины из за ее нынешнего любовника Если так, связан ли стыд с тем, что он недостаточно хорош или предан9 С тем, что она позволяет плохо к себе относится9 С ее зависимо стью от него9 Или ей стыдно, что у нее вообще есть любовник, независимо от его статуса и личности9 Если так, является ли замужество для нее воп росом престижа9 Или ее ситуация (у нее есть любовник, но она остается “одинокой” женщиной) представляется ей доказательством того, что она непривлекательная и никчемная*)* Или ей Надо быть выше сексуальных желании, весталкой9

Часто одна и та же ситуация вызывает разную реакцию основным ока зывается или стыд, или унижение Девушка отвергла молодого человека один вариант — он чувствует, что она унизила его, и реагирует по типу “Да что она о себе думает9”, а второй вариант — ему стыдно, что его чары или его мужественность не оказались абсолютно неотразимы Замечание сделанное им во время дискуссии, пришлось некстати — либо ei о унизили “эти проклятые дураки, которые меня не понимают”, либо ему стыдно за свою неловкость Кто то извлек выгоду из него он чувствует, что эксплу ататор его унизил, либо ему стыдно что он не умеет постоять за свои инте ресы Его дети не принесли блестящих оценок и ж не очень популярны — этот факт унижает его, и он сердится на детей либо он стыдится, считая что так или иначе подвел своих детей

Эти наблюдения говорят о том, что нам нужно переориентировать ход нашей мысли Мы склонны придавать слишком большое значение ситуации как таковой и считаем, что именно она определяет наши реакции Напри мер, если человека поймали на лжи, *мы* ск юнны считать “естественной” с его стороны реакцию *стыда* Но вот другой человек не испытывает ничего подобного, вместо этою он считает себя *униженным* теми, кто уличил его, и вскидывается на них Следовательно наши реакции определяет не только ситуация, но гораздо более — наши невротические потребности

Еще специфичнее, что реакциями сты ia либо унижения управляет тот же принцип, который управляет трансформацией ценностей У агрессив ного захватнического типа лиц реакция стыда может потрясающим обра зом отсутствовать Ьывает что вначале никаких ее следов не удается

94

*Глава 4 Невротическая гордость*

обнаружить даже при внимательном аналитическом исследовании Это люди, которые и ни настолько живут воображением, что предстают перед собой чистыми, без единого пятнышка, или же завернулись в такой толстый защитный слои воинствующей правоты, что все, что они делают, *тем самым уже* правильно Их гордость может быть ранена только извне Любой вопрос об их мотивах, любое открывающееся перед ними препятст вие воспринимается как оскорбление Они не могут не подозревать в злона меренности любого четовека, который ставит такие вопросы или указывает на препятствия

У людей смиренных реакция унижения полностью затмевается чувст вом стыда На поверхности они полностью охвачены тревожной заботой угодить своим Надо Но по причинам, которые будут обсуждаться позд нее, они сосредоточены, скорее, на своих неудачах в том, чтобы быть вер хом совершенства, и, следовательно, легко чувствуют себя пристыжен ными Таким образом, по доминированию той или иной реакции аналитик может вывести надежное заключение относительно тенденции в нижеле жащих структурах

До сих пор связь между гордостью и реакциями на урон гордости была простои и прямой И поскольку это типичные связи, может показаться, что их легко проследить аналитику или тому, кто проходит анализ Заметив какую либо невротическую гордость, он сумеет быть бдительным к тому, что провоцирует стыд или унижение И наоборот, эти реакции будут стиму лировать его к поиску стоящей за ними невротической гордости и к иссле дованию ее природы Но дело осложняется тем, что эти реакции затемнены некоторыми факторами Гордость данного лица может быть очень уязви мои, но он не выражает сознательно никаких чувств обиды Чувство собст венной правоты, как уже упоминалось, перекрывает путь чувству стыда Гордость неуязвимостью запрещает признавать у себя чувство обиды Боже ство может в принципе разгневаться на несовершенства смертных, но Ею *просто не задевают* ни шеф, ни таксист, он Должен быть достаточно велик, чтобы быть выше этого, и достаточно силен, чтобы перешагнуть через это “Оскорбления”, следовательно, бьют по нему дважды он чувст вует себя униженным, и ему стыдно, что ему обидно Такой человек почти постоянно находится перед дилеммой он до абсурда уязвим, но его гор дость не позволяет ему быть уязвимым вообще Это внутреннее состояние во многом отвечает за его раздражительность

Вопрос затемняется еще и тем, что непосредственная реакция на удар по гордости может быть автоматически трансформирована в иные чувства, чем стыд или унижение Наша гордость, возможно, очень даже задета тем, что муж или любовник интересуются другой женщиной, не помнят о наших желаниях, по уши погрузились в работу или хобби Но, возможно, все, что мы чувствуем на сознательном уровне — это грусть за нашу безответную любовь Вместо унизительного ощущения, что нами пренебрегают, мы можем ощущать только разочарование Стыд кажется нашему сознанию

95—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

легкой неловкостью, замешательством или, что более специфично, винова­тостью. Эта последняя трансформация особенно важна, потому что позво­ляет довольно быстро понять определенные чувства вины. Если, например, человек, потгньгй всевозможных бессознательных претензий, ужасно рас­строен своей сравнительно безобидной и безвредной ложью, мы можем спокойно предположить, что ему больше хочется казаться, а не быть чест­ным и что его гордость пострадала от невозможности сохранить фикцию предельной, абсолютной правдивости. Или, если эгоцентричный человек чувствует себя виноватым за некоторую невнимательность, следует спро­сить, не стыд ли он испытывает за потускневший нимб доброты вместо честного сожаления о том, что не был таким чутким к людым, каким ему хотелось бы быть.

Более того, может быть так, что ни одна из этих реакций, в непосредст­венном или трансформированном виде, не переживается сознательно; мы от­даем себе отчет только в нашей реакции на эти реакции. Видное место сре­ди этих “вторичных” реакций занимают ярость и страх. Хорошо известно, что удар по гордости может вызвать мстительную враждебность. Она прохо­дит весь путь от неприязни до ненависти, от раздражения до гнева и слепой убийственной ярости. Иногда постороннему наблюдателю легко установить связь между яростью и гордостью. Например, человек разъярен бесцере­монностью шефа или нахальством таксиста, происшествиями, которые мо­гут вызвать, самое большее, раздражение. Сам он отдает себе отчет только в своем праведном гневе в ответ на скверное поведение других. Наблюда­тель, скажем, аналитик, видит, что происшествие задело гордость пациента, что он почувствовал.себя униженным и поэтому пришел в ярость. Пациент может принять такую интерпретацию, как вполне объясняющую его чрез­мерную реакцию, а может и настаивать, что его реакция вовсе не была чрез­мерной, и его гнев — законный гнев на подлость или глупость другого.

Конечно, не вся иррациональная враждебность исходит от задетой гор­дости, но она все-таки играет большую роль, чем это признают. Аналитик должен быть бдигельным к такой возможности, особенно по поводу реак­ции пациента на него самого, на интерпретации и на аналитическую ситуа­цию в целом. Связь с задетой гордостью легче всего прослеживается, если во враждебности есть оттенок неуважения, презрения, намерения унизить Тут в чистом виде действует закон возмездия. Пациент, сам того не зная, чувствует себя униженным и платит тем же. Это сущая потеря времени -обсуждать с пациентом после таких инцидентов его враждебность. Сле­дует прямо задать вопрос, от чего пациент почувствовал унижение. Иногда порывы унизить аналитика или мысли об этом, не сопровождаемые ника­кими действиями, появляются сразу, в самом начале анализа, еще до того, как аналитик мог успеть задеть какое-то больное место. В таком случае вероятно, что пациент бессознательно унижен самим фактом прохождения анализа, и задача аналитика — прояснить для пациента эту связь.

Естественно, то, что происходит при анализе, происходит и вне его И если бы мы чаще задумывались о том, что оскорбительное поведение

—96 -

*Глава 4 Невротическая гордость*

может вытекать из задетой гордости, мы избавили бы себя от многих мучи­тельных и даже надрывающих сердце положений. Таким образом, когда друг или родственник мерзко себя ведут, после того как мы по собственной воле помогли им, лучше не огорчаться их неблагодарностью, а подумать о том, как сильно могла быть задета их гордость тем, что они вынуждены были принять помощь. И, по обстоятельствам, может быть, стоит погово­рить с ними об этом, или помогать им так, чтобы у них была возможность сохранить лицо. Сходным образом, в случае презрительной установки по отношению к людям вообще, недостаточно возмутиться высокомерием такого человека; к нему стоит отнестись, как к тому, кто идет по жизни с ободранной кожей, настолько всестороннее уязвима его гордость.

Менее известно, что та же самая враждебность, ненависть или пре­зрение могут быть направлены против себя, если мы чувствуем, что сами задели свою гордость. Жестокие самоупреки — не единственная форма, которую может принимать этот гнев на себя. У мстительной ненависти к себе есть так много далеко идущих содержаний, что мы потеряли бы нить рассуждений, начав обсуждать их здесь, в качестве реакций на удар по гор­дости. Поэтому мы вернемся к ним в следующей главе.

Страх, тревога, паника могут быть реакциями на унижение или в пред­видении его Страшные предчувствия могут касаться экзаменов, публичных выступлений, появлений в обществе, свиданий; в таких случаях его обычно называют “страхом перед сценой”. Это хороший описательный термин, если мы используем его метафорически, для обозначения некоего ирра­ционального страха, предшествующего публичному или частному “спек­таклю”. Он включает ситуации, в которых мы или хотим произвести хоро­шее впечатление (например, на новых родственников, на важное лицо, да даже на официанта в ресторане), или начинаем что-то новое' беремся за но­вую работу, принимаемся рисовать, отправляемся учиться на оратора. Те, кого мучает этот страх, часто говорят о нем, как о страхе перед неудачей, позором, насмешками. Кажется, что это как раз то, чего они боятся. Тем не менее, не стоит идти этим путем, потому что он ошибочно предполагает рациональный страх перед реальной неудачей. Он оставляет в стороне факт, что неудача — вещь очень субъективная. “Неудачей” может быть любая неполнота славы или совершенства, и предчувствие такой возможности — самая суть мягких форм “страха перед сценой”. Человек боится выступить менее великолепно, чем требуют его Надо, а потому боится, что пострадает его гордость Есть и более тяжелая форма этого страха, которую мы пой­мем позднее; при ней бессознательные силы, управляющие человеком, бло­кируют его способность к самому акту выступления. Страх перед сценой — это страх человека, что из-за своих саморазрушительных тенденций он будет смешон и неловок, забудет текст, “захлебнется” и покроет себя позо­ром вместо победной славы

Другая категория страшных предчувствий касается не качества выступ­ления, а перспективы, что придется делать нечто, задевающее гордость,—

—97—

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

просить повышения или снисхождения, подавать прошение, подойти к жен щине с предложением — потому что это включает в себя возможность отказа Страшные предчувствия могут наступать перед половым актом, если он означает возможность быть униженным

Страх может наступать вслед за “оскорблениями” Многие люди дро жат, их трясет, у них перехватывает дыхание, или они испытывают прочие реакции страха в ответ на недостаток почтения или высокомерное поведе ние по отношению к ним Это реакции смешанной ярости и страха, причем страх — это отчасти страх перед собственным неистовством Сходные реак ции страха могут следовать за чувством стыда без переживания стыда как такового Человек внезапно чувствует, что его переполняет неуверенность или даже паника, если он повел себя неловко, робко или оскорбительно Вот случаи, произошедший с одной женщиной во время поездки Она вела машину вверх по горной дороге, которая кончалась тропинкой, идущей к вершине Явно крутая тропа все же была бы проходимой, не будь так грязно и скочьзко Женщина, к тому же, была неподходяще одета на ней был новый костюм, туфли на высоких каблуках, и у нее не было палки для ходьбы И все же она пошла наверх, но поскользнувшись несколько раз бросила свою попытку Отдыхая, она увидела далеко внизу большую соба ку, яростно лающую на прохожих Она испугалась и очень удивичась этому, потому что она обычно не боячась собак, да и не было разумных причин боятся именно этой собаки — рядом были ее хозяева Она принялась разду мывать над этим, и ей вспомнился случаи из ранней юности, который вызвал у нее ужасный стыд Она поняла, что в нынешней ситуации так же стыдится своей “неудачи” — того, что у нее не получилось взобраться по горной дороге “Но,— сказала она себе,— было бы действительно неразум но лезть во что бы то ни стало” Потом она подумала “Но Надо было спра виться” У нее в руках оказался ключ к ситуации она поняла, что ее “i лу пая гордость”, как она назвала это, была ранена и заставляла чувствовать себя беспомощной перед возможным нападением Как мы поймем позднее, она беспомощно отступила перед собственными нападками на себя и выне сча опасность вовне Хотя этот кусочек самоанализа и не был завершен, он оказался достаточно эффективным — страх исчез

Мы быстрее понимаем свою реакцию ярости, чем страха Но в ьонеч ном счете они оказываются взаимосвязанными, и невозможно их понять одну без другой Обе наступают потому, что урон нашей гордости представ ляет собой для нас ужасную опасность Причина этого чежит отчасти в под мене уверенности в себе гордостью, о чем мы уже говорили Но это еще не весь ответ Как мы увидим позднее, невротик живет в метаниях между уве ренностью в себе и презрением к себе, так что урон его гордости ввергае1 его в пропасть презрения к себе Это наиболее важная связь, помня о кото рои, мы поймем многие приступы тревоги

Хотя обе реакции — и страх, и ярость — могуг в нашем собственном сознании не иметь ничего общего с i ордостью, они, как дорожные знаки

—98

*Глава 4 Невротическая гордость*

указывают нужное направление Вопрос еще более затемняется, если даже эти вторичные реакции не проявляются как таковые, потому что, по раз ным причинам, в свою очередь подавляются В этом случае они ведут или вносят свой вклад в определенную симптоматику психотические эпизоды, депрессии, пьянство, психосоматические расстройства Или же потреб ность держать на привязи эмоции гнева и страха может вообще “расплю щить” наши эмоции Не только гнев и страх, но все чувства притупляются и оскудевают

Злокачественность невротической гордости состоит в сочетании ее жиз неннои важности для человека с тем, что она делает его чрезвычайно уязви мым 3i а ситуация создает напряжение, которое из за его силы и посто янства столь невыносимо, что от него ищут избавления *автоматически пытаясь залечить гордость от полученной раны или избегая того, что ей угрожает*

Потребность сохранить лицо не терпит отчагательств, и есть не один путь осуществить ее На самом деле этих путей, i рубых и тонких, столько, что я должна ограничиться самыми важными и распространенными Самый эффективный и, видимо, самый частый связан с порывом отомстить за то, что воспринимается как унижение Мы обсуждали его, как враждебную реакцию на боль раненой гордости и на опасность того, что нашу гордость ранят Но мщение может быть вдобавок средством самоутверждения Оно включает веру в то, что, вернув оскорбление обидчику, мы восстановим нашу гордость Эта вера основана на чувстве, что обидчик, в ситу своей способности задевать нашу гордость, поставил себя выше нас и нас унизил Отомстив и обидев его больше, чем он нас, мы перевернем ситуацию Мы будем торжествовать, а он будет побежден и унижен Цель невротической мести не “сквитаться”, а “вернуть с лихвой” Ничто меньшее, чем полное торжество, *не может* восстановить воображаемого величия, замешанного на гордости Именно способность залечивать гордость придает невроти ческой мстительности невероятное упорство и отвечает за ее компупь сивный характер

Поскольку мстительность мы позже обсудим подробнее \*, сейчас я только представлю в общих чертах некоторые ее существенные моменты Поскольку способность отомстить столь важна для восстановления гордо сти, она сама может быть ее предметом В сознании определенного невро тического типа она равняется силе, и часто — это единственная известная ему сила И наоборот, неспособность “дать сдачи” обычно отмечается как слабость, неважно, внутренние или внешние факторы запрещают мститель ные действия Следовательно, когда такой человек считает себя унижен ным, а внешняя или внутренняя ситуация не позволяет ему отомстить, от страдает вдвойне от первоначального “оскорбления” и от “поражения”, противоположного мстительному торжеству

См в главе 8 о “решении захватить все вокруг” —99—

***Карен Хорни*** *Невроз и шчностныи рост*

Потребность в мстительном торжестве, как утверждалось ранее, обыч ная составляющая погони за славой Если это основная мотивирующая сила в жизни, она образует порочный круг, из которого выйти труднее всего Желание подняться над другими любым возможным путем так огромно, что укрепляет всю потребность в славе, а с нею — невротическую гордость Воспаленная гордость в свою очередь усиливает мстительность и тем самым — потребность в торжестве

Следующий по важности путь восстановления гордости — это потеря интереса к ситуации в целом или к людям, как то ранившим эту гордость Многие люди утрачивают интерес к спорту, политике, интеллектуальным занятиям и т д потому, что их нетерпеливое желание превзойти всех, еде лать нечто совершенное не находит удов ютворения Ситуация может стать настолько нестерпимой для них, что они все бросают Они не знают, что случилось им просто становится неинтересно, и вместо прежнего дела они могут заняться тем, что гораздо ниже их возможностей Хорошему преподавателю поручают задание, которое он не может выполнить сразу или считает зазорным, и у него падает интерес к преподаванию Такие изме нения установок связаны также с процессом обучения Одаренный человек начинает с энтузиазмом учиться актерскому мастерству или живописи Его учителя или друзья находят его многообещающим и вдохновляют его Но при всех своих дарованиях, назавтра он все еще не Бэрримор или Рену ар Ему становится ясно, что он — не единственное дарование в его классе Его первые шаги, естественно, неловки Все это ранит его гордость и он может внезапно “понять”, что драматическое искусство или живопись “не его”, и “на самом деле” он никогда не интересовался этим Он охлаж дается, пропускает занятия и скоро совсем забрасывает дело Потом он принимается за что то другое, только чтобы повторилось то же самое Час то по экономическим причинам или по инерции он продолжает заниматься выбранным делом, но с таким безразличием, что из его занятия не выходит ничего путного

Тот же процесс идет и в отношениях с людьми Конечно, человек может перестать нам нравиться по серьезным причинам мы сперва переоцени *м* его, или наше развитие повело нас в разные стороны Но в любом случае стоит задуматься, почему наша симпатия обернулась равнодушием, а не сваливать все на нехватку времени или изначальные ошибки Может быть на самом деле получилось так, что эти отношения задели нашу гордость Может быть, наш приятель сравнил нас не в нашу пользу с другим своим приятелем Может быть, он стал меньше нас уважать Мы поняли, что под вели его, и нам перед ним стыдно Все это может надорвать и брак и любовь, и тогда мы склонны остановиться на мысли “Я больше не люблю его”

Все эти уходы включают в себя много напрасной потери сил и часто много горя Но самое печальное в них то, что мы терям интерес к нашему реальному Собственному Я, потому что не гордимся им, и к этой теме мы еще вернемся

— 100—

*Глава 4 Невротическая гордость*

Есть и другие кривые пути восстановления гордости, хорошо известные, но редко понимаемые в таком контексте Мы можем, например, сказать что то, что потом кажется нам глупостью — неуместным, бестактным, высоко мерным, заискивающим,— и можем забыть сказанное, отрицать его или утверждать, что имели в виду совсем не это Такое отрицание сродни иска жению происшедшего — уменьшению нашей доли участия, опусканию оп ределенных обстоятельств, преувеличению других, истолкованию в свою пользу — ив конце концов мы отмыты добела, и наша гордость невредима Неприятное происшествие можно оставить в памяти, но отряхнуть с него грязь извинениями и оправданиями Да, я устроил безобразную сцену, но я три ночи не спал, и не я ее начал Я его обидел, был нескромен, невни мателен, но с добрыми намерениями Я подвел друга, который на меня пона­деялся, но у меня не было времени Все эти извинения могут быть отчасти или полностью верны, но они служат не смягчающими обстоятельствами, а пол ностью сглаживают происшедшее Сходным образом, многие люди считают, что выразить сожаления по поводу сделанного означает исправить ошибку

У всех этих механизмов есть общая тенденция — отказ принять на себя ответственность Забываем ли мы то, чем нам не приходится гордиться, или приукрашиваем, или обвиняем кого то другого — мы хотим сохранить лицо, не признаваясь в этом откровенно Отказ от ответственности можно спрятать за псевдообъективностью Пациент может делать проницатель ные наблюдения над собой и давать вполне точный отчет о том, что ему в себе не нравится На поверхности это выглядит как восприимчивость и честность перед собой Но “он” может быть только умным наблюдателем над тем парнем, который так зажат, перепуган или высокомерно требовате лен Следовательно, поскольку он за этого парня не отвечает, его гордость молчит — тем более, что ее проблески относятся как раз к способности быть острым объективным наблюдателем

Другие не заботятся об объективности к себе или даже о правде Но когда такой пациент, несмотря на то что ei о установка влечет за собой все стороннюю уклончивость, все таки осознает у себя некоторые невротичес кие склонности, он может провести искусное отграничение “себя” от своего “невроза” или своего “бессознательного” Его “невроз” — это что то зага дочное, не имеющее ничего общего с “ним” Есть чему удивиться Выходит, для него — это средство сохранить не просто лицо, а жизнь или, по крайней мере, здоровье Уязвимость его гордости принимает столь преувеличенные размеры, что он надорвался бы, пытаясь взять на себя свои расстройства

И последнее средство сохранить лицо, о котором следует здесь упомя нуть,— это юмор Естественно, это признак внутреннего освобождения, когда пациент может прямо признать свои трудности и принять их с долей юмора Но некоторые пациенты в начале анализа непрерывно отпускают шутки на свои счет или столь драматически преувеличивают свои труд ности, что они начинают казаться забавными, и в то же время эти пациенты до абсурда чувствительны к любой критике В этих случаях юмор исполь зуется, чтобы вытащить жало нестерпимого иначе стыда

—101 —

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

Итак, есть разные средства залечить гордость, когда она была ранена Но она так уязвима и чувствительна, что требует мер защиты *на оудущее* Невротик создает искусную *систе иу избегании* в надежде обойти будущие угрозы для его гордости Это тоже автоматический процесс Он не отдает себе отчета, что хочет избежать чего-либо, потому что это может ранить его гордость Он просто избегает этого, часто даже и того не осознавая Процесс этот касается и деятельности, и отношении с людьми, и может стать препят ствием для реалистических стремлении и усилии Если он захватывает боль шие области, то фактически калечит человеку жизнь Человек не начинает никакого серьезного дела, отвечающего его дарованиям, из страха, что ему не удастся дойти до самой сияющей вершины успеха Он хотел бы стать писателем или художником, но не осмеливается начать Он хотел бы поуха живать за девушками, но вдруг они отвергнут его9 Он не осмеливается путешествовать, чтобы не попадать в неловкие ситуации с администратора ми гостиниц и носильщиками Или он осмеливается ходить только туда, где его хорошо знают, чтобы не почувствовать себя пустым местом рядом с незнакомыми Он бежит от общества, чтобы не быть там неловким В ито­ге, в соответствии со своим экономическим по южением, он или ничем не занимается, или выполняет посредственную работу, жестко ограничивая свои расходы Во многих смыслах он живет ниже своих возможностей Со временем ему уже становится необходимо отходить от других все дальше и дальше, потому что он не может взглянуть в лицо факту, что плетется в хвосте своей возрастной группы и, следовательно, избегает сравнении и вопросов о своей работе Чтобы как-то выносить свою жизнь, ему необхо­димо тверже окопаться в своем вымышленном мире, в мире фантазии Но поскольку все эти меры только прикрытие, а не лекарство для его гордости, он может начать взращивать свои невроз, потому что Невроз (с большой буквы) становится его алиби, оправданием отсутствия достижении

Это крайний случаи, и излишне говорить, что гордость не единстве ныи, хотя и существенный, фактор, отвечающий за такое развитие Чаще избегания ограничены отдельными областями Человек может быть активен и результативен в тех областях, на которые у него наложено меньше запре тов и которые служат его с паве Он может, например, много и успешно трудиться, но избе! ать общества И напротив, он может чувствовать себя спокойно в общественной жизни или в роли Дон Жуана, но не отваживается на серьезную работу, которая послужит проверкой его способностей Ему хорошо в роли организатора, но он изберет любых личных отношении, потому что чувствует себя при этом уязвимым Среди множества страхов сопряженных с эмоциональной вовлеченностью (невротическая замкну тость), страх перед оскорблением гордости часто играет главную роль Кроме того, по многим причинам, человека может особенно пут ать перепек тива отсутствия из ряда вон выходящего успеха у противоположного пола Он (если это мужчина) бессознательно предчувствует, что стоит ему подои ти к женщине или вступить в сексуальные отношения с ней, его гордость пострадает Женщина представляет собой угрозу, угрозу его гордости

— 102

*Глава 4 Невротическая гордость*

Этот страх может быть достаточно силен, чтобы женщины перестали быть желанными для него, и он стал избегать гетеросексуальных отношений Запрет такого происхождения — не единственный, отвечающий за поворот к гомосексуальности, но он вносит свой вклад в предпочтение людей своего пола Гордость — враг любви

Избе! ание может относиться к различным специфическим вещам Кто то избегает публичных выстутении, кто то — спорта, кто-то разговоров по телефону Ьсли рядом есть другой, чтобы позвонил, принял решение или поговори ч с квартирной хозяйкой, пусть он это и сделает Наиболее веро ятно, что в таких конкретных вещах человек осознает свое увиливание, но в более широких областях оно часто затуманено установкой “Я не могу” или “Мне все равно”

Исследуя эти избегания, мы видим действие двух принципов, определя ющих их характер Первый — безопасность через oi раничение жизни Без опаснее отказываться, уходить, отвергать, чем рисковать своей гордостью Вероятно, ничто не демонстрирует столь впечатляющим образом, насколь­ко сильна бывает гордость, чем готовность ограничить свою жизнь до убо жества Второй принцип — безопаснее не пытаться, чем пытаться и потер петь неудачу Этот афоризм придает избеганию печать окончательности, потому что лишает человека даже шанса постепенно преодолеть свои труд ности, каковы бы они ни были Он нереалистичен, даже исходя из невро тических предрассуждении, потому что за него приходится заплатить не только ценой ненужных ограничении жизни, но в перспективе сами избе гания принесут глубочайший ущерб гордости Но невротик, конечно, не думает о перспективе Его заботит сиюминутная опасность ошибки и осуж дения Если он не будет делать никаких попыток, это на нем не скажется Он сумеет найти оправдание По крайней мере, он успокоит себя мыслью, что если бы попытался, то мог бы сдать экзамены, найти лучшую работу, завоевать эту женщину Часто это и более фантастичные мысли “Займись я музыкой или писательством, я превзошел бы Шопена или Бальзака”

Во многих случаях избегания простираются до наших желании иичми словами, они могут включать в себя наши желания Я упоминала людей, которые считают позорным поражением не получить желаемого Само желание тогда становится слишком большим риском Однако такая узда на желания означает резкое ограничение нашей жизни Иногда человеку при ходится избегать также любой мысли, которая Moina бы задеть ею гор дость Самое значительное из подобных избеганий — это бегство от мыслей о смерти нестерпима сама идея, что придется состариться и умереть, как и прочие смертные Дориан I рей Оскара Уайльда — художественное вопло щение гордости вечной юностью

Развитие гордости — логический исход, высшая точка и закрепление процесса, начатого погоней за славой Сначала у человека возникают отно сительно безобидные фантазии, в которых он отводит себе величественную

103

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

роль. Но он продолжает создавать свой идеальный образ, образ того чело­века, кем он “реально” является, мог бы быть, должен быть. Затем совер­шается решительный шаг: реальное Собственное Я затушевывается и энер­гия самореализации переключается на актуализацию идеального образа Требования являются его попыткой отстоять свое место в мире, место, адекватное значительности идеального образа и поддерживающее этот образ. С помощью своих Надо он заставляет себя актуализировать свое совершенство. И, наконец, он должен выработать систему личных цен­ностей, похожую на Министерство Правды в романе Джорджа Оруэлла “1984”, определяющую, что любить и принимать в себе, что прославлять, чем гордиться. Но эта система ценностей обязательно должна также опре­делять, что отвергать, презирать, ненавидеть, чего стыдиться, к чему испытывать отвращение. Одна система не может действовать без дру­гой. Гордость и ненависть к себе неразделимы: это разные стороны еди­ного процесса.

Глава 5 Ненависть и презрение к себе

Мы проследили, как невротическое развитие, начинаясь с самоидеали­зации, с неумолимой логикой шаг за шагом ведет к превращению системы ценностей в феномен невротической гордости. Это развитие на самом деле сложнее, чем было показано до сих пор. Оно усугубляется и осложняется другим, одновременно протекающим процессом, на вид противоположным, но сходным образом запущенным в ход самоидеализацией.

Попытаюсь объяснить вкратце. Когда человек смещает “центр тяжести” своей личности на идеальное Собственное Я, он не только возвеличивает себя; в неизбежно неверной перспективе предстает перед ним и его актуаль­ное Собственное Я он сам, каким он является в настоящий момент, его тело, его сознание, здоровое и невротическое. Возвеличенное Собствен­ное Я становится не только *призраком,* за которым он гонится, оно стано­вится мерой, которой мерится его актуальное бытие. И это актуальное бытие, рассматриваемое с точки зрения богоподобного совершенства, пред­стает таким невзрачным, что он не может не презирать его. Хуже того, динамически более важно, что человек, которым он актуально является, продолжает мешать ему, причем значительно мешать в его погоне за сла­вой, и поэтому он обречен ненавидеть “его”, то есть — себя. И поскольку гордость и ненависть к себе на самом деле представляют одно целое, я пред­лагаю называть всю совокупность факторов обычным словом: *гордыня* Однако ненависть к себе представляет собой совершенно новую для нас грань всею процесса, меняющую наш взгляд на него. Но мы намеренно откладывали до сих пор вопрос о ненависти к себе, чтобы сперва получить ясное представление о непосредственном влечении к актуализации идеаль­ного Собственного Я. Теперь нам предстоит дополнить картину.

Неважно, насколько неистово наш Пигмалион пытается переделать себя в блестящее, великолепное существо — его попытки обречены на неудачу. В лучшем случае он может устранить из поля своего зрения неко­торые досадные расхождения с идеалом, но они продолжают лезть ему в глаза. Факт остается фактом — ему приходится жить с самим собой: ест ли он, спит, моется, работает или занимается любовью, он сам всегда тут. Иногда он думает, что все было бы гораздо лучше, если бы он только мог развестись с женой, перейти на другую работу, сменить квартиру, отпра-

105—

***Кирен Хорни.*** *Невроз и 'шчностный рост*

виться в путешествие; но от себя все равно не уйдешь. Даже если он функ­ционирует, как хорошо смазанная машина, все равно остаются ограниче­ния — времени, сил, терпения; ограничения любого человека.

Лучше всего ситуацию можно описать, представив, будто перед нами два человека. Вот уникальное, идеальное существо, о вот — чужой, посто­ронний человек (актуальное Собственное Я), который всегда рядом, всюду лезет, мешает, все путает. Описание конфликта, как конфликта между “ним” и “чужим”, представляется вполне уместным, очень подходящим к тому, что чувствует наш Пигмалион. Более того, пусть даже он сбрасы­вает со счета фактические неувязки, как не относящиеся к делу или к нему самому, он никогда не сможет так далеко убежать от себя, чтобы “не отме­чать” \* их. Он может иметь успех, дела его могут идти очень неплохо, или он может уноситься на крыльях фантазии к сказочным достижениям, но он, тем не менее, всегда будет чувствовать себя неполноценным или неза­щищенным. Его преследует грызущее чувство, что он обманщик, подделка, уродец — чувство, которое он не может объяснить. Его глубинное знание о себе недвусмысленно проявляется в его сновидениях, когда он близок к собственной реальности.

Наяву эта реальность вторгается болезненно и тоже узнаваема безоши­бочно. Богоподобный в своем воображении, он неловок в обществе. Он хочет произвести неизгладимое впечатление на этого человека, а у него трясутся руки, он заикается или краснеет. Ощущая себя героем-любовни­ком, он может вдруг оказаться импотентом. Разговаривая в воображении с шефом как мужчина, в жизни он выдавливает только глупую улыбку. Изу­мительное замечание, которое могло бы повернуть спор и все раз и навсег­да уладить, приходит ему в голову только на следующий день. Как ни хо­чется ему сравниться с сильфом в гибкости и изяществе, это никак не полу­чается, потому что он переедает, и не в силах удержаться от этого. Актуальное, данное в опыте, Собственное Я становится досадной, оскор­бительной помехой, чужим человеком, с которым случайно оказалось связанным идеальное Собственное Я, и оно оборачивается к этому чужаку с ненавистью и презрением. Актуальное Собственное Я становится жертвой возгордившегося идеального.

Ненависть к себе делает видимым раскол личности, начавшийся с сотво­рения идеального Собственного Я. Она означает, что идет война. И дейст­вительно, это —существенная характеристика каждого невротика: он воюет с самим собой. На самом деле, имеют под собой основу два различных кон­фликта. Один из них — внутри его гордыни. Как станет ясно позднее, это потенциальный конфликт между влечением к захвату и влечением к сми­рению. Другой, более глубокий конфликт, это конфликт между гордыней

*\** См “Невротическая личность нашею времени”, где я использовала термин “отмечать” *т. w* описания того факта, что мы в пубине души знаем, что происходит, пусть даже происходя­щее и не достигает нашего сознания

- 106—

*Глава 5 Ненависть и презрение к себе*

и реальным Собственным Я. Реальное Собственное Я, хотя и оттесненное на задний план, подавленное гордыней при восхождении к власти, все еще потенциально могущественно и может при благоприятных обстоятельст­вах вновь войти в полную силу. Характеристики и фазы его развития мы обсудим в следующей 1лаве.

Второй конфликт в начале анализа вовсе не очевиден. Но по мере того как слабеет гордыня и человек становится ближе к самому себе, начинает понимать, что он чувствует, знать, чего он хочет, постепенно отвоевывает свою свободу выбора, принимает решения и берет на себя ответствен­ность,— противостоящие силы выстраиваются в боевом порядке. Начина­ется открытый бой гордыни с реальным Собственным Я. Ненависть к себе направляется уже не на ограничения и недостатки актуального Собствен­ного Я, а на вышедшие из подполья конструктивные силы реального Собст­венного Я. Это конфликт большего масштаба, чем любой другой невротиче­ский конфликт, о котором говорилось до сих пор. Я предлагаю называть его *центральным внутренними конфликтом \*.*

Я бы хотела вставить здесь теоретическое замечание, помогающее более четкому пониманию конфликта. Когда ранее, в других моих книгах, я использовала термин “невротический конфликт”, я имела в виду кон­фликт между двумя несовместимыми компульсивными влечениями. Но цен­тральный внутренний конфликт — это конфликт между здоровыми и невро­тическими, конструктивными и деструктивными силами. Поэтому мы дол­жны расширить наше определение и сказать, что невротический конфликт может быть как между двумя невротическими силами, так и между здоро­выми и невротическими силами. Это важное различие, не только в смысле прояснения терминологии. Есть две причины, по которым конфликт между гордыней и реальным Собственным Я обладает большей власгью раско­лоть нас, чем другие конфликты. Первая причина — в различии между час­тичной и тотальной вовлеченностью в конфликт. По аналогии с государст­вом, это различие между столкновением групповых интересов и граждан­ской войной. Вторая причина лежит в том факте, что за свою жизнь борется самая сердцевина нашего существа, наше реальное Собственное Я со ссоей способностью к росту.

Ненависть к реальному Собственному Я более удалена от осознания, чем ненависть к ограничениям актуального Собственного Я, но она создает вечный подземный источник ненависти к себе, пусть даже на передний план выступает ненависть к ограничениям актуального Собственного Я. Следо­вательно, ненависть к реальному Собственному Я может проявляться поч­ти в чистом виде, тогда как ненависть к актуальному Собственному Я — всегда смешанное явление. Если, например, наша ненависть к себе прини­мает форму беспощадного осуждения за “эгоистичность”, то есть за любую попытку сделать что-либо для себя, она, может быть (и даже наверное),

Вслед за доктором Мюриз1 Айвимей (Muriel Ivimey) — 107—

***Карен Хорчи*** *Невроз и личностный рост*

яв шется как ненавистью за несоответствие *абсолюту* святости, так и спо собом раздавить наше реальное Собственное Я

Немецкий поэт Христиан Моргенштерн очень точно изобразил при роду ненависти к себе в стихотворении “Растет моя горечь” \*

Я стану жертвой самого себя —

Во мне живет другой, тот, кем я мог бы быть

И он меня пожрет в конце концов

Он словно конь, что вскачь летя,

Волочит по земле беднягу, к нему привязанного,

Словно колесо, в котором я верчусь, не взвидя света

Он фурии подобен, что вцепилась

В окаменевшую от страха жертву Он — вампир,

Мне сердца кровь сосущий каждой ночью

Поэт в немногих строках передал весь процесс Мы можем, говорит он, возненавидеть себя обессиливающей и мучительной ненавистью, настопь кои деструктивной, что окажемся беспомощны против нее и можем физиче ски себя разрушить Но мы ненавидим себя не потому, что ничего не стоим а потому, что нас тянет вылезти из кожи, прыгнуть выше головы Нена висть, заключает поэт, происходит от расхождения между тем, кем я мог бы быть, и тем, что я из себя представляю И это не просто раскол, это жесто кая, убийственная битва

*Власть и упорство ненависти к себе* удивительны даже для анали тика, знакомого с путями ее воздействия Пытаясь найти причины ее i ту бины, мы должны понять ярость возгордившегося Собственного Я, чувст вующего, что актуальное Собственное Я на каждом шагу унижает его, мешает взлететь Мы также должны принять во внимание, какое предельно важное значение имеет эта ярость Ведь сколько бы невротик ни пытался относится к себе как к бесплотному духу, его жизнь и, следовательно достижение славы *зависит* от актуального Собственного Я Если он убьет ненавистное Собственное Я, он убьет и возвышенное Собственное Я, как Дориан Грей, вонзивший нож в свои портрет, о1ражающии ei о деградацию Ьсли бы не эта зависимость, самоубийство было бы логическим заверше нием ненависти к себе На самом деле, самоубийство спучается сравни тельно редко и происходит в результате сочетания факторов, из которых ненависть к себе — далеко не единственный С друюи стороны, зави симость делает ненависть к себе более жестокой и беспощадной, как это бывает в случае любой бессильной ярости

Хуже того, ненависть к себе является не только результатом самовозве личивания, но и служит для его поддержания Точнее, она служит влечению актуализировать идеальное Собственное Я и обрести цельность на подоб ном возвышенном уровне, исключая все, что этому противоречит Самое

\* Соорник *“По многим путли” (“Auf vielen We^en* >) Мюних 1921 108—

*Глава 5 Ненависть и презрение к сеое*

осуждение несовершенств подтверждает богоподобные нормы, с которыми человек себя отождествляет Эту функцию ненависти к себе мы можем наблюдать при анализе Когда мы открываем ненависть пациента к себе, у нас может возникнуть наивное ожидание, что пациент очень захочет от нее избавится Ино1да подобная здоровая реакция действительно наблюда ется Но чаще мы встречаемся с двойственностью пациента Он не может не признавать обременительность и опасность ненависти к себе, но может считать восстание против своего ярма более опасным Он будет с большой убедительностью говорить о ценности высоких норм и опасности распус титься, относясь к себе снисходительно Или же он постепенно откроет нам свое убеждение, что вполне заслуживает того презрения, с которым относится к себе, а такое убеждение указывает, что он еще не способен при нять себя на более мягких условиях, чем его жесткие завышенные нормы

Третий фактор, делающий ненависть к себе столь жестокой и беспо щаднои, мы уже упоминали Это отчуждение от себя Проще i оворя, нев ротик не испытывает никаких чувств к себе Прежде чем осознание того, что он ломает себя, приведет его к конструктивным шагам, он должен хотя бы почувствовать свои страдания, пожалеть себя Или, беря иной аспект, он должен откровенно признаться себе в собственных желаниях, прежде чем осознание, что он сам себя фрустрирует, начнет беспокоить его или хотя бы интересовать

*Но сознается ли ненависть к себе^* То, что выражено в “Гамлете”, “Ричарде Третьем” или в приведенном выше стихотворении, не просто проницательный взгляд поэта на муки человеческой души Многие люди в течение долгого или короткого промежутка времени переживают нена висть к себе или презрение к себе как таковое В них может вдруг ярко вспыхнуть чувство “Я ненавижу себя” или “Я презираю себя”, они могут быть в ярости на себя Но такое яркое переживание ненависти к себе слу чается только в периоды несчастья и забывается, когда беда проходит Как правило, вопрос о том, не были ли эти чувства или мысли чем то большим, чем временной реакцией на “неудачу”, “глупость”, ощущение плохого поступка или на осознание внутрипсихического препятствия, даже не воз никает Следовательно, и не возникает осознания гибельной и постоянной ненависти к себе

Что касается формы ненависти к себе, выражающейся в самообвине ниях, то степень ее осознания бывает настолько разной, что трудно делать какие то обобщения Невротики, замкнувшиеся в скорлупе собственной правоты, так сильно заставляют замолчать голос самообвинении, что ничего и не достигает осознания В противоположность им смиренный тип лично сти откровенно выражает свое чувство вины и высказывает упреки самому себе или выдает существование таких чувств постоянными извинениями или самооправданиями Словом, индивидуальные отличия степени осозна ния весьма значительны Позже мы обсудим их смысл и происхождение Но из этого не следует делать вывод, что смиренный тип личности осознает

109

***Карен Хорнч*** *Невроз и шчностныи рост*

свою ненависть с себе, потому что даже невротики, осознающие свои само обвинения, не осознают ни их силу, ни их разрушительный характер Они не осознают и тщету самообвинении, а склонны считать их доказательством своей высокой нравственной чуткости Они не сомневаются в их закон ности, и, фактически, не могут сомневаться пока судят себя по меркам богоподобного совершенства

Однако почти все невротики осознают *результат* ненависти к себе чувство вины и неполноценности, чувство, что их что-то сдавливает и тер зает Но они ни в малейшей степени не осознают, что это они сами вы зывают у себя эти мучительные чувства, сами так низко оценивают себя И даже крохи имеющегося у них осознания может смести прочь невротиче екая гордость Вместо того чтобы страдать от чувства задавленности, они гордятся “отсутствием эгоизма”, “аскетизмом”, “жертвенностью”, “вер ностью долгу”, которые могут укрывать бездну грехов против самого себя

Вывод, к которому мы приходим на основе этих наблюдении, состоит в том, что ненависть к себе по всей своей сути — бессознательный процесс В конечном счете анализ показывает, что жизненно важно *не осознавать его* влияния Это главная причина того, что основная часть процесса обычно выносится вовне, то есть переживается как происходящее не внутри са мого индивида, а между ним и внешним миром Мы можем [рубо разде лить вынесение вовне ненависти к себе на активное и пассивное В первом случае это попытка развернуть ненависть наружу, направив ее на жизнь, судьбу, общественные институты или на людей Во втором — ненависть продолжает быть направленной на самого человека, но переживается как идущая извне В обоих случаях напряжение внутреннего конфликта ослаб ляется его превращением в межличностныи В дальнейшем мы обсудим особые формы, в которые может облекаться этот процесс и его влияние на межчеловеческие отношения Я говорю о нем сейчас только потому, что многие виды ненависти к себе доступнее всего для наблюдения и описания в их экстернализованных формах

Выражения ненависти к себе в точности те же, что и в меж личностных отношениях Покажем последние на историческом материале, еще свежем в нашей памяти Гитлер ненавидел евреев, залу! ивал и обвинял их во всякой грязи, унижал их, поноет их публично, грабил и отнимал у них все, что только можно и как только можно, лишал надежды на будущее и в доверше ние систематически прибегал к пыткам и убийствам В более цивилизован ной и замаскированной форме мы можем наблюдать все эти выражения ненависти в повседневной жизни, в семьях или между соперниками

Мы должны теперь изучить *основные выражения ненависти к свое* и их непосредственное влияние на индивида Все они изображены великими писателями В психиатрической литературе тоже большая часть представ ленных данных (со времен Фрейда) была описана как самообвинение, само умаление, чувство неполноценности, неспособность радоваться, прямые саморазрушительные действия, мазохистские склонности Но, помимо

— 110

*Глава 5 Ненависть и презрение к сеое*

теории Фрейда об инстинкте смерти и ее разработок, проведенных Францем Александером и Карлом Меннингером\*, не было предложено ни одной современной теории, которая могла бы объяснить этот феномен Однако теория Фрейда, хотя и работающая со сходным клиническим материалом, основана на совсем иных предпосылках, чем наши, что в корне меняет пони мание рассматриваемых проблем и терапевтический подход к ним Эти раз­личия будут рассмотрены далее

Чтобы не потеряться в деталях, давайте выделим шесть *видов деист вия* или выражения ненависти к себе, памятуя о том, что все они частично перекрываются npyi с другом Это безжалостные требования к себе, беспо щадные самообвинения, презрение к себе, фрустрация себя, мучение себя и саморазрушение

Когда в предыдущих главах мы обсуждали *требования к себе,* мы рас сматривали их как применяемое невротической личностью средство переде лать себя в свои идеал Но мы также утверждали, что внутренние предписа ния образуют систему принуждения, тиранию и что у человека может воз никать шок и паника, когда ему случается не выполнить их Мы теперь подготовлены, чтобы полнее понять, что отвечает за принуждение, что делает попытки угодить тирании столь неистовыми и почему ответ на “не удачу” бывает таким глубинным Невротические “Надо” определены нена вистью к себе в той же сгепени, что и гордостью, и все фурии ненависти к себе срываются с цепи, когда эти “Надо” не выполнены Их можно срав нить с ограблением, когда грабитель направляет револьвер на человека, говоря “Отдавай все что есть, а не то продырявлю” Вооруженный граби тель, видимо, че товечнее Рму можно уступить и тем спасти свою жизнь, а вот “Надо” неумолимы Кроме тог о, пусть грабитель даже нас застрелит, при всей непоправимости смерти, она кажется не такои жестокой, как пожизненное страдание от ненависти к себе Процитирую письмо пациента “Его реальную суть душит невроз, чудовище Франкенштейна, задуманное для защиты Небольшая разница жить в тоталитарном i осу дарстве или в собственном неврозе, в любом случае все закончится концлагерем, где вся штука в том, чтобы разрушить человека так, чтобы ему было как можно больнее” \*\*

“Надо” фактически разрушительны по самой своей природе Но пока что мы видели лишь одну грань их деструктивности они надевают на чело века смирите льную рубашку и лишают внутренней свободы Даже если он умудряется достичь совершенства манер, это происходит только за счет его непосредственности и подлинности его чувств и верований Це ib Надо, как и цель любой политической тирании,— в истреблении индивидуаль ности Они создают атмосферу подобную той, которая описана Стендалем

\* Ф Александер *“.Психоанализ личности в целом”* (Franz Alexander “ *The ps} choancilysis*

*oj the Total Pe/sonality”)* 1930 К Мсннингер *“Че ювек против сеоя самого”* (Karl

A Menninger *“Man Against Himself”)* 1938

\* Опубликовано в *“Американской психоаналитическом журнале” (“.American Journal of Psychoanalysis”)* N IX 1949

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

в “Красном и черном” (или Оруэллом в “1984”), когда любые личные чув­ства и мысли подозрительны. Они требуют беспрекословного подчинения, которое человек даже и не считал бы подчинением.

Кроме того, разрушительный характер многих Надо ясен уже из их содержания. В качестве иллюстрации я приведу три Надо, которые дейст­вуют в условиях болезненной зависимости и в этом контексте получают дальнейшее развитие: “Я Должен быть достаточно велик, чтобы ни на что не возражать”; “Мне Надо заставить ее любить меня”; “Я Должен пожер­твовать абсолютно всем для "любви”!" Сочетание этих трех Надо действи­тельно обречено увековечить пытку болезненной зависимостью. Другое частое Надо требует от человека полной ответственности за своих род­ственников, друзей, учеников, подчиненных и т.д. Ему Надо решить чьи угодно проблемы для немедленного удовлетворения этого лица. Это под­разумевает: все, что идет не так, идет по его упущению. Если друг или родственник чем-то расстроен, жалуется, критикует, недоволен или хочет чего-то, такой человек не может не превращаться в беспомощную жертву, которая должна почувствовать свою вину и все уладить. Он, цитируя паци­ента, “вроде как загнанный управляющий летней гостиницы”: гость всегда прав. Произошла ли какая-то неприятность по его вине или нет, на самом деле неважно.

Этот процесс прекрасно описан в книге французского писателя Жана Блоха-Мишеля “Свидетель”. Главный герой и его брат отправляются рыба­чить. Лодка протекает, начинается шторм, и она переворачивается. У брата повреждена нога, он не может плыть в бушующей воде. Он обречен утонуть. Герой пытается плыть к берегу, поддерживая брата, но скоро понимает, что не в силах это делать. Перед ним встает выбор: утонуть им обоим или спа­стись ему одному. Ясно понимая это, он решает спастись. Но он чувствует себя убийцей, настолько сильно, что убежден, что и все вокруг будут так к нему и относиться. Доводы рассудка бесполезны, да и не могут помочь, пока он исходит из предпосылки, что он Должен быть ответственен в *любом* случае. Конечно, это крайняя ситуация. Но эмоциональный отклик героя в точности показывает, что чувствует человек, движимый данным Надо.

Человек может взваливать на себя задачи, губительные для всего его существования. Классический пример такого рода Надо “Преступление и наказание” Достоевского. Раскольников считает, что ему Надо убить человека, чтобы доказать себе свои наполеоновские качества. Как недву­смысленно показывает нам Достоевский, несмотря на то что Раскольников во многом негодует на устройство мира, ничто так не противно его чувст­вительной душе, как убийство. Ему приходится замордовать себя до такой степени, что он становится способен его совершить. То, что он чувствует при этом, выражено в его сне о лядащей лошаденке, которую пьяный мужик пытается заставить тащить непосильно тяжелую телегу. Он по-скотски бес­пощадно хлещет ее кнутом и в конце концов забивает до смерти. Расколь­ников с глубоким состраданием рвется к лошаденке.

— 112—

*Глава 5. Ненависть и презрение к себе*

Это сновидение посещает его в то время, когда внутри него самого происходит страшная борьба. Он считает, что Должен быть в состоянии убивать, но это ему настолько мерзко, что он просто этого не может. В сно­видении ему является бесчувственная жестокость, с которой он заставляет сделать себя нечто столь же невозможное, как невозможно для лошаденки утянуть воз с бревнами. Из глубин его существа поднимается сострадание к себе за то, что он учиняет над собой. Испытав во сне истинные чувства, он ощущает себя более цельно с самим собой и решает никого не убивать. Но вскоре после этого наполеоновское Собственное Я снова берет верх, пото­му что в этот момент его реальное Собственное Я настолько же беспомощ­но против него, как надрывающаяся лошаденка против пьяного мужика.

Третий фактор, делающий Надо деструктивными и более других ответ­ственный за их принудительный характер, это ненависть к себе, которая может обрушиться на нас за нарушение Надо. Иногда эта связь вполне ясна или легко устанавливается. Человек не оказался таким всезнающим или всевыручающим, каким, он считает, ему Надо быть, и, как в “Свидетеле”, полон необоснованных упреков к себе. Чаще он не осознает, что нарушил приказ Надо, но ни с того ни с сего ему становится нехорошо, муторно, он чувствует тревогу, усталость или раздражение. Давайте вспомним случай женщины, которая вдруг испугалась собаки, когда ей не удалось взобрать­ся на вершину горы. Ее переживания следовали в таком порядке: сперва она пережила свое разумное решение бросить попытки взобраться на гору как неудачу,— в свете предписания справиться с чем угодно, оставшегося для нее неосознанным. Затем последовало презрение к себе, тоже оставшееся неосознанным. Следующим был ответ на “самооплевывание” в виде чув­ства беспомощности и испуга, и это был первый эмоциональный процесс, достигший осознания. Если бы она не анализировала своих чувств, ее испуг остался бы загадкой, поскольку никак не сочетался с тем, что ему предше­ствовало. В других случаях на уровне сознания оказываются только пути, которыми человек автоматически защищает себя от ненависти к себе, такие, как его особые пути смягчения тревоги (приступы прожорливости, запои, бегание по магазинам и т.п.), или чувство, что он опять стал жертвой дру­гих людей (пассивное вынесение вовне), или чувство раздражения (активное вынесение вовне). У нас еще будет возможность посмотреть с разных точек зрения, как проходят эти попытки самозащиты. В настоящий момент я хочу обсудить еще одну подобную попытку, поскольку она легко ускользает от внимания и может завести лечение в тупик.

Эта попытка предпринимается, когда человек находится на грани бессо­знательного понимания, что ему, видимо, не удастся жить как Надо. Тогда может случиться так, что пациент, разумный в других отношениях и сотруд­ничающий с аналитиком, вдруг приходит в возбуждение и ударяется в дикую обиду на всех и на все: родственники ездят на нем, шеф приди­рается, зубной врач изуродовал ему зубы, от анализа никакого проку и т. д.

- 113 —

***Карек Хорни*** *Невроз и личностный рост*

Он может вести себя достаточно оскорбительно с аналитиком и взры ваться дома

Когда мы пытаемся понять, что его расстраивает, первое, что поражает нас, это его настоятельные требования особого внимания В соответствии со своей ситуацией, он может настаивать на том, чтобы ему больше помо гали на работе, чтобы мать или жена оставили его в покое, чтобы аналитик уделял ему больше времени, чтобы в школе сделали для него исключение Наше первое впечатление при этом, что у него сумасшедшие требования и чувство фрустрации от их неисполнения Но когда к этим требованиям при влекают внимание пациента, его сумасшествие усиливается Он может стать еще более враждебным Ьсли мы слушаем внимательно, то обнаружи ваем сквозную тему ei о оскорбительных замечании Он как будто хочет ска зать “Ты, проклятая дура, не видишь, что ли, что мне и правда что то нуж но9” Если мы припомним, что требования проистекают из невротических потребностей, то увидим, что внезапное усиление требовании указывает на внезапное усиление довольно настоятельных потребностей Следуя за этим указанием, мы получаем шанс понять беду пациента Может оказаться, что сам того не зная, он понял, что не в силах выполнить некоторые из своих императивных Надо Он мог ощутить, например, что просто не сможет добиться успеха в важных любовных отношениях, что он перегрузил себя работой и при самых больших стараниях не сможет ее сделать, что опреде пенные проблемы, вышедшие наружу при анализе, поглощают ei о и даже невыносимы, или что они смеются над его поту1ами разогнать их одним усилием воли От такого понимания, в основном бессознательного, он впа дает в панику, потому что считает, что Должен быть в состоянии преодо леть все эти неприятности В этих у стовиях есть только два пути Пер выи — признать свои требования к себе фантастическими Второй — неис тово требовать, чтобы жизненная ситуация изменилась так, чтобы ему не приходилось лицом к лицу встречаться со своей “неудачей” В возбужде нии он выбрал второй путь, и задача лечения — показать ему первый путь

Для лечения очень важно признавать вероятность того, что в тот пе риод, ко1да пациент понимает невыполнимость своих Надо на бессознате ib ном уровне, такое понимание может стать почвой лихорадочных требова нии Это важно, потому что эти требования сами могут создать возбужден ное состояние, справиться с которым труднее всего Но это и теоретически важно Это помогает нам лучше понять ту настоятельность, которой отли чаются многие требования И это впечатляющая демонстрация того, как настоятельно требуется пациенту жить как Надо

И наконец, ее !и даже смутное понимание неудачи (или угрожающей не удачи) в том, чтобы жить как Надо, уже может вызвать неистовое отчаяние, есть серьезная внутренняя необходимость предотвратить такое понимание Мы видели, что один из путей, которыми невротик избегает его, это выпол нение Надо в воображении (“Мне Надо быть таким то, поступать так то — и вот, я такой и поступаю так” ) Теперь мы лучше понимаем, что этот, по видимости югкии и падкий, путь избегания правды на самом деле опреде

114

*Глава 5 Ненависть и презрение к сеое*

лен тайным ужасом перед столкновением с фактом, что он не живет и не может жить как Надо (в соответствии со своими внутренними предписа ниями) С юдоватепьно, это ил пострация к утверждению из первой главы что воображение находится на службе у невротических потребностей

Из многих бессознательных способов самообмана здесь необходимо прокомментировать только два, в силу их основополагающего значения Первый из них — снизить порог осознания самого себя Иногда способный к проницательным наблюдениям над другими, невротик свои собственные чувства, мысли или действия может упорно удерживать неосознанными Даже во время анализа, когда его внимание привлекают к определенной проблеме, он убегает от дальнеише) о обсуждения со словами “Ну, этого я не знаю ” или “Я этого не чувствую” Другой бессознательный способ, характерный для большинства невротиков ощущать себя только как суще ство реагирующее Это глубже, чем простое возложение вины на окружаю щих Здесь дело доходит до бессознательного отрицания их собственных Надо Жизнь при этом воспринимается как последовательность исходящих извне дергании и пинков Другими словами, вовне выносятся сами Надо

Подытожим сказанное более общими словами любой человек, оказав шиися под властью тирании, выберет средства обойти ее предписания Ьго вынуждают к двуличности, но в случае внешней тирании это, возможно, сознательная двуличность В случае внутренней тирании, которая сама по себе бессознательна, являющаяся ее результатом двуличность может иметь только характер бессознательного самообмана и притворства

Все эти механизмы предотвращают волну ненависти к себе, которая в противном случае последовала бы за осознанием “неудачи”, следова тельно, они обладают высокой субъективной ценностью Но они ослабляют и способность отличать ложь от истины, тем самым они фактически усили вают отчуждение от себя\* и увеличивают самовластие гордыни

Требования к себе, таким образом, занимают решающие позиции в струк туре невроза На них основываются попытки личности актуализировать свои идеальный образ Они способствуют росту самоотчуждения во первых, вынуждая человека к фальсификации непосредственных чувств и убеждении, и, во вторых, порождая всепроникающую бессознательную нечестность Они детерминированы ненавистью к себе, и, наконец, осознание своей неспособ ности их исполнить развязывает руки ненависти к себе Некоторым образом все формы ненависти к себе являются мерой наказания за невыполнение Надо, то есть способом внушить человеку идею, что он не будет испытывать ненависти h себе, если сможет быть настоящим сверхчеловеком

*Самообвинения* второе выражение ненависти к себе Большинство из них с беспощадной логичностью следуют из нашей центральной предпо сылки Если нам не удается достичь *абсолютного* бесстрашия, щедрости,

\* См паву 6 Отчуждение о г себя >

115

***Карен Хорни*** *Невроз и шчностныи рост*

самообладания, силы воли и т п , наша i ордость произносит приговор “виновен”

Некоторые самообвинения направлены против существующих внутрен них затруднении, поэтому они могут выгтядеть обманчиво рациональными В любом случае сам человек считает их полностью заслуженными В кон це концов, разве не похвальна такая стро) ость, соответствующая высоким нормам9 На самом деле он изымает затруднения из контекста и набрасы вается на них со всей яростью нравственного осуждения И он выносит себе приговор, не принимая во внимание, насколько может держать ответ за свои проблемы Каким образом мог он чувствовать, думать, поступать иначе, мог ли он хотя бы осознавать их, ровным счетом ничего не значит Невротическая проблема, которую нужно исследовать и проработать, таким образом превращается в отвратительную грязь, пятнающую человека, без надежды смыть ее Он не умеет, например, отстаивать свои интересы или свое мнение Он отмечает, что скорее уступал и упрашивал, когда Надо было четко выразить свое несогласие или защититься от экплуатации То что он это честно заметил, на самом деле не только полностью служит к его чести, но могло бы стать первым шагом к постепенному осознанию сил вынуждающих его упрашивать, когда лучше настаивать Вместо этого, под давлением деструктивных самоупреков, он начинает ругать себя за то что у него “кишка тонка” и он отвратительный трус, или же чувствует, что все вокруг презирают его за малодушие Следовательно, весь эффект от само наблюдения сводится к тому, что он чувствует себя “виноватым” или не полноценным, и в результате его заниженная самооценка еще более зани жается и затрудняет ему попытку постоять за себя в следующий раз

Аналогично, тот, кто явно боится змеи или водить машину, может быть прекрасно информирован о том, что такие страхи возникают под действием сил бессознательного, которыми он не управляет Его рассудок говорит ему, что нравственное осуждение “трусости” бессмысленно Он может даже спорить с собой, о том, “виноват” он или “не виноват”, решая то так то этак Но он, вероятно, не сможет прийти ни к какому заключению поскольку в этом споре участвуют разные уровни его бытия Как человече ское существо он может позволить себе быть подверженным страхам Но как богоподобное существо он Должен обладать атрибутом абсолютного бесстрашия, и может только ненавидеть и презирать себя за какие то там страхи Возьмем другой пример Писатель испытывает творческие трудно сти, потому что различные внутренние факторы превращают для него писа тельство в суровое испытание, “наказание Божие” Его работа поэтому продвигается медленно, он бездельничает или занимается чем то, не отно сящимся к делу Вместо того чтобы посочувствовать своему несчастью и исследовать его, он обзывает себя никчемным лентяем или обманщиком которому на самом деле нисколько не интересна его работа

Самообвинения в мошенничестве и обмане — наиболее распростра ненные Их не всегда прямо швыряют себе в лицо Чаще невротическая личность ощущает резу 1ьтат — ему тяжело, у него постоянные сомнения

*Ггава 5 Ненависть и презрение к себе*

ни с чем конкретным не связанные, то дремлющие, а то осознанно мучи тельные Иногда он отдает себе отчет только в своем страхе, который воз никает у него в ответ на самообвинения, в страхе быть уличенным если бы люди знали его лучше, они бы увидели, какая он дрянь На следую­щем выступлении его некомпетентность выйдет наружу Люди поймут, что он только выставляется, а за спиной у него — никаких твердых познании И опять остается неизвестным, что именно может “стать ясно” при близком общении с ним или в ситуации некой проверки, испытания Однако этот самоупрек не взят из воздуха Он относится к общей массе бессознательных претензии невротика — претензии на любовь справедливость, интерес знания, скромность Распространенность именно этого самообвинения соот ветствует распространенности претензии при неврозе Его деструктив ныи характер виден и здесь оно порождает только чувство вины и страха, а не помогает конструктивному поиску существующих бессознатель ных претензии

Другие самообвинения ударяют не столько по существующим затрудне ниям, сколько по мотивации что либо сделать Они могут показаться насто­ящим образцом честного самоисследования И только полный контекст позволит разобраться, действительно ли человек хочет узнать себя или только ищет у себя провинности, или же в нем присутствуют оба влечения Эта процедура тем более обманчива, что на самом деле наши мотивации редко бывают чистым золотом, чаще это сплав с металлами менее благород ными, чем это представляется И все таки, если главное в сплаве золото, мы до какой то черты можем называть его золотом Мы что то советуем другу Если при этом наша основная мотивация — дружеское намерение конструк тивно помочь ему, мы будем вполне удовлетворены Но не так думает тот, кого сжимают тиски выискивания собственных вин “Да, я дал ему совет, может быть, даже хороший совет Но я сделал это без радости Часть меня была недовольна, что пришлось побеспокоиться” Или же “Я сделал это, наверное, только чтобы порадоваться превосходству над ним, а может быть, и вообще отделался насмешкой, чтобы не забираться глубже в его ситуа цию” Все эти рассуждения обманчивы именно потому, что в них есть кру пица истины Hei лупыи посторонний наблюдатель может иногда прогнать такое наваждение Он может возразить “Положим, это все так Но разве не к твоей чести служит тот факт, что ты уделил другу время и был заинте ресован в том, чтобы реально помочь ему9” Жертве ненависти к себе ни когда не приходит в голову посмотреть на дело с такой точки зрения Уста вившись на свои вины, он за деревьями не видит леса Более toi о, если свя Щенник, друг или аналитик показывают ему вещи в верной перспективе, это его не убеждает Он вежливо соглашается с очевидной истиной, но про себя думает, что это все ободрения или утешения

На такие реакции стоит обратить внимание, ведь они показывают, как трудно освободить невротика от ненависти к себе Его ошибка в оценке ситуации в целом отчетливо видна Он может и сам видеть, что излишне

117—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

сосредоточивается на одних сторонах, упуская из виду другие. Тем не менее, его приговор себе остается в силе. Причина в том, что у его логики другие отправные точки, чем у здорового человека. Раз его совет не бы i *абсолютно* полезным, значит все его действия нравственно предосуди­тельны, и он начинает терзать себя и отказывается позволить разубедить себя в своих самообвинениях. Эти наблюдения опровергают предполо­жение, которое иногда возникает у психиатров, что самообвинения толь­ко хитрость, применяемая, чтобы получить утешения и избежать обвинений и наказания. Конечно, бывает и так. И у детей и у взрослых по отношению к суровой власти это может быть не более чем стратегией. Но даже если так, нам следует не спешить с осуждением, а исследовать, зачем утешения нужны в таком количестве. Обобщая такие случаи и относясь к самообвине­ниям только как к стратегическому средству, мы сделали бы полностью неверную оценку их деструктивной силы.

Хуже того, самообвинения могут быть сосредоточены на внешних неблагоприятных условиях, неподконтрольных данной личности. Это наибо­лее очевидно у психотиков, которые могут обвинять себя, например, в убий­стве, о котором они прочли, или в наводнении на Среднем Западе за шесть­сот миль от них. На взгляд абсурдные, самообвинения часто являются харак­терным симптомом депрессивного состояния. Но самообвинения при неврозе, хотя и менее гротескные, могут быть столь же нереальными. Возь­мем для примера одну неглупую мать, чей ребенок упал с соседской веран­ды, играя там с другими детьми. Ребенок ушибся головой, но это не имело последствий. Мать жестоко обвиняла себя за беззаботность многие годы. Это полностью ее вина. Если бы она была рядом, ребенок не полез бы на перила и не упал бы. Эта мать готова была подписаться под тем, что гипер-опека над детьми нежелательна. Она, конечно, знала, что даже гиперопека-ющая мать не может быть рядом все время. Но приговор оставался в силе.

Сходным образом, молодой актер горько упрекал себя за временные неудачи в своей карьере. Он полностью отдавал себе отчет, что перед ним неподконтрольные ему препятствия. Обсуждая ситуацию с друзьями, он указывал на эти неприятные обстоятельства, но как бы защищаясь, словно для того, чтобы смягчить свое чувство вины и отстоять свою невинность. Если друзья спрашивали его, что же именно он мог бы сделать иначе, он не мог сказать ничего конкретного. Никакие тщательные выяснения, уговоры, подбадривания не помогали против самоупреков.

Этот вид самообвинений может возбудить наше любопытство, потому что гораздо чаще мы сталкиваемся с противоположным. Обычно невротик жадно хватается за любые трудности или неприятности, чтобы оправдаться:

он сделал все возможное, просто лез вон из кожи. Но другие (или ситуация, или внезапное несчастье) все испортили. Хотя эти две установки выглядят совершенно противоположными, в них, что достаточно странно, больше сходства, чем различий. В обоих случаях внимание отвлекается от субъек­тивных факторов и переключается на внешние. Им приписывается решаю­щая роль для счастья или успеха. Функция обеих установок — оградиться

11Я

*Ггава 5 Ненависть и презрение к себе*

от нападок самоосуждения за то, что не являешься своим идеальным Собст­венным Я. В упомянутых примерах действуют и другие невротические фак­торы, связанные со стремлением быть идеальной матерью или сделать бле­стящую актерскую карьеру. Женщина в то время была слишком поглощена своими собственными проблемами, чтобы быть последовательно хорошей матерью; актеру было трудно устанавливать необходимые контакты и соревноваться за получение работы. Оба до некоторой степени осознавали свои трудности, но упоминали их вскользь, забывали о них или слегка их приукрашивали. В счастливчике, которому все удается, это не поразило бы нас, как нечто ему несвойственное. Но в наших двух случаях (типичных в этом отношении) есть просто ошеломляющее расхождение между снисхо­дительным отношением к своим недостаткам с одной стороны, и беспощад­ными, безрассудными самообвинениями за неподконтрольные внешние события с другой стороны. Такие расхождения могут легко ускользнуть от нашего внимания, пока мы не понимаем их значения. А они дают важный ключ к пониманию динамики самоосуждения. Они указывают на такие ужас­ные личные недостатки, что личность вынуждена прибегнуть к мерам само­защиты. Таких мер две: “беречь” себя и перекладывать ответственность на обстоятельства. Остается вопрос: почему эта самозащита не помогает из­бавиться от самообвинений, по крайней мере, на сознательном уровне? Ответ прост: невротик не считает эти внешние факторы неподконтроль­ными. Или, точнее, они *не должны* быть неподконтрольными. Следова­тельно, все, что идет не так, бросает на него тень и разоблачает его позор­ные ограничения.

Самообвинения, о которых говорилось до сих пор, были направлены на что-то конкретное (на существующие внутренние затруднения, на мотива­ции, на внешнюю ситуацию), но есть и другие — смутные и неуловимые. Человек может мучиться от чувства вины, оставаясь неспособным связать ее с чем-то определенным. В своем отчаянном поиске причины он может, наконец, дойти до идеи, что это, видимо, вина за что-то, совершенное в пре­дыдущем воплощении. Но иногда появляются более конкретные самообви­нения, и он начинает верить, что теперь узнал, почему он себя ненавидит. Давайте предположим что он решил: “я не интересуюсь другими людьми и мало что для них делаю”. Он очень старается изменить свою установку и надеется, что тем самым избавится от ненависти к себе. Но если даже он реально обратился к себе, такие усилия хотя и делают ему честь, не избавят его от врага, потому что он поставил телегу впереди лошади. *Он ненави­дит себя не потому, что его упреки к себе отчасти верны,* а, *скорее, он обвиняет себя потому, что ненавидит себя.* Из одного самообви­нения следует другое. Он не отомстил — значит он размазня. Он отом­стил — значит он скотина. Он кому-то помог — значит он простофиля. Он не помог — значит он эгоистичная свинья и т. д. и т. п.

Если он выносит самообвинения вовне, то уверен, что все окружающие приписывают всем его поступкам нехорошие мотивы. Это чувство, как мы уже упоминали, может быть настолько реальным для него, что он негодует

— 119—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

на окружающих за несправедливость. Для защиты он может носить жест­кую маску, чтобы никто никогда не догадался о том, что делается внутри него, по его лицу, голосу или жестам. Он может даже и не знать о своем вынесении самообвинений вовне. Тогда на сознательном уровне для него все окружающие очень милы. И только в процессе анализа до него доходит, что он постоянно чувствует себя под подозрением. Подобно Дамоклу, он живет в постоянном страхе, что в любой момент на него может упасть меч каких-то ужасных обвинений.

Я не думаю, что хоть какая-то книжка по психиатрии может дать более глубокое представление об этих неуловимых самообвинениях, чем “Про­цесс” Франца Кафки. В точности как К., невротик тратит лучшие силы, тщетно пытаясь защититься от неведомых и неправедных судий, впадая во все большую и большую безнадежность. В романе обвинения тоже основа­ны на реальной неудаче К. Как блестяще показал Эрих Фромм в своем ана­лизе “Процесса”\*, этой основой служит скука жизни К., его пассивное перемещение вместе с течением, отсутствие самостоятельности и роста — все то, что Фромм называет “пустой, однообразной жизнью, бесплодной, лишенной любви и плодотворного начала”. Любой человек, живущий так, обречен чувствовать себя виновным, как показывает Фромм, и по веской причине: это *его* вина. К. всегда выискивает кого-то, кто разрешил бы его проблемы, вместо того чтобы обратиться к себе, к своим собственным силам. В этом анализе есть глубокая мудрость, и я вполне согласна с при­меняемой в нем концепцией. Но я думаю, он не завершен. В нем не рассмот­рена тщетность самообвинений, их всего лишь обличающий характер. Дру­гими словами, он не касается того, что самая установка К. по отношению к своей виновности в свою очередь неконструктивна, а она именно такова, потому что он выстраивает ее в духе ненависти к себе. Это тоже происхо­дит бессознательно: он не чувствует, что это он сам беспощадно себя обви­няет. Весь процесс вынесен вовне.

И наконец, человек может обвинять себя за действия или установки, которые при внимательном рассмотрении кажутся безвредными, законными и даже желательными. Он может заклеймить разумную заботу о себе как баловство; наслаждение едой как обжорство; внимание к собственным желаниям вместо слепых уступок другим как бесчувственный эгоизм; посе­щения аналитика, в которых он нуждается и может себе позволить, как рас­пущенность; отстаивание своего мнения как нахальство. И здесь тоже стоит спросить, какое внутреннее предписание и какая гордость затронуты дан­ным занятием. Только тот, кто гордится своим аскетизмом, обвинит себя в “обжорстве”; только тот, кто гордится смирением, заклеймит уверен­ность в себе как эгоизм. Но самое важное в этом виде самообвинений то, что они часто относятся к борьбе против проявлений реального Собствен-

\* Эрих Фромм. *“Человек для себя”.* 1947.

120-

*Глава 5. Ненависть и презрение к себе*

ного Я. В основном они появляются (или, точнее, выходят на передний план) в завершающих стадиях анализа и представляют собой попытку дис­кредитировать и подорвать движение к здоровому росту.

Порочный характер самообвинений (как и любой формы ненависти к себе) взывает к мерам самозащиты. И мы можем отчетливо наблюдать это в аналитической ситуации. Как только пациент сталкивается с одним из своих затруднений, он может уйти в глухую защиту. Он может праведно негодовать, чувствовать, что его не поняли, спорить. Он скажет, что это раньше было так, а теперь гораздо лучше; что проблемы не существовало бы, если бы его жена вела себя по-другому; что она бы и не возникла, если бы его родители были другими. Он может также начать контратаку и при­мется выискивать вины аналитика, часто в урожающей манере, или, напро­тив, примется упрашивать и заискивать. Другими словами, он реагирует так, словно мы швырнули ему жестокое обвинение, столь страшное, что он не может спокойно исследовать его. Он будет слепо сражаться против него всеми средствами, которые находятся в его распоряжении: увиливать от него, возлагать вину на других, каяться, продолжать обвинять и оскорб­лять аналитика. Перед нами один из главных факторов, тормозящих психо­аналитическую терапию. Но помимо анализа это еще и одна из главных причин, не дающих людям быть объективными к своим собственным проб­лемам. Необходимость обороняться против любых самообвинений препят­ствует развитию способности к конструктивной самокритике и тем самым снижает вероятность, что мы научимся чему-нибудь на ошибках.

Я хочу подытожить эти заметки о невротических самообвинениях, про­тивопоставив им здоровую совесть. Совесть неусыпно охраняет главные интересы нашего истинного Собственного Я. Она представляет, исполь­зуя великолепное выражение Эриха Фромма, “призыв человека к самому себе”. Это реакция истинного Собственного Я на должное или недолжное функционирование личности в целом. Самообвинения, напротив, исходят из невротической гордости и выражают недовольство возгордившегося Соб­ственного Я тем, что личность не соответствует его требованиям. Они *не служат* истинному Собственному Я, а направлены *против* него, чтобы его раздавить.

Тяжесть на душе, угрызения совести могут быть чрезвычайно конструк­тивными, поскольку заставляют разобраться, что же было неверного в кон­кретном действии или реакции, или даже во всем образе жизни. То, что про­исходит, когда неспокойна наша совесть, с самого начала отличается от невротического процесса. Мы честно пытаемся посмотреть на причиненный вред или ошибочную установку, которые обращают на себя наше внимание, не преувеличивая и не преуменьшая их. Мы пытаемся выяснить, что же в нас ответственно за них, и работаем над тем, чтобы в конечном счете изжить это, насколько получится. В контрасте с этим, самообвинения про­износят приговор, заявляя, что вся личность — дрянь. На этом дело и кон­чается. Остановка в том самом месте, где могло бы начаться позитивное

— 121 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

движение,— суть их тщетности. Говоря более общими словами, наша совесть — нравственная инстанция, служащая нашему росту, а самообви­нения безнравственны по происхождению и по воздействию, поскольку не позволяют человеку трезво исследовать свои недостатки и тем самым пре­пятствуют росту его личности.

Фромм противопоставляет здоровую совесть “авторитарной совести”, которую определяет как “интернализованный страх перед авторитетом (властью)”. На самом деле слово “совесть” в обычном смысле означает три совершенно разные вещи: непреднамеренное (не сознательное) внут­реннее подчинение внешнему авторитету (власти) с сопутствующим стра­хом разоблачения и наказания; уличающие самообвинения; конструктивное недовольство собой. По моему мнению, имя “совести” подобает лишь последнему, и только в этом смысле я и буду говорить о совести.

Ненависть к себе выражается, в третьих, *в презрении к себе.* Я исполь­зую это понятие как общее название для разнообразных путей подрыва самоуважения, уверенности в себе, куда входят самоумаление, пренебреже­ние к себе, сомнение в себе, недоверие к себе, высмеивание себя Его отли­чие от самообвинений вполне ясное. Конечно, не всегда можно сказать, чувствует ли человек себя виноватым, потому что поставил себе нечто в вину, или он чувствует себя неполноценным, никчемным, презренным, потому что относится к себе с пренебрежением. В таких случаях с уверен­ностью можно сказать только то, что есть много путей раздавить себя. Од­нако есть заметное различие между проявлениями этих двух форм ненави­сти к себе. Презрение к себе в основном направлено против любого стрем­ления к улучшению или достижению. Степень осознания этого бывает очень и очень разной, причины чего станут нам ясны позднее Оно може1 быть скрыто за ненарушимым фасадом высокомерной уверенности в своей правоте. Но оно может ощущаться и выражаться непосредственно. Напри мер, хорошенькая девушка, захотев попудрить носик на людях, сказала себе: “Просто смех! Гадкий утенок пытается хорошо выпядеть!” Интел ни гент, увлеченный психологией, подумав о том, чтобы написать на эту тему, заметил себе: “Тщеславный осел! Что позволяет тебе думать, что ты вооб­ще можешь писать статьи!” Но даже если так, было бы ошибочным пола­гать, что люди, столь открыто делающие саркастические замечания на свои счет, обычно отдают себе отчет в их значении. Дру1 ие, по-видимому, откро­венные замечания, могут быть не столь явно злобными, а действительно остроумными или шутливыми. Как я уже говорила, они труднее поддаются оценке. Они могут быть выражением большей свободы от гордости, все выставляющей в смешном виде, но могут быть, напротив, бессознатель­ным механизмом, позволяющим сохранить лицо Для большей точности скажем: они могут оберегать гордость и охранять личность от искушения поддаться презрению к себе.

Установку на недоверие к себе можно легко наблюдать, хотя она часто прославляется как “скромность” другими людьми и ощущается таковой

122—

*[лава 5 Ненависть и презрение h себе*

самим человеком. Так, человек, проявивший заботу о больном родствен­нике, может сказать или подумать: “Это самое малое, что я мог сделать”. Другой отбрасывает похвалу себе как хорошему рассказчику, думая: “Я де­лаю это, только чтобы произвести впечатление”. Врач выписывает лекар­ство в расчете на удачу или жизненные силы пациента. Но если пациенту не становится лучше, он считает это *своей* неудачей. Более того: презрение к себе может оставаться непонятым окружающими, а вот определенные порожденные им страхи часто совершенно очевидны. Поэтому многие хорошо информированные люди не высказываются во время дискуссий — они боятся показаться смешными. Естественно, подобное отречение от своих ценных качеств и достижений или недоверие к ним пагубно для раз­вития или восстановления уверенности в себе.

И наконец, тонко или грубо, но презрение к себе сказывается на пове­дении в целом. Человек слишком мало ценит свое время, проделанную или предстоящую работу, свои желания, мнения, убеждения. Сюда же отно­сятся те, кто видимым образом утратил способность относится серьезно к любому своему делу, слову или чувству, и удивляется другому подходу. У них развилась установка на циничное отношение к себе, которая, в свою очередь, может распространиться на мир вообще. Более откровенно пре­зрение к себе проявляется в приниженном, раболепном или извиняю­щемся поведении.

Точно так же, как и другие формы ненависти к себе, самооплевывание может проявиться в сновидениях. Оно может дать о себе знать уже тогда, когда находится еще очень далеко от сознания видящего сон. Он снится себе в виде отхожего места, какого-то противного животного (таракана или, скажем, гориллы), гангстера или жалкого клоуна. Ему снятся дома с рос­кошным фасадом, грязные внутри, как свинарник, или развалюхи, которые невозможно починить, снятся половые отношения с каким-то мерзким, поганым партнером, снится, что кто-то публично над ним издевается и т. д

Чтобы получить более полное представление об остроте проблемы, мы рассмотрим четыре следствия презрения к себе. Первое — навязчивая потребность определенного невротического типа *сравнивать себя* с каждым встречным, и всегда не в свою пользу. Другой всегда производит большее впечатление, больше знает, интереснее, красивее, лучше одет; у него есть преимущества молодости (старости), у него лучшее положение и он важнее Но даже если сравнения поражают своей однобокостью само! о невротика, он не обдумывает этого; а если и обдумывает, чувство сравнительной непол­ноценности не исчезает. Проводимые сравнения не только несправедливы к нему; они зачастую бессмысленны. Почему нужно сравнивать немолодого человека, который может гордиться своими достижениями, с молодым, кото­рый лучше танцует? Почему тот, кто никогда не интересовался музыкой, должен чувствовать себя неполноценным рядом с музыкантом?

Но эта привычка приобретает для нас смысл, если мы вспомним о бес­сознательном требовании превосходства над другими *во всех* отношениях.

— 123—

***Карен Хорни.*** *Невроз и чичноспгныч рост*

Следует добавить, что невротическая гордость также требует: тебе Надо пре­взойти всех и во всем. Тогда, конечно, любое “превосходство” качеств или умений другого не может не тревожить и должно вызывать приступ само-оплевывания. Иногда эта связь действует в другом направлении: невротик, уже находясь в режиме самооплевывания, использует “блестящие” качества других, как только встречает их, чтобы укрепить и поддержать свой жестокий самокритицизм. Воспользуемся опять описанием невротика в виде двух чело­век: амбициозная и садистическая мать использует хорошие отметки и чис­тые ногти приятеля Джимми, чтобы Джимми стало стыдно. Недостаточно описать этот процесс как ужас перед соревнованием. Ужас перед соревнова­нием в этих случаях — скорее результат пренебрежения к себе.

Второе следствие презрения к себе —*уязвимость* в человеческих вза­имоотношениях. Презрение к себе делает невротика сверхчувствительным к критике и отвержению. При малейшей провокации или даже без нее он уже чувствует, что другие смотрят на него сверху вниз, не принимают его всерьез, не ищут его общества, фактически — пренебрегают им. Его презре­ние к себе многое добавляет к его глубокой неуверенности в себе и, следо­вательно, не может не порождать в нем глубокой неуверенности в отноше­нии к нему других людей. Неспособный принять себя таким, каков он есть, он не может поверить, что другие, зная его со всеми его недостатками, могут принять его дружески или уважительно.

То, что он чувствует на более глубоком уровне, звучит еще более реши­тельно и может доходить до непоколебимой уверенности, что другие прос­то презирают его. И такое убеждение может жить в нем, хотя на сознатель­ном уровне он может не отдавать себе отчета даже в капле презрения к себе. Оба эти фактора (слепая уверенность в том, что другие презирают ei о, и относительное или полное отсутствие осознания собственного презрения к себе) указывают на то, что основной объем презрения к себе выносится вовне. Это может отравить все его отношения с людьми. Он может дойти до неспособности принимать за чистую монету любые добрые чувства к нему дру1 их людей В его сознании комплимент превращается в саркастическое замечание; выражение сочувствия — в снисходительную жалость. Его хочет видеть знакомый — это потому, что тому что-то нужно. Другие выражают симпатию к нему — это только потому, что они не знают его лучше, пото­му что они сами ни на что не годятся или “невротики”, или потому, что он им был или может быть полезен. Сходным образом, случайности, в которых не было никакого злого умысла, он толкует как свидетельства презрения к себе. Кто-то не поздоровался с ним на улице или в театре, не принял его приглашения, не ответил ему немедленно — все это не может быть ничем иным, как только пренебрежением. Кто-то позволил себе добродушно пошутить на его счет — он явно намеревался его унизить. Возражение или критика в ответ на его предложение или действия не принимаются как честная критика данного предложения или действия, а также становятся свидетельством презрения к нему.

— 124—

*Глава 5 Ненависть и презрение к себе*

Сам человек, как мы видим это при его анализе, или не осознает того, что он воспринимает свои отношения с людьми только так, или не осознает, что видит их в кривом зеркале. В последнем случае он принимает за дан­ность, что другие относятся к нему именно пренебрежительно, и даже гор­дится своим “реализмом”. Находясь в аналитических отношениях с ним, мы можем наблюдать, до какой степени пациент принимает за реальность свою идею о том, что другие смотрят на него сверху вниз. После того как проде­лана большая аналитическая работа и пациент, по видимости, находится в дружеском согласии с аналитиком, он может при случае бесстрастно обронить: “Мне всегда было настолько очевидно, что Вы смотрите на меня сверху вниз, что я не считал даже нужным упоминать об этом или надолго об этом задумываться”.

Когда вынесенное вовне презрение к себе ощущается как несомненная реальность, можно понять искаженное восприятие отношений с людьми, поскольку установки других людей, особенно изъятые из контекста, всегда допускают разные интерпретации. Очевиден и самозащитный характер такого смещения ответственности. Вероятно, было бы нестерпимо, если вообще возможно, жить, постоянно осознавая острое презрение к себе. Если взглянуть с этой точки зрения, видно, что невротик бессознательно заинтересован относиться к другим, как к своим оскорбителям. Хотя счи­тать, что его отвергают и пренебрегают им, болезненно для него, как было бы и для любого, но все же менее болезненно, чем взглянуть в лицо собст­венному презрению к себе. Это долгий и трудный урок для любого чело­века — усвоить, что другие не могут ни отнять наше самоуважение, ни подарить нам его.

К уязвимости в отношениях с людьми, причиной которой является пре­зрение к себе, добавляется уязвимость, порождаемая невротической гордо­стью. Часто трудно сказать, чувствует ли человек себя униженным потому, что нечто задело его гордость, или потому, что он вынес вовне свое презре­ние к себе. Они так нераздельно переплетены, что мы должны браться за работу с такими реакциями и с той и с другой стороны. Конечно, в каждый отрезок времени тот или иной аспект легче наблюдаем и доступен. Если человек реагирует мстительностью на то, что показалось ему неуважением, в картине пребладает раненая гордость. Если в результате той же провока­ции он становится жалким и пытается снискать расположение — это наибо­лее ясное проявление презрения к себе. Но в любом случае другой аспект тоже оказывает свое влияние, и о нем следует помнить

В третьих, человек, находящийся в тисках презрения к себе, часто *“проглатывает оскорбления”.* Он может даже не понимать вопиющего издевательства над собой, будь то унижение или эксплуатация Даже если возмущенный друг обращает его внимание на это, он склонен сгладить или оправдать поведение обидчика. Это случается только в определенных усло­виях, например, при болезненной зависимости, и представляет собой исход сложной внутренней расстановки сил. Главным в ней является беззащит-

— 125—

***Кирен Хорни,*** *Невроз и личностный рост*

ность, происходящая из убеждения человека, что он не заслуживает лучше­го обращения Например, женщина, чей муж щеголяет своими похождени­ями с другими женщинами, может быть, не в состоянии пожаловаться или даже ощутить сознательное негодование, потому что считает себя недостой­ной любви, а всех других женщин — более привлекательными.

Четвертое следствие, о котором нужно упомянуть,— это потребность *облегчить или уравновесить презрение к себе вниманием, уважением, признанием, восхищением или любовью других.* Поиск такого внимания компульсивен, потому что на него толкает потребность не быть отданным на милость презрения к себе. Его питает, кроме того, потребность в тор­жестве, и он может доходить до всепоглощающей жизненной цели. Его результат — тотальная зависимость от других в своей самооценке: она под­нимается и падает вместе с расположением других к нему.

Если следовать более широкому теоретическому подходу, подобные наблюдения помогают нам лучше понять, почему невротик так упорно цеп­ляется за возвышенный образ себя. Он должен сохранить его, потому что считает его единственно возможным выходом, альтернативой покорности террору презрения к себе. Следовательно, перед нами порочный круг i op-дости и презрения к себе; они только усиливают друг друга. Его можно ослабить лишь в той степени, в которой невротик заинтересован понимать правду о себе. Но и здесь презрение к себе мешает ему найти себя. Пока его презренный образ себя реален для него, его Собственное Я кажется ему достойным лишь пренебрежения.

*Что именно заставляет невротика презирать себя* ? Иногда все. его человеческие ограничения; его умственные способности — рассудок, память, критическое мышление, способность планировать, особые умения или дарования; любые действия, от простейших личных дел до публичных выступлений Хотя тенденция к пренебрежительному отношению к себе может быть достаточно всеобъемлющей, она как правило сосредоточена на каких-то местах острее, чем на других, в зависимости от важности, кото­рую имеют определенные установки, способности или качества для глав­ного решения невротика. Агрессивный мстительный тип, например, будет глубже всего презирать в себе все, что он принимает за “слабость”. Она может включать в себя любые добрые чувства к другим, любую неудачу отыграться на ком-то, любую уступку (включая разумное согласие), любое отсутствие контроля над собой или над другими. В рамках этой книги невоз­можно дать полный обзор всех возможностей. Но это и не обязательно, поскольку принцип действия везде одинаков. Для иллюстрации я приведу только два наиболее распространенных выражения презрения к себе, каса­ющихся красоты и ума.

В вопросе о внешности и умении себя подать мы найдем весь ряд внут­ренних ощущений, от своей непривлекательности до омерзительности. На первый взгляд, удивительно встретить эту склонность у женщин, чья

— 126-

*Глава 5 Ненависть и презрение к себе*

привлекательность явно выше средней. Но не надо забывать, что здесь учи­тываются не объективные факты или мнение других, а расхождение, кото­рое ощущает женщина между своим идеальным образом и актуальным Соб­ственным Я. Таким образом, даже если она по общему утверждению краса­вица, она все-таки *не абсолютная* красавица, такая, которой никогда не было и не будет. И поэтому она так сильно сосредоточивается на своих несовершенствах — на шраме, недостаточно тонкой талии, на волосах, не вьющихся от природы,— и снимает с себя за это очки, иногда до того, что терпеть не может пядеться в зеркало. Или же в ней легко вспыхивает страх быть отвратительной для других, например, от одного того, что сосед в ки­но пересел на другое место.

В зависимости от других сторон личности презрительная установка по отношению к внешности может привести или к чрезвычайным усилиям про­тивостоять чудовищному самооплевыванию, или к установке “а мне все равно”. В первом случае необыкновенное количество времени, денег и раз­мышлений тратится на волосы, лицо, платья, шляпы и т.п. Если презрение сосредоточено на каких-то особенностях — на носе, груди, избыточном весе, оно может довести до радикального “лечения”, вплоть до операций или сбрасывания веса насильственными методами. Во втором случае гор­дость вмешивается даже в разумную заботу о коже, осанке, одежде. При этом женщина может быть так глубоко убеждена в своем безобразии или омерзительности, что любая попытка улучшить свою внешность кажется ей смешной.

Отевывание своей внешности становится еще ядовитее, когда человек понимает, что оно идет из более глубокого источника. Вопрос' “Красив ли я?” неразрывно связан с другим вопросом: “Можно ли меня любить9” Здесь мы подходим к главной проблеме человеческой психологии и снова откла­дываем ее, поскольку вопрос о том, можно или нельзя кого-то любить, луч­ше решать в ином контексте. Связь вопросов очевидна, но все же это разные вопросы. Первый означает: достаточно ли хороша моя внешность, чтобы меня любили. Второй, есть ли у меня качества, за которые меня можно любить. Хотя первый вопрос важен, особенно в юности, второй касается сердцевины нашего существа и счастья в любви. Но достойные любви каче­ства связаны с личностью человека, а пока невротик далек от себя самого, его точность слишком неясна для него, чтобы он интересовался ею Кроме того, в то время как несовершенствами внешности часто можно пренебречь для любых практических целей, способность быть хорошим человеком ухуд­шается во всех неврозах по многим причинам Однако хотя это и странно, аналитик слышит много жалоб по первому вопросу и очень мало, если они вообще есть, по второму Не один ли это из многих, свойственных неврозу сдвигов от сути куда-то вдаль? От того, что реально значимо для самоосуще­ствления, к лакированной поверхности? Не находится ли этот процесс в одном русле с погоней за славой? Тем, что у тебя милые и приятные каче­ства, не прославишься, но можно прославиться исключительно “правиль­ной” фигурой или идеально “правильным” платьем. В этом контексте неиз-

— 127-

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

бежно, что любые вопросы о внешности приобретают необычайную важ­ность. И понятно, что пренебрежение к себе будет сосредоточено на них

Пренебрежение к своему уму, в результате которого человек чувст­вует себя глупым, соответствует гордости всемогуществом своего разума Выйдет ли на передний план гордость им или презрение к нему, зависит от структуры невроза в целом. На самом деле при большинстве неврозов есть нарушения, которые дают веские обоснования для недовольства работой сознания. Страх быть агрессивным может препятствовать критическому мышлению; вследствие общего нежелания невротика принимать на себя обязательства ему, может быть, трудно прийти к определенному мнению Непреодолимая потребность казаться всемогущим может повредить спо­собности к обучению. Общая тенденция затемнять личные вопросы может затемнить и ясность мышления: как люди, ослепившие себя по отношению к своим внутренним конфликтам, они могут не обращать внимания и на дру­гие виды противоречий. Они бывают слишком зачарованы славой, которой им надо добиться, чтобы в достаточной мере интересоваться работой, кото­рую они выполняют.

Я вспоминаю времена, когда я думала, что такие актуальные трудности полностью отвечают за ощущение своей глупости; когда я надеялась помочь, говоря. “Ваш интеллект в совершенном порядке — а как обстоит дело с интересом, смелостью; что можно сказать обо всем том, что должно входить в Вашу способность работать?” Конечно, необходимо проработать все эти факторы. Но пациент не заинтересован в том, чтобы освободить себе доступ к собственному уму; его интересуют *абсолютные* возможности “образцового ума”. Я тогда не понимала всей силы процесса самообесцени­вания, а он достигает гигантских размеров. Даже люди, имеющие подлин­ные интеллектуальные достижения, иногда чувствуют, что лучше настаи­вать на своей глупости, чем открыто признавать свои стремления, потому что им любой ценой надо избежать опасности быть осмеянными. С тихим отчаянием они принимают собственный приговор, отвергая свидетельства и уверения в противоположном.

Процесс самоуничижения с разных сторон нарушает активное пресле­дование любых интересов. Его влияние может предшествовать любой деятельности, сопутствовать ей и наступать вслед за нею. Невротик, поддав­шийся презрению к себе, может чувствовать такую обескураженность, что ему не приходит в голову, что он мог бы сменить свой стиль одежды, гово­рить на иностранном языке, выступать перед публикой. Или же он начинает что-то и бросает при самом первом затруднении. Ему страшно перед вы­ступлением или во время его (страх перед сценой). Как по отношению к уязвимости, так и здесь, гордость и презрение к себе действуют совместно, порождая запреты и страхи Обобщая, скажем, что и запреты и страхи — итог дилеммы, а ее суть — потребность в широком признании с одной сто­роны, и активное пренебрежение собой (или самоуничижение) — с другой

Когда, несмотря на все эти трудности, работа закончена, сделана хо­рошо и хорошо принята, пренебрежение к себе не заканчивается. “Кто

— 128—

*Глава 5 Ненависть и презрение к себе*

угодно мог достичь того же самого, не прилагая столько труда”. Единствен­ный пассаж, не достигший полного совершенства в сольном концерте пианиста, приобретает невероятные размеры: “На этот раз сошло, а в сле­дующий раз освищут”. Если же случилась неудача, она вызывает на себя всю мощь презрения к себе и обескураживает гораздо больше своего дейст­вительного значения.

Прежде чем мы обсудим четвертый аспект ненависти к себе, *привычку фрустрировать себя,* мы должны сузить тему до соответствующего ей объема, проведя различие с другими явлениями, которые выглядят очень похоже или имеют сходный результат. В первую очередь проведем разли­чие со *здоровой самодисциплиной.* Человек, умеющий хорошо организо­вать свою жизнь, воздерживается от определенных действий или удовольст­вий. Но он делает это только потому, что другие цели важнее для него, и, следовательно, им уделяется внимание в первую очередь. Так, молодожены могут лишать себя каких-то удовольствий, потому что хотят накопить на собственный дом. Ученый или художник, преданный своей работе, ограни­чивает свою светскую жизнь, потому что ему дороже покой и возможность сосредоточиться. Такая дисциплина предполагает признание ограниченно­сти (отсутствующее, к сожалению, при неврозе) — времени, сил, денег. Она предполагает также знание о своих реальных желаниях и умение отказать­ся от менее важных ради более важных. Это трудно для невротика, потому что его “желания” — в основном компульсивные потребности. И такова их природа, что все они равно важны; следовательно, ни от одного нельзя отка­заться. Поэтому при аналитической терапии самодисциплина — скорее цель, к которой следует приближаться, а не действительность. Я бы и не упоминала здесь об этом, если бы не знала по опыту, что невротическим па­циентам неизвестна разница между добровольным отказом и фрустрацией.

Мы также должны принять во внимание, что в той степени, в какой человек невротизирован, он действительно глубоко фрустрирован, хотя может и не знать об этом. Его компульсивные влечения, конфликты, псев­дорешения этих конфликтов, его отчуждение от себя не позволяют ему реализовать заложенные в нем возможности. Вдобавок, он часто испыты­вает фрустрацию, потому что остается невыполненным его требование обладать неограниченной мощью.

Однако эти фрустрации, реальные или вымышленные, не являются результатом *намерения фрустрировать себя.* Например, потребность в выражениях дружбы и одобрения фактически (но не намеренно) влечет за собой фрустрацию реального Собственного Я, его непосредственных чувств. Такая потребность развивается у невротика потому, что, несмотря на его базальную тревогу, он должен как-то подладиться к другим. То, что при этом он сам себя многого лишает, хотя и является жестокой деприва-ВДей, по сути — лишь неприятный побочный продукт процесса. Здесь, в контексте ненависти к себе, нас интересует активная фрустрация самого себя, совершаемая по велению обсуждаемой нами ненависти. Тиранией

— 129—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Надо на самом деле он лишает себя свободы выбора. Самообвинениями и презрением к себе отбирает у себя самоуважение. Более того, есть и дру­гие моменты, в которых активный фрустрирующий характер ненависти к себе проявляется еще яснее. Это Нельзя, налагаемые на радость, это сокрушение надежд и устремлений.

Нельзя, сказанные любой радости, разрушают невинность наших жела­ний, наших действий, когда мы хотим или делаем то, что входит в наши истинные интересы и тем самым обогащает нашу жизнь. Чем больше осоз­нает себя пациент, тем отчетливее он воспринимает эти внутренние Нельзя. Он хочет пойти погулять, а внутренний голос говорит: “Ты этого не заслу­жил”. Или, в других ситуациях: “У тебя нет права на отдых, на хождение по кинотеатрам, на покупку платья”. И даже более того: “Хорошие вещи не для тебя”. Он хочет проанализировать свою раздражительность, полагая ее иррациональной, и чувствует, “будто железная рука закрывает тяжелую дверь”. Он устает от аналитической работы и прекращает ее, зная, что она могла бы пойти ему на пользу. Иногда он ведет внутренние диалоги на эту тему. Хорошо поработав днем, он устал и хочет отдохнуть. Внутренний голос говорит- “Ты просто лентяй — Нет, я правда устал.— Ну нет, это просто распущенность, так из тебя никогда ничег о не выйдет”. После таких метаний он или отдыхает с чувством вины, или вынуждает себя продолжать работу, в обоих случаях не извлекая для себя ничего хорошего.

То, как человек может в буквальном смысле переломить себя, когда ему случается потянуться к радости, часто проявляется в сновидениях. На­пример, женщине снится, что она в саду, полном чудесных плодов. Как только она хочет сорвать плод или ей удается его сорвать, кто-то выбивает его из ее рук Или спящий отчаянно пытается открыть тяжелую дверь, но не может. Он спешит на поезд, но не успевает, поезд уходит из-под носа Он хо­чет поцеловать девушку, но она исчезает, и он слышит издевательский смех

Табу на радость могут быть скрыты за фасадом “сознательности”, соци альной ответственности: “Пока люди живут в трущобах, у меня не должно быть хорошей квартиры ... Пока люди умирают с голоду, я не могу тратить­ся на всякие яства...” Конечно, в таких случаях нужно исследовать, проис­текают ли возражения из искреннего глубокого чувства социальной ответ­ственное ги, или они только ширма дня Нельзя. Часто простой вопрос про­ясняет ситуацию и убирает фальшивый нимб: отправил бы он посьпку в Европу на те деньги, которые не потратил на себя?

Мы можем сделать вывод о сущее гвовании таких табу по запретам, являющимся их результатом Определенный тип может радоваться чему-либо, только деля это с другими. Вполне верно, что для многих людей раз­деленная радость — двойная радость. Но некоторые изо всех сил настаи­вают, чтобы и другие слушали с ними их любимую запись, нравится она им или нет, и просто не умеют чем-либо наслаждаться в одиночку. Другие могут быть настолько скупы на траты для себя, что не могут даже потратить силы на подыскивание для этого рационализации. Особенно поразительно.

— 130—

*Глава 5 Ненависть и презрение h свое*

что они в то же время щедро тратятся на вещи, нужные для престижа, например, много жертвуют на благотворительность, устраивают вечера, покупают антиквариат, ничего для них не значащий. Они действуют, как будто ими управляет закон, повелевающий рабски прислуживать славе, но запрещающий все, что “только” увеличивает их удобства, счастье. духовный рост.

Как и во всех других табу наказание за их нарушение — тревога или ее эквиваленты. Пациентка, которая, вместо того чтобы одним глотком выпить кофе, приготовила себе вкусный завтрак, была совершенно оше­ломлена, когда я приветствовала это как добрый знак. Она ожидала, что я “обвиню ее в эгоистичности”. Переезд в лучшее жилье, хоть и разум­ный во всех отношениях, может разворошить целое осиное гнездо страхов. За приятно проведенным вечером может последовать паника. Внутренний голос в таких случаях говорит: “За это придется заплатить”. Пациентка, покупая новую мебель, обнаружила, что говорит себе- “Тебе не придется ей долго радоваться”. В ее случае это означало, что в эту самую минуту страх заболеть раком, который появлялся у нее время от времени, под­нялся в ней опять.

*Сокрушение надежд* можно хорошо наблюдать в аналитической ситу­ации. Слово “никогда”, со всей его грозной окончательностью, продол­жает повторяться. Несмотря на актульные улучшения, голос будет гово­рить: “Ты никогда не преодолеешь свою зависимость (или свою панику);

никогда не освободишься”. Пациент может отвечать страхом или неистово требовать, чтобы его уверяли, что он выздоровеет, успокаивали, говоря, что лечение помогло другим и т. д. Даже если иногда пациент не может не признать улучшений, он скажет: “Да, в этом анализ мне помог, но больше ведь ни в чем не поможет, так какая польза от него?” Когда сокрушение надежд распространяется на все сферы жизни, возникает чувство мрачной обреченности Оно напоминает нам о Дантовом аде с надписью. “Оставь надежду, всяк сюда входящий” на ei о вратах. Откат назад в ответ на улуч­шения, которые невозможно отрицать, случается с такой регулярностью, что его можно предсказывать заранее. Пациент чувствует себя лучше, забыл думать о своей фобии, увидел важную связь, которая указывает ему на выход,— и скатывается вниз, глубоко обескураженный и подавленный. Другой пациент, который отказался от всего существенного в жизни, впа­дает в жестокую панику и находится на грани самоубийства каждый раз, когда осознает в себе ценное качество. Если бессознательная решимость задержать свое развитие укоренена i пубоко, пациент может отвергать любые заверения, делая саркастические замечания. В некоторых случаях мы можем обнаружить процесс, ведущий к рецидиву. Увидев, что опреде­ленные установки были бы желательны (например, отказ от иррациональ­ных требований), пациент считает, что он уже переменился, и в своем воображении взлетает к высотам *абсолютной* свободы. Затем, ненавидя себя за то, что неспособен к такому, он говорит себе: “Ты дрянь и никогда ничего не достигнешь”

—131

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

И наконец, самая коварная фрустрация себя самого — это *табу на любое свое устремление:* не только на возвышенные фантазии, а на любое стремление, подразумевающее, что человек обратится к собственным ресурсам или станет лучше и сильнее. Здесь стирается граница, лежащая между фрустрацией себя самого и пренебрежением к себе. “Кто ты такой, чтобы хотеть играть, петь, иметь жену? Ты никогда ничего не будешь из себя представлять”.

Некоторые из этих факторов видны в истории жизни человека, кото­рый позднее стал довольно продуктивным и кое-чего достиг в своей обла­сти. За год до того как в его работе произошел поворот к лучшему (при­чем не произошло никаких внешних изменений), у него был разговор с женщиной старше его, и она его спросила, что он намерен делать в жиз­ни, чего он хочет или ожидает достигнуть. И оказалось, что, несмотря на его ум, интеллигентность, прилежание, он никогда не думал о будущем, Все, что он смог ответить, это: “О, я думаю, что всегда заработаю себе на жизнь”. Хотя к нему всегда относились как к многообещающему, идея сделать что-нибудь важное была просто вычеркнута им. С помощью внеш­ней стимуляции и доли самоанализа его продуктивность после этого слу­чая увеличилась. Но он не отдавал себе отчета в значении находок, сделан­ных им в ходе научного исследования. Он даже не воспринимал их как свои достижения. Следовательно, они и не увеличивали его уверенность в себе. Он мог забыть о своих находках и вновь случайно открывал най­денное однажды. Когда, наконец, он обратился к анализу, в основном из-за трудностей, которые он по-прежнему испытывал в работе, его табу на желание чего-либо для себя и устремление к чему-то, на осознание своих дарований все еще были очень сильны. Видимо, его дарования и скрытое честолюбие, ведущие его к достижениям, были слишком сильны, чтобы их удалось полностью задавить. Поэтому он делал дело (пусть и в мучениях), но был вынужден удерживать этот факт от осознания и был неспосо­бен считать находки своими и радоваться им. У других результаты еще менее благоприятные. Они уходят в отставку, не осмеливаются заняться чем-нибудь новым, не ждут ничего от жизни, ставят перед собой слиш­ком малые задачи и, следовательно, живут ниже своих возможностей и душевных сил.

Как и другие стороны ненависти к себе, фрустрацию самого себя мож­но увидеть в экстернализованном виде. Человек жалуется, что, если бы не его жена, начальство, безденежье, погода, политическая ситуация, он был бы счастливейшим человеком на земле. Излишне говорить, что нам не нужно впадать в другую крайность и считать все эти вещи несущест­венными. Конечно, они могут влиять на наше благополучие. Но оцени­вая их, мы должны тщательно рассмотреть, насколько велико их акту­альное влияние и сколько добавлено к ним из внутренних источников. Очень часто человек чувствует покой и довольство, потому что при­мирился с собой, несмотря на то что ни одна из его внешних трудностей не отпала.

— 132—

*Глава 5. Ненависть и презрение к себе*

*Причинение себе мучений,* терзание себя — тоже побочный продукт ненависти к себе, отчасти неизбежный. Пытается ли невротик подхлестнуть себя к достижению невозможного совершенства, швыряет ли себе обвине­ния, пренебрегает ли собой или фрустрирует себя, он всем этим мучает себя. Считая мучение самого себя отдельной категорией выражения ненави­сти к себе, мы утверждаем, что у человека есть или может быть *намерение* мучить себя. Конечно, в любом случае невротического страдания следует рассмотреть все возможности. Рассмотрим, например, сомнения в себе. Они могут быть результатом внутренних конфликтов и проявляться в бес­конечных и бесплодных внутренних диалогах, в которых человек пытается защититься от собственных обвинений; они могут быть выражением нена­висти к себе, чья цель — подорвать почву под ногами человека. На самом деле они могут быть самым главным мучением. Подобно Гамлету люди могут быть растерзаны своими сомнениями. Конечно, нам следует проана­лизировать все причины их сомнений, но нет ли в них также бессознатель­ного *намерения* помучить себя?

Возьмем следующий пример из того же ряда: промедление. Как мы знаем, за отсрочку решений или действий могут быть ответственны многие факторы, такие как общая инертность или всестороняя неспособность на чем-то остановиться, выбрать свою позицию. Сам медлящий отлично знает, что отложенные дела часто разрастаются и что на самом деле он может причинить себе промедлением серьезные страдания. И здесь мы иногда получаем первое представление о том, что стоит за нерешенными вопро­сами. Когда из-за своих отсрочек он действительно попадает в неприятную или угрожающую ситуацию, то иногда говорит себе с явным торжеством:

“Так тебе и надо”. Это еще не означает, что отсрочки делались потому, что его тянуло помучить себя, но все-таки наводит на мысль о некоторой Schadenfreude, злорадстве по поводу причиненных себе неприятностей. Так что и доказательств пока что нет в пользу активного мучительства, скорее это радость постороннего, наблюдающего, как жертва вопит и корчится.

Мы так и не смогли бы вывести заключение, если бы другие наблюде­ния не шли по нарастающей, убеждая нас в активности влечения к мучению себя. Например, при определенных формах скупости по отношению к себе пациент наблюдает, что его крохоборство — не просто “зажатость”, а некое удовольствие, иногда дорастающее почти до страсти. Поэтому есть неко­торые пациенты с ипохондрическими склонностями, которые не только боятся многих вещей, но и, очевидно, пугают себя ими довольно жестоким образом. Першение в горле превращается в туберкулез, понос — в рак, растяжение — в полиомиелит, головная боль — в опухоль мозга, приступ тревоги — в сумасшествие. Одна такая пациентка прошла через “ядовитый процесс”, как она это называла. При первых легких признаках беспокойст­ва или бессоннницы она говорила себе, что у нее начинается новый цикл паники. Каждую ночь после этого ей будет становиться все хуже и хуже, пока не дойдет до нестерпимого ужаса. Если сравнить ее первоначальный

— 133—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

страх с комочком снега, то она словно катила его по склону, пока он не пре­вращался в лавину, которая в конце концов накрывала ее. В стихотворении, написанном ею в это время, она говорит о “сладостной пытке, которой на­слаждаюсь” В подобных случаях ипохондрии можно выделить один фак­тор, запускающий механизм мучения самого себя. Ипохондрики считают, что у них должно быть *абсолютное* здоровье, уравновешенность и бесстра­шие. Малейший знак противоположного делает их беспощадными к себе.

Более того, анализируя садистские фантазии и импульсы пациента, мы понимаем, что они могут происходить из садистских импульсов, направлен­ных против себя. У определенных пациентов бывает время от времени ком-пульсивная потребность или фантазии о причинении мучений другим. Они сосредоточены в основном на детях или беспомощных людях. В одном слу­чае они касались горбатой служанки Анни из пансиона, где жил пациент. Он был обеспокоен отчасти силой импульса, отчасти тем, что совершенно не мог его понять. Анни была достаточно приятной особой и никогда не задевала его чувств. До возникновения садистских фантазий он поперемен­но испытывал отвращение и сочувствие к ее физическому недостатку Оба эти чувства он понял как следствие своей идентификации с девушкой. Он был физически силен и здоров, но когда испытывал отчаяние и презрение по поводу своих душевных затруднений, он обзывал себя ка некой. Садистские импульсы и фантазии начались, когда он впервые заметил в Анни опреде­ленную суетливую готовность услужить и склонность делать из себя “тряп­ку для вытирания ног”. Скорее всего Анни всегда была такой. Однако его наблюдения пришлись как раз на тот момент, когда его собственная тенден­ция к смирению продвинулась к осознанию и стал слышен грохот сапог его ненависти к себе. Поэтому компульсивное желание мучить служанку было интерпретировано как активное вынесение вовне желания мучить себя, которое при вынесении вовне давало ему вдобавок волнующее чувство в па­сти над более стабым созданием. Активное стремление при этом выроди­лось в садистские фантазии, а они исчезали по мере того, как все яснее ста­новились его тенденция к смирению и отвращение к ней.

Я вовсе не считаю, что все садистские импульсы или действия по отно­шению к другим происходят единственно от ненависш к себе. Но я считаю вполне вероятным, что экстернализация влечения мучить себя всегда вно­сит свой вклад. Во всяком случае, такая связь встречается достаточно часто. и мы должны быть готовы к такой возможности.

У других пациентов страх перед мучениями возникает без всяких внеш­них провокаций. Он поднимается так же тогда, когда возрастает ненависть к себе, и представляет собой реакцию на пассивное вынесение вовне влече­ния мучить себя

Наконец, обратимся к определенным мазохистским и сексуальным дей­ствиям и фантазиям. Я имею в виду фантазии при мастурбации, простираю­щиеся от унижений до пыток; мастурбацию, при которой царапают или бьют себя; выдергивание волос; хождение в тесной обуви; болезненные позы, половой акт, при котором человека должны ругать, бить, связывать,

П4

*Глава 5 Ненависть и презрение h себе*

заставлять выполнять лакейские или отвратительные задачи, прежде чем он сможет достичь сексуального удовлетворения. Структура подобной прак­тики достаточно сложна. Я считаю, что следует различать по крайней мере два вида. В первом случае человек испытывает мстительное наслажде­ние, мучая себя; во втором — он идентифицирует себя с презренным Соб­ственным Я и по причинам, которые мы рассмотрим далее, может только так достичь сексуального удовлетворения. Однако есть причины считать, что это различение надежно только для сознательных переживаний,— фак­тически он всегда и мучитель и жертва, и получает удовольствие, как уни­жаясь, так и унижая.

Одна из задач аналитической терапии — проследить во всех случаях фактического мучения самого себя тайное *намерение* мучить себя. Другая задача — быть готовым к тому, что тенденция мучить себя окажется выне­сенной вовне. Всякий раз, когда намерение мучить себя кажется вполне ясным, мы должны внимательно исследовать внутрипсихическую ситуа­цию и спросить себя, не возросла ли в этот момент ненависть к себе, и почему это могло случиться.

Вершиной ненависти к себе являются беспримесные и непосредственные *саморазрушительные импульсы и действия.* Они могут принимать форму обострении или быть хроническими, открыто насильственными или мед­ленно подтачивающими, сознательными или бессознательными, могут осу­ществляться или оставаться воображаемыми. Они могут касаться главных или второстепенных вопросов. Их конечная цель — физическое, психиче­ское и духовное саморазрушение. Если принимать во внимание все эти воз­можности, суицид уже не покажется изолированной загадкой. Есть много способов убить то, что составляет суть нашей жизни; физическое самоубий­ство просто самое крайнее и окончательное выражение саморазрушения.

Влечение к саморазрушению, направленное против тела, легче всего поддается наблюдению. Физическое насилие против себя, в общем, огра­ничено психозами. При неврозе мы встречаемся с меньшим размахом само­разрушительных действий, которые в основном сходят за “вредные привыч­ки” — грызение ногтей, расчесы, вечная спешка при сборах, выдергивание волос. Но бывают и неожиданные позывы к чистейшему насилию, которые, в противоположность психозу, остаются в воображении. Они, видимо, слу­чаются у тех, кто живет воображением до такой степени, что презирает реальность, включая реальность себя самого. Они часто наступают после вспышки глубинного озарения, и весь процесс идет с такой молниеносной скоростью, что его последовательность удается уловить только в аналити­ческой ситуации: внезапное глубоко проникающее видение некоего несо­вершенства, быстро вспыхивающее и исчезающее, так же резко следую­щий за ним безумный порыв вырвать себе глаза, перерезать себе глотку или воткнуть нож себе в живот и выпустить кишки. Этот тип личности по вре­менам испытывает позывы к суициду (например, его тянет спрыгнуть с бал­кона или с обрыва), позывы, которые возникают при сходных условиях

— 135—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

и кажутся неизвестно откуда взявшимися. Они исчезают так быстро, что вряд ли имеют шанс осуществиться. С другой стороны, желание прыгнуть с высоты может быть неожиданно столь сильным, что человек вынужден схватиться за что-нибудь во избежание искушения. Но оно может привести и к настоящей суицидной попытке. Даже если так, у этого типа все равно нет реалистичного представления об окончательности смерти. Он, скорее, видит, как он спрыгнет с двадцатого этажа, затем подберет себя с полу и пойдет домой. Часто зависит от случайности, удастся или нет такая суицидная попытка. Да будет мне позволено сказать, что увидев себя мерт­вым, он сам удивился бы больше всех.

При многих серьезных суицидных попытках мы должны помнить о воз­можности далеко зашедшего самоотчуждения. Однако как правило, нереа­листическое отношение к смерти более характерно для суицидных импуль­сов или прерванных попыток самоубийства, чем для спланированных и серьезных покушений на себя. Конечно, всегда есть много причин для такого шага, просто тенденция к саморазрушению — наиболее регуляр­ный его элемент.

Саморазрушительные импульсы могут оставаться бессознательными в качестве таковых и однако актуализироваться в “отчаянности” при езде, плавании, скалолазании или в спешке, когда физические возможности не по­зволяют спешить. Мы видели, что такая деятельность может и не казаться отчаянной самому человеку, поскольку у него есть скрытое требование неуязвимости (“со мной ничего случиться не может”). Во многих случаях это основной фактор. Но мы всегда должны осознавать дополнительную возможность действия саморазрушительных влечений, особенно когда пре­небрежение к реальной опасности принимает угрожающие пропорции.

И наконец, есть те, кто бессознательно, но систематически разрушает свое здоровье пьянством или наркотиками, хотя здесь могут иметь место и другие факторы, такие как постоянная потребность в наркотике. В очер­ке Стефана Цвейга о Бальзаке мы видим трагедию гения, который в душера­здирающем стремлении к славе на самом деле разрушил свое здоровье каторжным трудом, пренебрежением ко сну и злоупотреблением кофе. Без­условно, потребность Бальзака в славе вогнала его в долги настолько, что его чрезмерный труд был отчасти следствием неправильного образа жизни. Но, конечно же, здесь, как и в сходных случаях, оправдан вопрос о присут­ствии саморазрушительных влечений, приведших, в конце концов, к преж­девременной смерти.

В других случаях телесный ущерб наносится себе, так сказать, неча­янно. Мы все знаем, что “в плохом настроении” нам чаще случается поре­заться, оступиться и упасть, прищемить палец. Но если мы не обращаем внимания на машины, пересекая улицу, или на правила вождения, сидя за рулем, это может стать фатальным.

Остается открытым вопрос о молчаливом действии саморазрушите ib-**ных** влечений при органических заболеваниях. Хотя теперь о психосоматн-

—136—

*Глава 5 Ненависть и презрение к себе*

ческих заболеваниях известно гораздо больше, трудно с должной точностью выделить особую роль саморазрушительных тенденций. Конечно, любой хороший врач знает, что при жестокой болезни “желание” пациента выздо­роветь и жить или умереть является решающим. Но и тут направление пси­хических сил к жизни или смерти может быть определено множеством факторов. Все, что сейчас можно сказать, принимая во внимание единство души и тела, это то, что необходимо серьезно подходить к возможности молчаливого действия саморазрушения не только в фазе выздоровления, но и в создании самого заболевания и в его усилении.

Саморазрушение, направленнное на другие жизненные ценности, может показаться несчастным случаем, несвоевременным совпадением. Пример тому Эйлерт Левборг из “Гедды Габлер”, теряющий свою драго­ценную рукопись. Ибсен показывает нам, как в этом персонаже стреми­тельно нарастают саморазрушительные реакции и действия. Сперва, вслед за легким подозрением на своего верного друга Фру Эльвстедт, он пытается разрушить отношения с нею, продолжая кутеж. Напившись, он теряет руко­пись, затем стреляется, и притом в доме у проститутки. В меньшем раз­мере, это случаи людей, забывающих что-то на экзамене, опаздывающих на важную встречу или являющихся туда пьяными.

Чаще разрушение психических ценностей поражает нас своей повто­ряемостью. Человек бросает свое занятие как раз тогда, когда у него что-то начинает получаться. Мы можем поверить его заявлению, что это было не то, чего ему “на самом деле” хотелось. Но когда процесс повторяется в третий, четвертый, пятый раз, мы начинаем искать, что же за этим стоит. Среди определяющих его факторов, саморазрушение часто является основ­ным, хотя и скрытым глубже остальных. Ни в малейшей степени не осозна­вая этого, он вынужден упускать все свои шансы. То же можно сказать, когда человек теряет или бросает одно рабочее место за другим, разрывает одни отношения за другими. В обоих случаях ему часто кажется, что он жертва несправедливости и черной неблагодарности. На самом деле он делает все, чтобы навлечь на себя своими постоянными пререканиями и приставаниями тот самый исход, которого он так боится. Короче говоря, он часто доводит начальника или друга до того, что он (или она) больше не может его выносить.

Мы можем понять эти повторяющиеся происшествия, когда наблюдаем нечто подобное в аналитической ситуации. Пациент формально сотрудни­чает; он может даже оказывать аналитику все знаки расположения (которых тот не хочет); тем не менее, во всем существенном он ведет себя настоль­ко провокационно и оскорбительно, что в аналитике тоже начинает шеве­литься симпатия к тем, кто ранее повернулся спиной к пациенту. Короче говоря, пациент пытается (и всегда пытался) заставить других осуществить свои саморазрушительные намерения.

В какой степени активные саморазрушительные склонности отвечают за постепенное разрушение глубины и целостности личности? В большей или меньшей степени, грубо и тонко, целостность личности нарушается

- 137—

***Парен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

*вследствие* невротического развития Отчуждение от себя, неизбежные бессознательные претензии, столь же неизбежные бессознательные ком­промиссы, обязанные неразрешенным конфликтам, презрение к себе — все эти факторы ведут к ослаб пению нравственного начала, ядро которого составляет сниженная способность быть искренним с собой \* Вопрос в том, может ли личность молчаливо, но активно участвовать в своем собственном моральном и нравственном упадке Определенные наблюдения вынуждают нас ответить на него утвердительно

Мы наблюдаем состояния, хронические или острые, которые лучше всего можно описать как упадок духа Человек пренебрегает своей внешно­стью, позволяет себе быть неопрятным, грязным и жирным, он слишком много пьет, а спит слишком мало, ему наплевать на свое здоровье — он, на­пример, не обращается к зубному врачу Он слишком много или слишком мало ест, не ходит гулять, пренебрегает своей работой или любыми своими серьезными интересами, становится ленивым Он может вступать в случай­ные связи или предочитает общество пустых или опустившихся людей Он может стать ненадежным в денежном отношении, начать бить жену и детей, лгать или воровать Этот процесс наиболее очевиден при прогрессирующем алкоголизме, как это хорошо описано в “Пропавших выходных” Но он точно так же может идти очень тонкими и скрытыми путями В прозрачных примерах даже неподготовленный наблюдатель сумеет увидеть, что эти люди “позволяют себе пуститься во все тяжкие” При анализе мы понима ем, что такое описание неадекватно Это состояние наступает, когда чело век так переполнен презрением к себе и безнадежностью, что его конструк­тивные силы не могут больше противостоять воздействию саморазруши тельных влечений Последние тогда достигают полного размаха и выража ются в решении (в основном бесознательном) об активной деморализации В экстернализованной форме активное, планируемое намерение деморали­зовать личность описано Джорджем Оруэллом в “1984”, каждый опытный аналитик увидит в его романе верную картину того, что может сделать с собой невротик Сновидения также указывают, что он может своими рука ми швырнуть себя в сточную канаву

Ответ невротика на этот внутренний процесс бывает различным Это может быть веселье, это может быть жалость к себе, это может быть страх Эти реакции обычно не связаны в его сознании с процессом падения по своей воле

Реакция жалости к себе была особенно сильна у одной пациентки пос­ле следующею ее сновидения В прошлом пациентка растратила большую часть своей жизни плывя по течению, она повернулась спиной к идеалам, став циничной Хотя ко времени сновидения она много работала над собой, она еще не была в состоянии принять себя всерьез и сделать со своей жиз нью что-нибудь конструктивное Ей приснилось, что женщина, воплоще­ние всего красивого и хорошего, готовясь принять веру, была обвинена

\* Ср К Хорни *“Наши внутренние конфликты”* Глава 10 “Обеднение чичности”

— 138—

*Ггава 5 Ненависть и презрение к сеое*

в оскорблении этой веры Она была осуждена и выставлена на публичный позор перед какой-то процессией Хотя спящая бы па убеждена в ее невинов ности, она тоже принимала участие в шествии С другой стороны, она пыта лась расположить к ней священника Священник, хотя и сочувствовал, ни­чего не мог сделать для обвиняемой Потом обвиняемая оказывалась на какой-то ферме, не только совершенно нищей, но отупевшей и наполовину безумной Еще во сне сердце пациентки разрывалось от жалости к этой женщине, и проснувшись, она проплакала несколько часов За исключени­ем деталей, в этом сновидении спящая как бы говорит себе “Во мне есть много красивого и хорошего, своим презрением с себе и направленной на себя деструктивностью я могу действительно разрушить собственную лич ность, предпринятые мной против этих влечений меры неэффективны, хотя я хочу спасти себя, я избегаю реальной борьбы и некоторым образом прини­маю участие в работе деструктивных влечений”

В своих сновидениях мы ближе к своей реальности. И в особенности этот сон, кажется мне, поднялся с больших глубин, чтобы дать увидевшей его глубокое и верное понимание об опасности присущей ей саморазруши­тельности Реакция жалости к себе в этом случае, как и во многих других, в тот момент не была конструктивной она не подвигла ее сделать что-нибудь для себя Только когда ослабевает безнадежность и сила презрения к себе, неконструктивная жалость к себе может превратиться в конструк­тивное сочувствие к себе И оно, действительно,— шаг вперед величай шего значения для любого, стиснутого ненавистью к себе Оно приходит вместе с первым ощущением реального Собственного Я и желанием внут­реннего спасения

Реакцией на процесс сползания в бездну может быть и леденящий ужас И, принимая во внимание чудовищную опасность саморазрушительности, эта реакция полностью адекватна, пока человек чувствует себя беспомощ­ной добычей этой беспощадной силы В сновидениях и ассоциациях она может появляться в виде многих выразительных символов маньяка-убийцы, Дракулы, чудовищ, Белого Кита, привидений Этот ужас является ядром многих, иначе не объяснимых страхов, таких, как страх перед неизведанной и опасной морской глубиной, страх перед привидениями, перед чем-то зага­дочным, перед любым деструктивным соматическим процессом — отравле нием, глистами, раком Он входит в тот ужас, который многие пациенты испытывают перед всем неосознаваемым, а потому загадочным Он может быть центром паники, не имеющей видимых причин Невозможно было бы жить в таком ужасе, если бы он был постоянным и ясным Человек должен найти и находит пути смягчить его Некоторые из них уже были упомянуты, Другие мы еще обсудим в следующих главах

Проведя обзор ненависти к себе и ее опустошительной силы, мы не можем не увидеть в ней величайшую трагедию человеческого сознания В своем стремлении к Бесконечному и Абсолютному человек начинает раз­рушать себя Заключая сделку с Сатаной, обещающим ему славу, он вынуж Ден отправиться в ад — в ад внутри самого себя

139

Глава б Отчуждение от себя

В начале этой книге было сделано настойчивое ударение на важности реального Собственного Я. Реальное Собственное Я, говорили мы,— это живой, неповторимый, непосредственный центр нашей личности; та ее часть, которая может и хочет расти. Мы видели, как неудачные условия с самого начала препятствуют ее нестесненному росту. С тех пор наш инте­рес был сосредоточен на тех силах личности, которые присваивают себе ее энергию и приводят к формированию гордыни, и та становится автономной и оказывает тираническое и деструктивное влияние на личность.

Это смещение интереса в изложении с реального Собственного Я на идеальное Собственное Я и его развитие в точности воспроизводит смеще­ние интереса невротика. Но, в отличие от невротика, у нас сохраняется четкое представление о важности реального Собственного Я. Поэтому мы опять поместим его в центр нашего внимания и рассмотрим более система­тично, чем ранее, причины, по которым оно бывает заброшено и теряет для личности свое значение.

Говоря на языке сделки с Сатаной, бросить Собственное Я — все равно что продать душу. На языке психиатров это звучит как “отчуждение от себя”. Этот термин в основном притожим к тем крайним условиям, при которых человек утрачивает ощущение собственной идентичности, напри­мер при амнезии, деперсонализации и т.д. Эти условия всегда возбуждали всеобщее любопытство. Странно и даже поразительно, что человек, не находящийся в состоянии сна и не имеющий органического поражения головного мозга, не знает, кто он, где он, что делает или что делал.

Однако эти случаи покажутся менее удивительными, если мы будем рассматривать их не как изолированное явление, а обратимся к их соотно­шению с менее явными формами отчуждения от себя. При этих формах нет грубой потери идентичности и ориентации, но происходит общее ухуд­шение способности к сознательному переживанию. Например, многие нев­ротики живут, будто в тумане. Ничто для них не ясно. Не только их собст­венные мысли и чувства, но и другие люди и смысл различных ситуации подернуть! дымкой. Сюда же относятся еще более мягкие формы, при кото­рых затуманиваются только внутрипсихические процессы. Я имею в виду тех людей, которые могут быть достаточно проницательными наблюдате­лями по отношению к другим, могут ясно определить масштаб ситуации

— по­

*Глава 6 Отчуждение от себя*

или направление мысли друюю; но любое переживание (касается ли оно отношений с людьми, или восприятия природы и т. п.) не находит доступа к их чувствам, а внутреннее переживание не находит пути к осознанию Та­кое состояние сознания, в свою очередь, не слишком отдалено от состояния здоровых с виду людей, которые страдают от случайных частичных “стира­нии из памяти” или “слепых пятен”, касающихся определенных областей внешних или внутренних переживаний.

Все эти формы отчуждения от себя moi ут касаться точно также матери­альной стороны “себя” \* — своего тела и имущества. У невротика может быть весьма слабое ощущение собственного тела и мало чувств по отноше­нию к нему. Даже телесные ощущения могут быть заторможены. Его спра­шивают, например, не замерзли ли у него ноги, и только тогда ощущение холода доходит до его сознания путем длительных размышлений. Он может не узнать себя, неожиданно увидев себя в зеркале в полный рост. Сходным образом он может нс чувствовать свой дом своим домом — для него он так же безличен, как гостиничный номер. Другие не чувствуют, что их день­ги — это их деньги, даже если они заработаны тяжелым трудом.

Есть очень мало вариантов того, что можно, не колеблясь, назвать отчу­ждением от актуально! о Собственного Я. При таком отчуждении может быть стерто или затуманено все, что актуально представляет собой человек, или чем он владеет, включая сюда даже существующие для него связи его настоящего с его прошлым и чувство непрерывности своей жизни. Отчасти этот процесс присущ любому неврозу. Иногда пациенты осознают свои нарушения в этом плане, как в случае одного пациента, который описывал себя, как фонарный столб с мозгами наверху. Чаще они этого не осознают, хотя нарушения могут быть очень обширными; это постепенно открывается во время анализа.

В сердцевине отчуждения от актуального Собственного Я находится менее осязаемое, но более важное явление. Это постепенное отдаление невротика от своих собственных чувств, желаний, верований и сил. Это утрата чувства, что он сам активно определяет свою жизнь. Это утрата ощущения себя единым органичным целым. В свою очередь, это указывает на отчуждение от самого живого, что есть в нас, и что я предложила назы­вать *реальным Собственным Я.* I оворя о нем на языке Уильяма Джеймса, чтобы полнее представить его предназначение, оно рождает “трепетную внутреннюю жизнь”, непосредственность чувств, будь то радость, страст­ное желание, любовь, гнев, страх, отчаяние. Оно — источник непосредст­венного интереса и прилива энергии, “источник усилий и внимания, из которого исходят приказы воли”, способность желать и надеяться; это та наша часть, которая хочет расти, развиваться, осуществиться. Оно создает “спонтанные реакции” на наши чувства или мысли, “приветствуя их или

\* Здесь, как и во многих других рассуждениях, я грубо излагаю ход мыс чей Уильяма Джеим са, *“Принципы психологии”* (William lames, *“The Principles of Psychology”),* глава “Само осознание”, откуда и взяты все цитаты данного параграфа

— 141 —

***Кареч Хорни.*** *Невроз и шчностныи рост*

возражая им, одобряя или отказываясь от них, устремляясь к ним или от них, говоря им “да” или “нет””. Все это указывает, что наше реальное Собственное Я, когда оно сильно и активно, позволяет нам принимать реше­ния и нести за них ответственность Следовательно, оно ведет нас к истин­ной инте! рации и прочному ощущению целостности, единства Те по и разум, дела и мысли или чувства не только созвучны и гармоничны, но функционируют без серьезных внутренних конфликтов В контрасте с искусственными средствами собрать себя в одно цетое, приобретающими значение по мере ослабления реального Собственного Я, реальной интегра­ции сопутствует малое, или вообще никакое напряжение.

История философии показывает, что по отношению к собственным про­блемам мы можем занять многие выгодные позиции. Однако депо выглядит так, будто каждому, кто занимался этой темой, было трудно пойти дальше описания своего опыта и того, что его интересовало. С точки зрения к чини ческой применимости я предлагаю отличать актуальное или эмпиричес­кое \* Собственное Я от идеального, с одной стороны, и от реального, с дру гой. Актуальное Собственное Я — термин, который включает все, что чело-век представляет собой в настоящий момент: его тело и душу, здоровье и невротизм. Мы имеем в виду именно его, когда говорим, что хотим познать себя; то есть, хотим узнать себя такими, каковы мы есть Идеальное Соб ственное Я — это тот человек, который живет в нашем иррациональном воображении, или тот, которым нам Надо быть, согласно предписаниям нашей невротической гордости. Реальное Собственное Я, которое уже несколько раз здесь бьпо определено, это “изначальная” сита личност­ного роста и самоосуществления, с которой мы можем вновь достичь пол­ной идентификации, когда освободимся от калечащих оков невроза. Следо вательно, это то, на что мы ссы чаемся, когда говорим, что хотим найти себя В этом смысле это также (для всех невротиков) *возможное* Собст­венное Я — в противоположность идеальному, которою *не возможно* достичь. Увиденное под этим углом, оно кажется наиболее спекулятивным из всех. Кто, глядя на невротическо! о пациента, сумеет отделить зерна от п леве'I и сказать, вот его возможное Собственное Я9 Но в то время как реальное или возможное Собственное Я невротической личности — неко­торым образом абстракция, оно, тем не менее, *ощутимо,* и мы можем ска­зать, что каждый его проблеск ощущается как нечто более реальное, опре­деленное, несомненное, чем что-либо еще. Мы можем наблюдать это каче ство в себе или в наших пациентах, когда после нескольких резких внутренних озарений достигается освобождение от тисков некоторых ком-пульсивных потребностей.

Хотя трудно всякий раз провести четкое различие между отчуждением от актуального Собственного Я и от реального Собственного Я, последнее будет при дальнейшем обсуждении в центре нашего внимания Потеря себя,

\* Термин “эмпирическое Собсгвенное Я” используется У Джеймсом - 142

*f'шва 6 Отчуждение от своя*

говорит Кьеркегор,— это “болезнь к смерти”\*, это отчаяние — отчаяние от отсутствия у человека сознания себя самого или отчаяние от его нежела­ния быть собой Но это отчаяние, продолжает автор, не протестует, не вопит о себе Человек продолжает жить, как будто он все еще находится в непосредственном контакте со своей жизненной сердцевиной. Любая дру­гая потеря — работы, скажем, или ноги — привлекает гораздо большее его внимание. Это утверждение Кьеркегора совпадает с клиническими наблю дениями. Помимо вышеупомянутой патологии потеря себя не бросается в глаза прямо и резко Пациенты приходят на консультацию с жалобами на головную боль, сексуальные расстройства, затруднения в работе или предъ­являют другие симптомы, как правило, они не жалуются на потерю конта­кта с центром своего психического существования

Давайте же теперь, не входя в детали, набросаем общую картину того, какие силы ответственны за отчуждение от себя. Отчасти это последствие невротическою развития в целом, особенно *всего того, что есть в нев­розе компулъсивного.* Всего, что включает в себя: “Не я иду, меня несет” В данном контексте неважно, в какой области имеется компульсивность — в отношениях с людьми (смирение, мстительность, уход) или по отноше­нию к себе (самоидеализация). Сама вынужденность влечения неизбежно лишает человека независимости и спонтанности. Как только, например, потребность всем нравиться становится вынужденной, искренность чувств человека идет на убыль; то же происходит и с его разборчивостью. Как только его влечет поработать ради славы, падает его непосредственный интерес к самой работе. Компульсивные влечения, находящиеся в конфлик­те между собой, еще более снижают его цельность, его способность решать и давать указания И что еще важнее, псевдорешения невротика\*\*, хотя и представляют собой попытки интеграции, тоже лишают его независи­мости, поскольку делают компульсивным его образ жизни.

Во-вторых, отчуждение продвинет другой, тоже компульсивный про­цесс, который можно описать как *активное удаление от* реально! о Соб ственного Я. Все влечение к славе — такое удаление, особенно в силу решимости невротика переделать себя в того, кем он не является. Он чув­ствует то, что Надо чувствовать, желает то, что Надо желать, любит то, что Надо любить. Дру1 ими словами, тирания Надо неистово влечет его быть кем-то другим, а не тем, кто он есть или мог бы быть В своем воображении он и *есть* другой — настолько другой, что его реальное Собственное Я на самом деле блекнет и стирается еще больше. Невротические требования в терминах Собственного Я означают отбрасывание прочь непосредсгвен ных сил Вместо того, чтобы прилагать собственные усилия, например, в межличностных отношениях, невротик настаивает на том, чтобы другие приспосабливались к нему Вместо того, чтобы выкладываться на работе самому, он считает себя вправе требовать, чтобы кто-то другой сделал эту

\* С Кьеркегор *“Болезнь к смерти”* См *“.Наши внутренние конфликты”* и иоспедующие главы книги

143—

***Карен Хорнч.*** *Невроз и шчностный рост*

работу для него Вместо того чтобы самому принимать решения, он наста­ивает, чтобы ответственность за него несли другие. Следовательно, его конструктивные силы пропадают втуне, и он *действительно* все меньше и меньше определяет что-либо в своей жизни.

Невротическая гордость удаляет его еще на шаг да пыле от себя. По­скольку он теперь стыдится того, кто он есть на самом деле (своих чувств, способностей, деятельности), он активно отводит свой интерес от себя само­го. Весь процесс вынесения вовне — другой активный шаг прочь от Собствен­ного Я, актуального и реального. Удивительно, кстати, как сильно совпадает этот процесс с кьеркегоровским “отчаянием от нежелания быть собой”.

Наконец, есть и *активные шаги против* реального Собственного Я, выражающиеся в ненависти к себе. Отправив реальное Собственное Я, так сказать, в ссылку, мы становимся презренными каторжниками, которым угрожает полное уничтожение. Даже идея быть собой становится тошно­творной и ужасной. Ужас иногда появляется без маски, как почувствовала его одна пациентка, подумав: “Это я”. Это случилось, когда стала крошить­ся аккуратная стеночка, которую она построила между “ею” и “ее невро­зом”. В качестве защиты против этого ужаса невротик “заставляет себя исчезнуть”. У него есть бессознательная заинтересованность в том, чтобы не воспринимать себя отчетливо, чтобы сделать себя, так сказать, глухим, немым и слепым. Он не только прячет правду о себе, он весьма заинтересо­ван так поступать,— и это процесс, притупляющий его чувствительность к тому, где правда, а где ложь, не только в нем самом, но и вне ei о Он заин­тересован в том, чтобы эта неясность сохранялась, хотя на сознательном уровне может страдать от нее. Например, один пациент в своих ассоциа­циях, в качестве символа своей ненависти к себе часто использовал чудо­вищ из легенды о Беовульфе, выползающих по ночам из озера. Как он ска­зал однажды' “В тумане они меня не увидят.”

Результат всех этих шагов — отчуждение от себя. Пользуясь этим тер­мином, мы должны понимать, что он отражает только одну грань явления В точности его отражает субъективное ощущение невротика, что он далек от себя. Он может осознать во время анализа, что все те умные вещи, кото­рые он говорил о себе, были в действительности связаны не с ним и его жиз­нью, а касались какого-то парня, с которым у него мало общего, если вооб­ще хоть что-то есть, и все, что он о нем выяснил, очень интересно, конечно, но никак не приложимо к его собственной жизни.

Фактически этот аналитический опыт приводит нас прямо к сердцевине проблемы. Нельзя забывать, что пациент говорит не о погоде или телевиде­нии: он говорит о самом интимном своем жизненном опыте. Но этот опыт утратил свое личное значение. И, в точности, как он может рассказывать о себе без того, чтобы “быть в этом”, он может работать, проводить время с друзьями, гулять или спать с женщиной без того, чтобы быть в этом. Его *отношение к себе становится безличным;* и таким же становится отно­шение к жизни в целом. Если бы слово “деперсонализация” не было бы уже особым психиатрическим термином, оно хорошо подошло бы к тому, что по

— 144

*Глава 6 Отчуждение от сеоя*

сути представляет собой отчуждение от себя: это процесс обезличивания и, следовательно, умерщвления.

Я уже говорила, что отчуждение от себя (говоря только о неврозе) не проявляется прямо и откровенно, как может подсказывать значение этих слов, за исключением состояния деперсонализации, ощущения нереаль­ности происходящего или амнезии. Несмотря на то что эти состояния вре­менные, они могут наступить только у человека, в чем-то чужого самому себе. Факторы, предрасполагающие к ощущению нереальности происходя­щего,— это обычно жестокий удар по гордости и одновременная резкая вспышка презрения к себе, выходящие за пределы терпимого для данного человека. И наоборот, когда, с помощью терапии или без нее, эти острые состояния проходят, отчуждение от себя существенно не изменяется. Оно лишь снова входит в такие пределы, при которых человек может функцио­нировать без явной дезориентации. С другой стороны, опытный наблюда­тель будет способен уловить определенные общие симптомы, указывающие на существующее самоотчуждение, такие как пустота, мертвенность в гла­зах, аура безличности, автоматичность поведения. Камю, Маркам и Сартр блестяще описали эти симптомы Аналитик не перестает удивляться, до чего же сравнительно неплохо может функционировать человек без участия в этом сердцевины себя самого.

Каково же тогда *воздействие* отчуждения от себя на личность и жизнь человека? Чтобы возникла ясная и полная картина, мы обсудим, какое вли­яние оно оказывает на эмоциональную жизнь человека, на его энергию, цельность и на способность дать своей жизни направление, принять на себя ответственность.

Казалось бы, трудно сказать что-либо общее о *способности чувство­вать* или *об осознании чувств,* верное для всех форм невроза. Некоторые проявляют повышенные чувства радости, энтузиазма или страдания; другие кажутся холодными, во всяком случае, укрывшимися за маской бесстра­стия; у третьих, кажется, их чувства утратили силу, стали плоскими, стер­тыми. Однако несмотря на бесконечные вариации, одна характеристика кажется присущей любому неврозу любой степени тяжести. Осознанность, сила и род чувств определены в основном гордыней. Искренние собствен­ные чувства заглушены или пришиблены, иногда до полного исчезновения. Короче, *чувствами управляет гордость.*

Невротик склонен душить те чувства, которые играют против его осо­бой гордости, и раздувать те, которые играют ей на руку. Если в своем высокомерии он считает себя много выше остальных, он не может позво­лить себе чувствовать зависть. Его гордость своим аскетизмом может нало­жить узду на чувство радости. Если он гордится своей мстительностью, он охотно почувствует мстительную ярость. Однако если его мстительность возвеличивается и рационализируется в терминах “справедливости”, он не будет чувствовать мстительную ярость как таковую, хоть бы он и выражал ее так свободно, что ни у кого из окружающих не возникло бы никаких сом-

145—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

нений. Гордость *абсолютной* стойкостью может заморозить любое чувст­во страдания. Но если страдание играет важную роль в рамках гордыни (как средство выражения осуждения и основа невротических требований), оно не только преувеличивается перед другими, но и на самом деле чувствуется глубже. Чувство сострадания может быть отброшено, если к нему отно­сятся как к слабости, но может переживаться в полную силу, если его пола­гают божественным атрибутом. Если гордость сосредоточена на смирении, на ощущении “мне ничего ни от кого не нужно”, тогда любое чувство или потребность становятся “нестерпимой мукой от сгибания в три погибели, чтобы пролезть в какую-то дыру ... Если мне кто-то понравится, он может завладеть мной ... Если мне что-то понравится, я стану от этого зависеть”.

Иногда при анализе мы можем непосредственно наблюдать, как вмеши­вается гордость в искренние чувства. Хотя обычно Х отвергает Y, в основ­ном, из-за того, что тот чем-то оскорбляет его гордость, непосредственный ответ Х на дружеский подход Y может быть тоже дружеским. Но минуту спустя что-то подсказывает X: “Ты дурак, раз позволяешь обмануть себя дружелюбием”. Так что дружеские чувства выбрасываются за борт. Или же какая-то картина возбуждает в нем горячий, пылкий энтузиазм. Но его гор­дость искажает и это чувство, когда он думает про себя: “Никто другой не может ценить живопись, так как ты”.

Итак, гордость играет роль цензуры, поощряя осознание чувств или препятствуя ему. Но она может управлять чувствами и на более глубокой основе. Чем больше гордость захватила власти, тем больше человек спосо­бен к эмоциональному ответу жизни только с позиций гордости. Он словно захлопнул свое реальное Собственное Я в звуконепроницаемой комнате, и до него доносится один только голос гордости. Теперь его чувство удо­вольствия или неудовольствия, удрученности или приподнятости, симпатии или антипатии к людям — это, в основном, ответ его гордости. Точно так же и страдание, которое он испытывает осознанно,— страдание его гордости. С первого взгляда это не очевидно. Для него достаточно убедительно, что он реально страдает от неудачи, от чувства вины, одиночества, безответной любви. Он и правда страдает. Но вопрос в том, кто это в нем страдает. При анализе оказывается, что это его возгордившееся Собственное Я. Оно стра­дает, потому что считает, что ему не удалось достичь самой вершины успе­ха, довести нечто до непревзойденного совершенства, быть неотразимо при­влекательным, всегда страстно желанным для всех. Или же оно страдает, потому что считает, что ему положены успех, популярность и т. п., коих не предвидится.

Только когда гордыня поутихнет, он начинает чувствовать истинное страдание. Только тогда может он почувствовать сострадание к себе, кото­рое способно подвигнуть его на то, чтобы сделать что-то полезное для себя. Жалость к себе, которую он чувствовал до этого, была, скорее, пьяными слезами возгордившегося Собственного Я, почувствовавшего себя обижен­ным. Тот, кто не испытал этой разницы сам, может пожать плечами, думая

— 146—

*Глава 6 Отчуждение от себя*

что это безразлично — страдание остается страданием. Но одно лишь истин­ное страдание способно расширить и углубить наши чувства и открыть наше сердце страданию других. Рассказ “Из бездны” Оскара Уайльда описывает то освобождение, которое пережил автор, когда, вместо того чтобы страдать от ущемленного тщеславия, он стал испытывать истинное страдание.

Иногда даже ответы своей гордости невротик может переживать толь­ко через других. Он может *не чувствовать* себя униженным высокомерием или пренебрежением друга, а чувствовать стыд при мысли, что его брат или коллеги сочтут это унижением.

Конечно, гордость может управлять чувствами в разной степени. У же­стоко искалеченного эмоционально невротика могут быть определенные сильные и искренние чувства, такие как чувство к природе или к музыке. Значит, они не затронуты неврозом; иными словами — его реальному Соб­ственному Я отпущена эта мера свободы. Но даже если любовь и нелюбовь невротика в основном подчинены его гордости, в них все равно может сохраниться частица искренности. Тем не менее, в результате этой тенден­ции, общее обеднение эмоциональной жизни при неврозе наблюдается всегда: по уменьшению искренности, непосредственности, глубины чувств или, по крайней мере, по сокращению числа возможных чувств.

Сознательная установка человека по отношению к своим нарушениям бывает различной. Он может вообще не относиться к своей эмоциональной ущербности как к расстройству, а напротив, будет ею гордиться. Он может быть серьезно озабочен ростом своего эмоционального омертвения. Напри­мер, он может понимать, что его чувства все больше носят характер реакций. Не занятые ответами на дружелюбие или враждебность, его чувства бездея­тельны, они молчат. Его сердце не устремляется само к красоте дерева или картины, и они остаются для него ничего не значащими. Он может ответить другу, жалующемуся на беду, но не может сам активно представить жизнен­ную ситуацию другого. Или он может с испугом осознать, что даже такие реактивные чувства у него ослабели. “Если бы он был способен открыть в себе хоть пустяковое чувство, которое было бы настоящим, пусть скром­ным, но живым...”,— пишет Жан-Поль Сартр об одном из персонажей в “Возрасте рассудка”. И наконец, он может не осознавать никаких ухудше­ний. Только в своих сновидениях он предстает при этом в виде куклы, мра­морной статуи, двухмерной карточной фигуры или трупа, чьи губы он растя­гивает, чтобы получилась улыбка. Его самообман в этих последних примерах предстает наглядно, поскольку на поверхности существующее глубинное ухудшение может быть замаскировано любым из трех следующих способов.

Некоторые невротики выставляют напоказ брызжущую живость и фаль­шивую непосредственность. Они могут легко приходить в восторг или разо­чаровываться, легко поддаваться любви или гневу. Но эти чувства не идут из глубины; в глубине их нет. Они живут в мире своего собственного вообра­жения и поверхностно отвечают на то, что захватывает их фантазию или

— 147—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

задевает их гордость. Часто на передний план выходит потребность произво­дить на людей впечатление. Их отчуждение от себя делает возможным изме­нение своей личности в соответствии с требованиями ситуации. Хамелеоны, они всегда играют какую-то роль, сами не зная того, и, как хорошие актеры, вызывают в себе чувства, подходящие к этой роли. Следовательно, они могут показаться искренними, играют ли они праздного светского шалопая, или человека, серьезно интересующегося музыкой или политикой, или же всегда готового помочь друга. Аналитик тоже может поддаться этому обману, потому что во время анализа такой человек играет, соответственно, роль пациента, страстно желающего познать себя и измениться. Проблема, с кото­рой мы здесь соприкасаемся, это легкость, с которой они входят в роль и ме­няют ее на другую,— так же легко, как можно надеть платье и сбросить его.

Другие считают “силой” своих чувств погоню за приключениями и воз­бужденное участие в них. Это может быть лихачество за рулем, интриги, сексуальные похождения. Но потребность пощекотать себе нервы, возбу­диться безошибочно указывает на болезненную внутренюю пустоту. Толь­ко острые необычные стимулы могут пробудить хоть какой-то ответ у их неподвижных, инертных чувств.

Третьих, казалось бы, отличает определенность чувств. Они, вроде бы, знают, чего хотят, и их чувства адекватны ситуации. И опять, не только ограничен набор их чувств, но все они в низком ключе и словно мелки по сути. Более близкое знакомство показывает, что эти люди автоматически чувствуют то, что, в соответствии со их внутренними предписаниями, им Надо чувствовать. Или они всего лишь отвечают другим тем чувством, которого ждут от них. Наблюдения такого рода еще более обманчивы, ког­да личные Надо совпадают с Надо культуры; мы можем удержаться от оши­бочного заключения, лишь взяв во внимание картину эмоций во всей пол­ноте. Чувства, идущие от сердцевины нашего бытия, обладают непосредст­венностью, глубиной и искренностью; если одного их этих качеств недостает, нам следует лучше присмотреться к стоящей за этим динамике.

*Энергичность* при неврозе бывает очень разной — от состояния всеобъ­емлющей инерции (когда “нет сил”), через единичные непродолжительные всплески усилий, до постоянной, даже чрезмерной энергичности. Мы не мо­жем сказать, что невроз сам по себе делает невротика более или менее энер­гичным, чем здорового человека. Но к такому заключению можно прийти только при количественном подходе к энергичности человека, отдельно от его мотивов и целей. Одна из главных характеристик невроза, как мы утвер­ждали вообще и освещали в подробностях, это смещение приложения сил:

от развития заложенного потенциала реального Собственного Я на развитие фиктивного потенциала идеального Собственного Я. Чем полнее мы пони­маем значение этого процесса, тем меньше нас затрудняют несоответствия во внешнем выходе сил. Я упомяну здесь только о двух гранях процесса.

**Чем** больше сил отбирает на службу себе гордыня, тем меньше оста­ется для конструктивного влечения к самореализации. Проиллюстрируем

— 148—

*Глава 6. Отчуждение от себя*

это обычным примером: снедаемый честолюбием человек может проявить удивительную энергию, чтобы достичь высокого положения, власти и сла­вы, а с другой стороны, у него не находится времени, интереса и сил на лич­ную жизнь и свое духовное развитие. На самом деле вопрос не в том, что у него “не остается энергии” на личную жизнь и развитие. Даже если бы у него оставалась энергия, он бы бессознательно отказывался использовать ее ради своего реального Собственного Я. Это пошло бы вразрез с намере­нием его ненависти к себе, которое состоит в том, чтобы давить свое реаль­ное Собственное Я.

Другая грань — тот факт, что невротик *не владеет* своими силами (не чувствует свои силы своими собственными силами). У него есть чувство, что он сам не является движущей силой своей собственной жизни. У различных типов невротической личности за этот изъян могут отвечать различные фак­торы. Например, когда человек считает, что должен делать все, что от него ожидают, он на самом деле движется в силу чужих понуканий и пинков (или того, что он так истолковывает) и может остановиться, как автомобиль с работающим аккумулятором, предоставленный самому себе. Тот, кого так напугала собственная гордость, что он наложил табу на свое честолюбие, должен отрицать (перед собой) свое активное участие в том, что он делает. Даже если он нашел свое место в мире, он не чувствует, что это сделал он сам. Главенствует чувство “так уж вышло”. Но данное чувство (что он сам не является движущей силой своей жизни) в глубоком смысле соответствует действительности не только из-за действия всех подобных факторов. Ибо им движут в первую очередь не его желания и устремления, а его гордыня.

Естественно, ход нашей жизни отчасти определяют неподвластные нам внешние обстоятельства. Но нам дано чувство направления в жизни. Нам дана возможность знать, что мы хотим сделать со своей жизнью. У нас могут быть идеалы, к которым мы стремимся и на основе которых делаем нравственный выбор. Это чувство направления совершенно явно утрачено у многих невротиков, чья *власть направлять свою жизнь* ослабела в пря­мой пропорции к отчуждению от себя. Эти люди движутся, без цели и пла­на, куда ведет их фантазия. Пустые грезы занимают место прямой деятель­ности; следование случаю — место честных стремлений; цинизм служит подпоркой идеалам. Нерешительность может достигать такой степени, что тормозит любые целенаправленные действия.

Еще шире распространены и еще труднее распознаются *скрытые* нару­шения такого рода. Человек может казаться очень организованным, факти­чески целеустремленным, поскольку его влечет к таким невротическим целям, как совершенство или торжество. В таких случаях направляющая власть перехвачена компульсивными нормами. Искусственность указыва­емых ими направлений может стать видна только тогда, когда невротик окажется стиснут противоречивыми Надо. Тревога, которая возникает в такой ситуации, велика, потому что ему неоткуда взять другие указания, чтобы последовать им. Его реальное Собственное Я заключено в темницу;

— 149—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

он не может с ним посоветоваться, и по этой самой причине он — беспо­мощная добыча тянущих в разные стороны Надо. Это точно так же верно и для других невротических конфликтов. Степень беспомощности перед ними и страх взглянуть им в лицо не только говорят о размахе конфликтов, но еще более — об отчуждении от себя.

Отсутствие внутреннего направления тоже может не проявляться как таковое, потому что жизнь человека движется проторенным традицией путем, и он может обойтись без личных планов и решений. Откладывание со дня на день прикрывает нерешительность. И человек может осознать свою нерешительность, только если возникает необходимость принять решение, которое может принять он один. Такая ситуация может стать тог­да наихудшим родом наказанья Божьего. Но даже если так, общая природа нарушения обычно не осознается и приписывается трудности того решения, которое необходимо принять.

И наконец, недостаточность чувства направления может укрываться за установкой на уступчивость. Тогда человек делает то, чего, по его поня­тиям, от него ждут; становится тем, кем, как он думает, другие хотят его видеть. И у него может выработаться значительная проницательность отно­сительно желаний и ожиданий других. Обычно он (вторично) возвеличивает это свое искусство, как чуткость или внимательность. Когда он начинает отдавать себе отчет в вынужденном характере такой “уступчивости” и пытается ее анализировать, он обычно обращает внимание на то, что каса­ется личных взаимоотношений, например, на потребность угодить другим или оградить себя от их враждебности. Однако он “уступает” в ситуациях, к которым это неприложимо, например, в аналитической ситуации. Он пре­доставляет инициативу аналитику и хочет узнать или догадаться, чего тот от него ждет. Он поступает прямо противоположно тому, на что открыто вдохновляет его аналитик: следовать собственным интересам. И здесь ста­новится видна подоплека “уступки”. Нимало не осознавая этого, он вы­нужден предоставлять другим направлять свою жизнь вместо того, чтобы взять ее в свои руки. Предоставленный сам себе, он чувствует себя потерян­ным. В сновидениях появляются такие символы, как лодка без руля, потеря компаса, путешествие без гида по чужой и опасной стране. То, что отсут­ствие внутренней направляющей власти — существенный элемент его “ус­тупчивости”, становится ясно позднее, когда начинается борьба за внутрен­нюю независимость. Тревога, появляющаяся во время этого процесса, свя­зана с отбрасыванием привычных целей, при том, что еще не хватает смелости довериться себе.

В то время как недостаточность или утрата власти направлять свою жизнь могут быть скрытыми, есть и другая, всегда ясно различимая, по крайней мере, для подготовленного наблюдателя, недостаточность: *способ­ности принимать на себя ответственность.* Слово “ответственность” может означать три разных вещи. Я не буду, в данном контексте ссылаться на выполнение обязательств или на верность данному обещанию, или на

150

*Глава 6 Отчуждение от себя*

способность отвечать за других людей. Установки на этот счет слишком разняться, чтобы можно было выбрать нечто постоянное, характеризую­щее любой невроз. Невротик может быть надежным человеком, а может брать на себя слишком мало или слишком много ответственности за других.

Не будем мы философствовать и о нравственной ответственности. Ком-пульсивность при неврозе так велика, что свобода выбора становится пре­небрежимо малой. Для практических целей мы примем, что пациент, в общем, не мог бы вырасти иным человеком; а в частности, не мог бы по­ступать, думать и чувствовать иначе, чем он поступает, думает и чувствует. Но пациент, однако, не разделяет этой точки зрения. Его высокомерное пренебрежение ко всем законам и к любой необходимости простирается и на него самого. Тот факт, что его развитие (принимая во внимание его прошлое) могло пойти только в определенном направлении, им во внима­ние не принимается. Сознательными или бессознательными были такие-то и такие-то влечения и установки, тоже ничего не значит. Неважно, насколь­ко непреодолимыми были исключительно неблагоприятные условия, с кото­рыми ему приходилось бороться, он Должен был сражаться с ними с неос­лабевающей силой, храбростью и хладнокровием. Если он не смог, значит он дрянь. И наоборот, в своей самозащите он может жестко отрицать любую свою вину, провозглашая себя безупречным, и возлагать на других вину за любые трудности, прошлые или настоящие.

Здесь, как и в других случаях, гордость берет на себя функции ответст­венности и травит его презрительными обвинениями, когда ему не удается сделать невозможное. Поэтому почти невозможно для него принять на себя единственную имеющую значение ответственность. А это, по сути, не больше, но и не меньше, чем *обычная, простая честность в ответах самому себе—о себе и о своей жизни.* У этой честности три дела: прямое признание себя таким, какой ты есть, без преуменьшений или преувеличе­ний; готовность отвечать за последствия своих действий, решений и т. п., не пытаясь “вывернуться” или свалить вину на других; осознание, что решение твоих проблем зависит от тебя, а не другие люди, судьба или время должны их за тебя решать. Это не значит, что нельзя принимать постороннюю по­мощь, напротив, это подразумевает получение всевозможной помощи. Но даже лучшая помощь со стороны не принесет пользы, если ты сам не дела­ешь усилий к конструктивным изменениям.

Проиллюстрируем это искусственным примером, собранным из многих подобных случаев: молодой женатый мужчина постоянно тратит денег больше, чем может себе позволить, несмотря на регулярную финансовую помощь от отца. Он дает себе и другим множество объяснений: это ошиб­ка его родителей, которые никогда не учили его обращаться с деньгами; это ошибка его отца, который назначил ему малое содержание. Но это продол­жается, потому что он слишком робок, чтобы попросить больше; ему нуж­ны деньги потому, что его жена не умеет экономить, или потому, что ребен­ку нужна игрушка; потом идут налоги и счета от врачей — и что, разве он не заслуживает, как и всякий, немного развлечений здесь и сейчас?

151 —

***Карен Хорчи*** *Невроз и шчностныи рост*

Все эти доводы — непосредственные данные для аналитика Они рас крывают требования пациента и его склонность считать себя обиженным Для пациента — они не только полностью и удовлетворительно отвечают за его затруднительное положение, но по сути, он использует их, как волшеб ную палочку, чтобы устранить тот простои факт, что, по каким бы то ни бьпо причинам, он действительно тратит слишком много денег Прямо заявить о фактах, назвать лопату лопатой, часто почти невозможно для невротика, раздираемого гордостью и презрением к себе Конечно, последствия не заме дляют сказаться банковский счет истощается, он влезает в долги Он в ярости на банк, который вежливо уведомляет его о состоянии его счета, в ярости на друзей, которые не хотят ссудить его деньгами Когда дело становится совсем плохо, он ставит отца и друзей перед фактом и так или иначе вынуждает их прийти ему на выручку Он не усматривает той простейшей связи, что его не приятности — последствие его нерасчетливых трат Он принимает зароки на будущее, которые вряд ли чего-то стоят, потому что он слишком занят тем, чтобы оправдать себя и обвинить других, и не имеет на самом деле в виду того, что планирует До его сознания так и не доходит трезвая мысль, что недостаток расчетливости —*его* проблема, которая по-настоящему затруд няет *его* жизнь, и что, следовательно, *от него* зависит ее решение

Вот другая иллюстрация того, насколько упорно невротик может быть слеп к последствиям своих проблем или своих действии человек, таящий бессознательное убеждение, что его не касается обычная причинно-следст венная связь, вдруг осознает свое высокомерие и мстительность Но он просто не видит того следствия, что другие возмущены этими его качест вами Если кто то негодует на него, это неожиданный удар, он считает себя обиженным и часто бывает довольно проницательным, указывая на невроти ческие факторы (в других'), которые заставляют их возмущаться его поведе нием Он легко сбрасывает со счета все представленные доказательства Он считает это попыткой других рационализировать их собственную вину или уход от ответственности

Эти иллюстрации, хотя и типичные, не показывают и малой части спо собов уйти от ответственности за себя Мы уже обсуждали их, когда гово рили о способах сохранить лицо и спастись от бешеных атак ненависти к себе Мы видели, как невротик возлагает ответственность на всех и вся, кроме себя, как он делается отстраненным наблюдателем над собой, как искусно он отделяет себя от своего невроза В результате его реальное Собственное Я значительно ослабевает или еще больше отдаляется Если, например, он отрицает, что бессознательные сипы являются частью его личности, они могут стать для него загадочной, пугающей до безумия властью И чем слабее его контакт со своим реальным Собственным Я из за таких бессознательных уверток, тем больше он становится беспомощной добычей своих бессознательных сил, и тем больше и больше у него насто ящих причин бояться их И напротив, каждый шаг к собственной ответст венности за весь этот свой комплекс заметно прибавляет человеку сил

— 152

*Глава 6 Отчуждение от сеоя*

Более того, уход от ответственности за себя мешает любому пациенту увидеть и преодолеть свои проблемы Если бы можно было выйти на эту тему в самом начале анализа, это сэкономите бы массу времени и труда Однако, пока пациент отождествляет себя со своим идеальным образом, он не может даже усомниться в его правильности И ее™ на переднем плане находится ненависть к себе, в ответ на идею ответственности за себя он может окаменеть от ужаса, ничего из нее не извлекая Мы должны помнить также, что неспособность отвечать за себя — только одно из выражений общего отчуждения от себя Следовательно, мы тщетно будем браться за эту проблему до тех пор, пока у пациента не появятся чувства к себе и ощущение себя

Наконец, когда реальное Собственное Я “заперто” или “сослано”, *спо собность к интеграции* тоже будет находиться на низком уровне Здоро­вая интеграция — результат того, что человек является самим собой, и только на этой основе она и может быть достигнута Если мы в достаточ ной степени *мы сами,* чтобы иметь спонтанные чувства, принимать собст­венные решения и нести за них ответственность, тогда у нас есть ощущение цельности, и у него — прочная основа Приведем слова поэта, воспеваю щего обретение себя

Все воедино сплавилось и место обрело Желанье, действие, молчанье, слово, Работа и любовь, мои возраст и лицо Все перестало нынче жить поодиночке, Срослось, как корни перед выходом на свет \*

Отсутствие спонтанной интеграции мы обычно считаем прямым следст­вием невротических конфликтов Это верно, но мы не поймем до конца, какой властью обладают силы дезинтеграции, если не рассмотрим образу ющиеся в этом случае порочные круги Если в результате стечения многих обстоятельств мы теряем себя, то у нас больше нет той твердой почвы под ногами, стоя на которой мы можем попытаться выпутаться из наших внут ренних конфликтов Мы остаемся в их силках беспомощной добычей их дезинтергирующей силы и вынуждены цепляться за любое доступное сред­ство их разрешения Это то, что мы называем невротической попыткой решения,— и невроз, с этой точки зрения, представляет собой серию таких попыток Но в этих попытках мы уходим еще дальше от себя, и дезинтегри-руюшее влияние конфликтов нарастает Нам становятся нужны искусствен­ные средства, чтобы как-то собрать себя воедино Надо, орудия гордости и ненависти к себе, проиобретают новую функцию защищать нас от хаоса Они управляют человеком железной рукой, но, как и политическая тирания, создают и поддерживают определенный неестественный порядок Жесткий контроль силы воли и рассудка — другая грубая веревка, которой человек

Мэи Сартон *“Теперь я стена сооои”* 1948 (May Sal-ton *“Now I Become Myself”)* — 153—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

пытается связать вместе все отдельные части личности. Мы обсудим это, наряду с другими средствами ослабления внутреннего напряжения, в сле­дующей главе.

Общее значение этих нарушений в жизни пациента вполне очевидно. То, что он не является активным определяющим фактором в своей собственной жизни, создает у него чувство глубокой неуверенности, неважно, насколько оно прикрыто вынужденной жесткостью. Он не чувствует своих собствен­ных чувств, и это делает его неживым, неважно, насколько велика его поверхностная живость. Он не отвечает за себя, и это отнимает у него вну­треннюю независимость. Вдобавок, бездеятельность его реального Собст­венного Я оказывает значительное влияние на развитие его невроза. Именно здесь яснее всего видна та грань отчуждения от себя, которую составляет механизм порочного круга. Сам являющийся порождением невроза, он ста­новится причиной его дальнейшего продвижения. Ибо чем больше отчужде­ние от себя, тем более беспомощной жертвой гордыни становится невротик. У него все меньше и меньше живой силы, чтобы ей сопротивляться.

В некоторых случаях могут возникнуть серьезные сомнения, не пересох ли этот живой источник энергии совсем, не был ли постепенно перекрыт к нему доступ? По моему опыту, мудрее не выносить приговора. Чаще все-таки получается, при достаточном терпении и умении аналитика, вернуть реальное Собственное Я из ссылки или “к жизни”. Например, нас обнаде­живает, если энергия, пусть и недоступная для применения в личной жизни, уходит на конструктивные усилия ради других. Излишне говорить, что такие усилия могут делаться и делаются вполне цельными людьми. Но те, кем интересуемся мы, обнаруживают поразительное расхождение между безграничной на вид энергией, которая тратится на других, и недостатком конструктивного интереса или заботы о своей собственной личной жизни. Даже когда они проходят анализ, их родственники, друзья или ученики ча­сто извлекают больше выгоды для себя из их аналитической работы, чем они сами. Тем не менее, как врачи, мы держимся за факт, что их заинтере­сованность в своем росте жива, пусть и вынесена жестко вовне. Однако развернуть их интерес обратно, к самому себе, может оказаться нелегким делом. Не только грозные силы сражаются против конструктивных перемен в них, но и они сами тоже не слишком желают таких перемен, поскольку направление стремлений вовне создает подобие равновесия и дает им чув­ство, что они чего-то стоят.

Роль реального Собственного Я обозначается яснее, когда мы сравни­ваем ее с Фрейдовской концепцией Эго. Хотя я исходила из совершенно других предпосылок и шла совершенно другим путем, я кажется, пришла к тем же результатам, что и Фрейд, постулировавший слабость Эго. Вполне верно, что в теории есть очевидная разница. Для Фрейда Эго — служащий, у которого есть свои обязанности, но нет инициативы и исполнительной власти. Для меня реальное Собственное Я — источник эмоциональных сил,

— 154

*Глава 6. Отчуждение от себя*

конструктивной энергии, обладающий властью направлять и судить. Но, отводя реальному Собственному Я все эти возможности и считая, что все они осуществляются у здорового человека, спросим, велика ли разница между моей позицией и позицией Фрейда, когда речь идет о неврозе? Не все ли равно для практических целей — ослабело ли Собственное Я, парали­зовано ли или “пропало из виду”, увлеченное невротическим процессом, с одной точки зрения, или, с другой точки зрения, *по своей сути* не явля­ется конструктивной силой?

Рассматривая начальную фазу любого анализа, мы ответим на этот воп­рос утвердительно. В этот период очень мало заметна деятельность реаль­ного Собственного Я. Мы видим лишь, что определенные чувства или веро­вания, возможно, подлинные. Мы можем предполагать, что влечение паци­ента к развитию содержит крупицы искренности, помимо более очевидного стремления к величию; что сверх и наряду с его потребностью в интеллек­туальной власти ему нужна еще и правда о себе; и т. д. и т. п.— но все это пока догадки.

Однако в течение аналитического процесса картина радикально изменя­ется. Когда гордыня подорвана, пациент, вместо того чтобы автоматически вставать в оборонительную позицию, начинает интересоваться правдой о себе. Он понемногу начинает брать на себя ответственность, в том смыс­ле, о котором мы говорили: принимать решения, чувствовать свои чувства, верить в свои убеждения. Все функции, которые, как мы видели, были захва­чены гордыней, постепенно вновь обретают непосредственность с возвра­щением к власти реального Собственного Я. Происходит перераспределе­ние движущих сил. И в этом процессе реальное Собственное Я с его конст­руктивными силами оказывается более сильной стороной.

Мы обсудим позднее индивидуальные шаги, необходимые для этого лечебного процесса. Здесь я только указала на его осуществимость; в про­тивном случае эти рассуждения об отчуждении от себя оставили бы у нас слишком негативное впечатление о реальном Собственном Я, впечатле­ние, что это мираж, желанный, но вечно неуловимый. Только ознакомив­шись с более поздними фазами анализа, мы можем увидеть, что утвержде­ние о его потенциальной силе — не спекуляция. При благоприятных усло­виях, как, например, в ходе конструктивной аналитической работы, оно снова может стать живой силой.

Только потому, что это реальная возможность, наше лечение и может приносить нечто большее, чем облегчение симптомов, и давать людям на­дежду на помощь в росте их личности. И только видя эту реальную возмож­ность, можно понять, что отношения между ложным и реальным Собствен­ным Я — это конфликт соперничающих сил, как подразумевалось в преды­дущей главе. Этот конфликт может превратиться в открытую битву только тогда, когда реальное Собственное Я вновь станет достаточно активным, чтобы человек на это рискнул. До этой поры он может делать только одно:

защищать себя от раздирающих его конфликтов, находя их псевдорешения. Их мы и обсудим в последующих главах.

— 155

Глава 7 Средства уменьшения напряжения

Все процессы, описанные до сих пор, раскрывают внутреннюю ситуа­цию, насыщенную душераздирающими конфликтами, невыносимым напря­жением и грозящую всевозможными ужасами. Никто не сумеет выполнять свои обязанности и даже жить в таких условиях. Нужно предпринять какие-то попытки решить эти проблемы, убрать конфликты, ослабить напряжение, предотвратить ужасы,— и человек так и поступает, автоматически. В рабо­ту вступают те же самые силы интеграции, что и в процессе самоидеализа­ции, который сам по себе — отчаяннейшая и наиболее радикальная невро­тическая попытка решения: разделаться со всеми конфликтами и происхо­дящими от них затруднениями, поставив себя выше их. Но есть различие между этой попыткой и теми, к описанию которых мы приступаем. Мы не можем определить это различие точно, поскольку оно не качественное, а количественное, типа “больше — меньше”. Например, погоня за славой, тоже возникшая в силу непреодолимой внутренней необходимости, в боль­шей степени творческий процесс. Хотя и деструктивный по своим послед­ствиям, он, тем не менее, исходит из лучшей человеческой страсти — под­няться над своей ограниченностью. В конечном счете очевидно, что именно невероятная эгоцентричность погони за славой отличает ее от здорового стремления. Что же касается разницы между этим решением и нижеследую­щими, ее причина не в том, что истощается воображение. Оно продолжает работать — но на ухудшение внутреннего состояния. Это состояние вызы­вало опасения уже тогда, когда наш Икар предпринимал свой первоначаль­ный полет к солнцу; теперь (под разрушительным воздействием конфликтов и напряжения) опасность психической дезинтеграции приблизилась.

Прежде чем представить новые попытки решения, мы должны поближе познакомиться с определенными средствами, цель которых — уменьшить постоянное напряжение\*. Достаточно кратко перечислить их, поскольку они уже обсуждались в этой книге и в предыдущих публикациях, а в после­дующих главах будет подведен итог.

*\** Они соответствуют в принципе, если не по содержанию, тому, что я назвала “вспомога­тельными подходами для достижения искусственной гармонии” в “Наших внутренних кон­фликтах”

— 156—

*Глава 7 Средства уменьшения напряжения*

*Отчуждение от себя,* рассматриваемое с такой точки зрения, одно из этих средств, и, возможно, первое по значимости. Мы обсуждали причины, создающие и усиливающие его. Оно, повторим, лишь последствие компуль-сивности влечений невротика и отчасти — результат предпринятых им активных шагов прочь от реального Собственного Я и против него. Нужно добавить в данном контексте, что у невротика есть определенный интерес отрекаться от него: отречение поможет избежать внутренней войны и све­сти внутреннее напряжение к минимуму \*. Здесь действует тот же принцип, что и во всех попытках разрешить внутренние конфликты. Любой внутрен­ний или внешний конфликт способен исчезнуть из поля зрения и действи­тельно снизиться (искусственным путем), если подавить одну его сторону и сделать другую главенствующей\*\*. Описывая это как конфликт потреб­ностей и интересов двух человек или двух групп людей, можно сказать, что открытый конфликт исчезнет, если один человек или одна группа подчи­нится. Между грубым отцом и запуганным ребенком нет видимого кон­фликта. То же самое верно и для внутренних конфликтов. У нас может быть острый конфликт между враждебностью к другим и потребностью быть любимым. Но если мы подавляем враждебность (или потребность быть любимым), наши отношения с людьми упрощаются. Сходным обра­зом, если мы “отправляем в ссылку” наше реальное Собственное Я, кон­фликт между ним и ложным Собственным Я не только уходит из сознания, но и распределение сил так меняется, что он на самом деле утихает. Есте­ственно, это ослабление напряжения может быть достигнуто только ценой возрастания автономности гордыни.

Тот факт, что отречение от реального Собственного Я продиктовано желанием защитить себя, становится особенно очевиден в последней фазе анализа. Как я уже отмечала, мы действительно наблюдаем ужесточение внутренней войны, когда реальное Собственное Я становится сильнее. Вся­кий, кто пережил ярость этой битвы в себе или в других, может понять, что прежнее отступление реального Собственного Я с поля боя было продикто­вано потребностью в выживании, желанием не быть разорванным в клочья.

Этот процесс самозащиты заявляет о себе, в основном, как заинтересо­ванность пациента затемнять проблемы. Поэтому внешне все у него выхо­дит складно, а в глубине — это запутавшийся человек. Но у него не только поразительная способность напускать туману, его, вдобавок, нелегко отго­ворить от этого. Заинтересованность пациента должна быть, и есть, та же самая и проводится в жизнь теми же путями, как и сознательная заинтере­сованность любого обманщика: у шпиона, которому надо скрыть свою лич­ность, у мошенника, которому надо прикинуться честным, у уголовника, которому надо обеспечить себе алиби. Невротик ведет двойную жизнь, сам того не зная, и должен *бессознательно* скрывать правду о том, кто он,

\* Этот интерес — другой фактор, усиливающий отчуждение от себя, он принадлежит к кате­гории шагов от реального Собственного Я. \*\* См К Хорни *“Наши внутренние конфликты”* Глава 2 *“Основной конфликт”*

*•* 157

***Карен Хорни.*** *lleepos и личностный рост*

чего он хочет, что чувствует, во что верит И весь его самообман вытекает из этого основного обмана Выделим динамику еще яснее он не точько на уровне рассудка запутался в том, что означают свобода, независимость, любовь, доброта, сила До тех пор, пока он не готов к борьбе с самим собой, у него есть веские субъективные основания оставаться в заблуждении. И их, в свою очередь, он может прикрывать фальшивой гордостью своим всепро-ницающим разумом.

Второе по значению средство — это *вынесение во вне внутренних переживаний* Это означает, повторим, что внутрипсихический процесс не переживается как таковой, но воспринимается или осмысливается как происходящий между индивидом и внешним миром Это довольно ради кальное средство разгрузить внутреннюю систему от напряжений, и его неизменная цена — внутреннее обеднение и растущие нарушения в меж личностных отношениях Сперва я описала вынесение вовне (экстернали-зацию\*) как средство поддержания идеального образа, когда вина за все недостатки или беды, не укладывающиеся в данный образ, перекладывается на других. Затем мы увидели в нем попытку отрицать существование сил саморазрушения или попытку притушить внутреннюю войну, провели раз личие между активным и пассивным вынесением вовне “Я ничего не делаю для себя, все для других, и так и надо” и “Я вовсе не враждебен к другим, это меня сживают со свету” И теперь, наконец, мы делаем дальнейший шаг в понимании вынесения вовне Вряд ли хоть один из описанных мной внут­ренних процессов не может быть вынесен вовне Например, невротик может чувствовать сострадание к другим, когда было бы совершенно невоз­можно для него почувствовать его к себе Он будет энергично отрицать стремление к собственному спасению, и оно найдет выражение в том, что он станет проницательно отмечать остановки других в их духовном росте, проявляя иногда поразительную способность помогать им Fro бунт против принуждения со стороны внутренних предписаний может проявиться в не­подчинении условностям, законам, влияниям Отказываясь от осознания собственной задавленной гордости, он может ненавидеть (ипи превозно сить) ее в других Он может презирать в других собственную покорность диктатуре своей гордыни Не зная, что сглаживает безжалостную жесто­кость своей ненависти к себе, он может выработать установку Потиан ны\*\* по отношению к жизни вообще, убирая из нее всю грубость, жесто­кость и даже смерть

Третье основное средство ослабления внутреннего напряжения — тен­денция невротика переживать себя по кускам, словно он набор не связан­ных между собой частей В психиатрической литературе это известно, как

*\** См К Хорни *“Наши внутренние конфликты”* Глава 7 *“Экстернализация”* \*\* Поллианна — героиня одноименного рассказа Элеоноры Портер, нарицательное имя для человека чрезвычайно, до слепоты, оптимистичного, склонного во всем видеть тотьио хорошее *(Прим перев )*

*—* 158—

*Гчава 7 Средства уменьшения напряжения*

*психическая фрагментарность\*,* изолированность частей личности, и кажется нам ничем иным, как повторением того факта, что у него нет ощу­щения себя как целостного организма, единого целого, в котором каждая часть имеет отношение к целому и взаимодействует со всеми другими частями Конечно, точько у того, кто отчужден от себя и внутренне раз­дроблен, *может* отсутствовать такое чувство единства. Однако я хочу здесь подчеркнуть, что невротик активно заинтересован в своей раздроблен­ности Он может уловить свои внутренние связи интеллектуально, когда ему их покажут Но это сюрприз для не1 о, это не затрагивает его глубоко и вскоре исчезает

У него имеется бессознательная заинтересованность, например, не видеть причинно-следственных связей — того, что один психический фак­тор счедует из другого или усиливает его, что некая установка с необходи­мостью будет поддерживаться, поскольку защищает важную иллюзию, что любая компульсивная тенденция будет влиять на его отношения с людьми или на его жизнь вообще Он может не видеть самых простых причин и след­ствий Ему странно, что его неудовлетворенность имеет некое отношение к его требованиям, или что его огромная потребность в людях (по каким бы то ни было невротическим причинам) делает его зависимым от apyi их Для него может быть невероятным открытием, что его поздние утренние подъ­емы как-то связаны с тем, что он поздно ложится

У него может быть столь же сильная заинтересованность не восприни­мать *противоречивости сосуществующих в нем ценностей* Он почти буквально может быть глух к тому, что терпит в себе, и даже лелеет, две осознанных взаимоисключающих системы ценностей. Его, например, может не беспокоить тот факт, что ценя святость, он ценит, когда другие находятся у него на побегушках, или что честность не сочетается со стра­стью “выходить сухим из воды” Даже когда он пытается исследовать себя, он получает всего лишь отдельные части, словно перед ним рассыпанная разрезная картинка-головоломка вот робость, вот соперничество, често­любие, а вот мазохистские фантазии, потребность в любви других и много чего еще Он может увидеть все кусочки правильно, но ничего не изме нится от этого, поскольку он не видит контекста, не ощущает взаимосвязей, процесса, динамики

Хотя психическая фрагментарность по своей сути — дезинтегрирующий процесс, его функция — сохранить status quo, защитить невротическое равно весие от крушения Отказываясь задуматься над своими внутренними проти воречиями, невротик отворачивается от стоящих за ними конфликтов и тем самым поддерживает внутреннее напряжение на низком уровне У него нет ни малейшего интереса к ним, и они остаются далеки от его осознания

Тот же результат получится, если оторвать причины от следствий Раз­рывая эти связи, он защищает себя от осознания того, насколько влиятель-

См Эдвард Штреккер и Кеннет Аппель *“Открывая самих себя”* (Edward A Strecker, Kennet Appel *“Discovering Ourselves”,* 1943)

159-

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

ны и имеют непосредственное отношение к происходящему с ним его опре­деленные внутренние силы Обычный, но важный пример этого — человек, который иногда испытывает приступы мстительности Ему бывает неверо­ятно трудно, даже рассудком, уловить тот факт, что эти приступы мотиви­руют его раненая гордость и потребность восстановить ее, и даже увидев эту связь ясно, он не придает ей значения Возьмем другой пример Человек может получить вполне ясное впечатление о вреде своего постоянного самооплевывания Он может увидеть на дюжине подробных примеров, что такие проявления резкого презрения к себе следуют за “неудачей” — когда у него не получается жить в соответствии с фантастическими предписа­ниями его гордости. Но и здесь сознание остается невосприимчивым к этой связи, и она распадается Следовательно, как сила его гордости, так и ее отношение к презрению к себе остаются, в лучшем случае, некими неяс­ными теоретическими построениями — которые освобождают его от необ­ходимости разобраться как следует со своей гордостью Она сохраняет свою силу, и напряжения удерживаются на невысоком уровне (потому что она не дает конфликтам всплыть), а невротику удается поддерживать обман чивое чувство цельности

Эти три попытки сохранить подобие внутреннего мира имеют общую черту при них убираются прочь все элементы, которые несут в себе воз можность разорвать невротическую структуру — исключается реальное Собственное Я, удаляются все виды внутреннего опыта, уничтожаются все связи, которые (будучи осознанными) могли бы нарушить равновесие Чет вертое средство, *автоматический контроль,* отчасти следует той же тен­денции Его основная функция — наложить узду на чувства В структуре, находящейся на грани дезинтеграции, чувства — источник опасности, пото­му что они, так сказать, неприрученная первобытная сила внутри нас Я не говорю здесь о сознательном самоконтроле, которым мы можем, если так решим, обуздать импульсивные действия, взрыв гнева или порыв энтузи­азма Система автоматического контроля обуздывает не только импуль­сивные действия или выражения чувств, но сами импульсы и чувства Она действует как автоматическая сигнализация, выдавая сигнал в виде страха, когда появляется нежелательное чувство

Но в контрасте с другими средствами данное, как подразумевает ег о на­звание, является еще и системой контроля. Если из-за отчуждения от себя и психической фрагментарности исчезает ощущение органического един­ства, необходим некий искусственный контроль, чтобы поддерживать рас сыпающуюся на части личность

Такой автоматический контроль может охватывать все импульсы и чув­ства — страха, обиды, гнева, радости, дружбы, энтузиазма Соответствую щие физические проявления широкой системы контроля — это мышечное напряжение, выражающееся в походке, позах, жестком выражении лица, затрудненном дыхании, запорах, и т д Сознательная установка к самому контролю может быть разной Некоторые люди еще достаточно живые,

160

Глава 7 Средства уменьшения напряжения

чтобы он им мешал, и, по крайней мере, иногда отчаянно хотят свободно ходить, смеяться от всего сердца^ влюбляться, увлекаться чем-то Другие уже закаменели и открыто гордятся этим Они называют это достоинст вом, самообладанием, стоицизмом, надеванием маски, лицом игрока в покер, “реализмом”, отсутствием “сантиментов”, нежеланием “все вы ставлять напоказ”

При других типах невроза контроль более избирателен. Опредечен ные чувства проходят безнаказанно или даже поощряются. Таким обра зом, например, человек с сильной склонностью к смирению склонен пре увеличивать чувства любви или страдания Через контроль не проходит, в основном, весь ряд враждебных чувств" подозрение, гнев, презрение, мстительность

Конечно, чувства могут быть сглажены или подавлены в результате многих других факторов, и среди них — отчуждение от себя, запрет со сто­роны гордости, привычка фрустрировать себя Но то, что бдительная сие тема контроля действует сверх и помимо этих факторов, видно во многих случаях по реакции испуга при одной перспективе уменьшения контроля — это страх задремать, страх перед анестезией, перед влиянием алкоголя, страх лечь на кушетку и отдаться свободным ассоциациям, страх съехать на лыжах с горки Чувства, будь то сострадание, страх, жестокость, проник шие через систему контроля, могут возбудить панику Ее причина может быть в том, что человек боится таких чувств и отрицает их, потому что они подвергают опасности нечто специфическое в невротической структуре Но причиной может послужить также одно осознание, что не сработала система контроля При анализе паника ослабевает, и только тогда дейст­вительно становятся доступны для работы особые чувства пациента и его установки по отношению к ним.

Последнее общее средство уменьшения внутреннего напряжения, кото рое надлежит здесь обсудить — это вера невротика в *превосходство разула* В то время как чувства (из-за их непокорства) ходят в подозревае­мых, подлежащих контролю, разум (воображение и рассудок), как вылетев ший из бутылки джин, занимает полнеба Фактически, таким образом созда ется еще одна раздвоенность Больше нет объединений — разум и чувства, разум и тело, разум и Собственное Я, а есть противопостав пения — разум *против* чувств, разум *против* тела, разум *против* Соственного Я Но и эта радвоенность тоже служит ослаблению напряжения, сокрытию конфлик тов и установлению подобия единства Это может происходить трояко

Разум становится зрителем Судзуки говорит “Ум, в конце концов, лишь созерцает, а когда все же делает какую-то работу — он наемник, к добру или к худу” \* В случае невротика разум — никогда не дружелюб­ный, внимательный зритель, ему более или менее интересно, он более или менее садистичен, но он всегда отстранен — словно наблюдает за чужим

\* Д Т Судзуки *“Эссе о дзен-буддизме”*

161

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

человеком, с которым столкнутся случайно Иногда самонаблюдения тако­го сорта бывают довольно механистичны и искусственны Пациент отдаст вам более-менее точный отчет о происшествиях, делах, симптомах, усито-вающихся или ослабевающих, не касаясь значения, которое все эти события имени для него, и своих личных реакций на них Он даже может быть (или стать во время анализа) человеком, очень интересующимся своими психи­ческими процессами. Но его интерес к ним — это скорее наслаждение остротой своих наблюдений, наслаждение хитростью механизмов их функ­ционирования, нечто весьма схожее с завороженностью энтомолога жизнью насекомых. Аналитик, сходным образом ошибаясь, тоже может радоваться, принимая рвение пациента за реальный интерес к самому себе. И только через некоторое время он обнаружит, что пациенту не так уж интересно, какое значение имеют все его открытия для его жизни

(Устраненный интерес может также быть открытым поиском недостат­ков, ликующим, садистическим. В таких случаях он часто вынесен вовне, активно и пассивно Личность как бы поворачивается к себе спиной и наи­более острые наблюдения делает над другими и их проблемами — так же отстраненно, безотносительно Или же невротик чувствует на себе нена видящий и торжествующий взгляд — чувство, присущее паранойальному состоянию, но никоим образом им не ограниченное.

Какого сорта не было бы это наблюдение за собой, он больше не уча­ствует во внутренней борьбе и отходит от своих внутренних проб чем “Он” — это его наблюдающий разум, и как таковой приобретает ощущение целостности; его мозг — единственная часть его существа, которая чувст­вует себя живой.

Разум также работает как *координатор* С этой его функцией мы уже знакомы Мы следили за работой воображения в самом начале создания идеального образа, за неослабным его трудом на гордость, которая унич­тожает то, закрашивает это, превращает потребности в добродетели, потен­циал в реальность. Сходным образом и рассудок может быть на службе у гордости в процессе рационализирования- все, что угодно, может пока заться или быть сочтено разумным, внушающим доверие, рациональным — как оно и есть с точки зрения бессознательных предпосылок, на которые опирается невротик

Функция координации также задействована в исключении чюбых сомне ний в себе, тем более неизбежных, чем больше разброда и шатаний в струк­туре в целом При этом появляется, цитируя пациента, “логика фанатика”, обычно идущая об руку с непоколебимой уверенностью в своей непогреши мости “Моя тогика безупречна, потому что только она и логична... *Ecw* дру1 ие с ней несогласны, то они идиоты” В отношениях с людьми такая установка проявляется как высокомерная правота Что касается внутрен­них проблем, то она закрывает двери перед конструктивным исследова­нием, но в то же время уменьшает напряжение, устанавливая определен­ность бесплодия Как это часто оказывалось верным в друг их невротических контекстах, противоположная крайность — всеохватывающие сомнения

162—

*Глава 7 Средства уменьшения напряжения*

в себе — приводит к такому же исходу, к уменьшению напряжения. Если ничто не таково, каким кажется, зачем беспокоиться? У многих пациентов этот всепроницающий скептицизм может быть достаточно скрытым. На поверхностный бз! тяд, с благодарностью принимая все, они делают мыслен­ные оговорки, в результате которых их собственные чувства, как и пред­положения аналитика, теряются в зыбучих песках.

И в-третьих, разум — магический *руководитель,* дчя которого, как для Бога, невозможного нет Знание о внутренних проблемах больше не шаг к изменениям, а уже и *есть* изменение. Пациенты, безотчетно исходящие из этой предпосылки, часто недоумевают, почему то или иное нарушение не исчезает, когда они так хорошо знают его динамику. Аналитик скажет, что, должно быть, еще остаются существенные факторы, о которых они не знают,— что обычно верно. Но даже когда другие, имеющие отношение к делу, факторы выходят на свет, ничего не меняется. Пациент опять изум­лен и обескуражен. Так что продолжается бесконечный поиск все новых знаний, которые сами по себе ценны, но, тем не менее, обречены быть бес­полезными, пока пациент настаивает, что ^yчи знания должны разгонять любые тучи в его жизни без каких-либо настоящих перемен в нем самом.

Чем больше он пытается управлять своей жизнью посредством голого интеллекта, тем более нестерпимо для него признание, что в нем сущест­вуют бессознательные факторы. Неизбежность их вторжения может воз­будить у иных чрезмерный страх, а иные отметают ее, пытаются прогнать рассуждениями. Это особенно важно в том случае, если пациент увидел в себе невротический конфликт в первый раз, хотя бы и очень нечетко. Он внезапно понимает, что даже при его способности к рассуждению или вооб­ражению он не может сделать несовместимое совместимым. Он чувствует себя в ловушке и может испугаться. Тогда он напрягает все свои умствен­ные способности, чтобы отвернуться от конфликта. Как бы ему перехитрить его^ \* Как выйти сухим из воды? Где дыра в ловушке, через которую мож­но удрать? Простота и ловкачество не уживаются вместе — хорошо, разве нельзя в одних ситуациях быть простаком, а в других — ловкачом? Если же его влекут мстительность и юрдость ею, и одновременно идея умиро­творенности держит его в своих объятиях, его захватывает мысль достичь умиротворенной мстительности, представление о том, чтобы невозмутимо идти по жизни, устраняя оскорбителей своей гордости, как отстраняют лезущие в лицо ветки. Такая потребность изворачиваться может дойти до подлинной страсти. Вся работа, проделанная ради того, чтобы конфликт приобреп четкие очертания, идет насмарку, но зато восстанавливается внутренний “мир”

Все эти средства различным путем снимают внутреннее напряжение. Некоторым образом, мы можем назвать их попытками решения, посколь­ку во всех них принимают участие силы интеграции Психическая фрагмен-

См *“Пер Гюнт”* Г Ибсена, сцену с Великим Кривым — 163—

***Карт Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

тация, например, помогает достичь отделения друг от друга конфликту­ющих тенденций, и конфликт тем самым больше не воспринимается как конфликт Если человек воспринимает себя как наблюдателя над самим собой, он тем самым устанавливает чувство единства Но мы, наверное, не опишем человека в достаточной мере, сказав только, что он собственный зритель. Все будет зависеть от того, под каким углом он на себя смотрит, и что же он видит, глядя на себя Сходным образом, процесс экстернали-зации касается лишь одного аспекта невротической структуры, даже если мы знаем, что и как выносится вовне. Другими словами — применение всех эти средств — только частичное решение. Я предпочла бы говорить о невротическом решении только в том случае, если оно носит всеобъ­емлющий характер, как это описано в первой главе Оно придает форму и задает направление личности в целом Оно определяет, какого рода воз­можно удовлетворение, каких факторов необходимо избегать, а также иерархию ценностей, отношения с людьми. Оно определяет, какого рода общие меры интеграции будут взяты на вооружение Короче говоря, это modus vivendi, образ жизни

Глава 8 Решение захватить все вокруг: зов власти

При любом виде невротического развития ядро проблемы — отчужде ние от себя; но мы всегда обнаружим погоню за славой, Надо, требования, ненависть к себе и различные средства уменьшения напряжения Как же действуют эти факторы в *конкретной* невротической структуре9 Такая общая картина у нас еще не сложилась Она зависит от того, какое решение найдет личность для своих внутренних конфликтов. Однако прежде чем мы сможем адекватно описать эти решения, мы должны прояснить внутрен­нюю расстановку cm, произведенную гордыней, и возникшие при этом кон­фликты Мы знаем, что между реальным Собственным Я и гордыней суще­ствует конфликт Но, как я уже указывала, главный конфликт возникает так­же внутри самой гордыни. Самовозвеличивание и презрение к себе еще не создают конфликта Фактически, пока мы мыслим только в рамках этих двух диаметрально противоположных образов себя, мы знаем о противоре­чивых и все-таки дополняющих друг друга самооценках — но мы не осоз­наем конфликтующих влечений Картина меняется, когда мы смотрим на нее с другой перспективы и сосредоточиваемся на вопросе, как мы воспри­нимаем себя9

Внутренняя расстановка сил создает фундаментальную неуверенность в ощущении своей идентичности Кто я9 Я гордый сверхчеловек или робкое, виноватое, презренное создание9 Не поэт и не философ обычно не подни­мают этих вопросов сознательно Но существующее недоумение проявля­ется в сновидениях Потеря идентичности может найти в них многообраз­ное, прямое и емкое выражение Спящему снится, что он потерял паспорт или что его просят назвать себя, а он не в состоянии Ичи старый друг сам вдруг приходит к нему, но выглядит совсем иначе, чем он помнит его Или он смотрит на портрет, но в раме заключен чистый холст

Гораздо чаще спящий не озадачен явно вопросом своей идентичности, но говорит о себе, испопьзуя дивергентные символы несколько разных людей, животных, растения, неодушевленные объекты В одном и том же сновидении он предстает самим собой. Сэром Галахадом и ужасным чудо­вищем Он может быть захваченным заложником и бандитом, тюремщиком и заключенным, судьей и подсудимым, палачом и жертвой, перепуган­ным ребенком и гремучей змеей Такая театрализация собственной лич­ности показывает нам дивергентные, в разные стороны тянущие силы,

165—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

действующие во внутреннем мире человека, и интерпретация может ока­зать большую помощь в их осознании. Тенденция спящего к “уходу в от­ставку”, например, заявляет о себе тем, что в его сновидении важную роль играет пенсионер; испытывающему отвращение к себе снятся тараканы в кухне на полу. Но в этом не все значение театрализации собственной лич­ности. Самый факт ее наличия (почему мы здесь и упоминаем о ней) также указывает на нашу способность воспринимать себя как разные сущности. Та же способность проявляется также в зачастую вопиющих расхожде­ниях между тем, как личность воспринимает себя наяву, и тем, как во сне. В своей сознательной дневной жизни — он человек выдающегося ума, бла­годетель человечества, для него нет невозможного; а в сновидениях — он уродец, слюнявый идиот, пьянь в канаве. Наконец, даже в своем созна­тельном самовосприятии невротик может колебаться от ощущения самона­деянного всемогущества до ощущения себя последней дрянью на свете. Это особенно очевидно у алкоголиков (хотя ни в коем случае ими не огра­ничивается), которые в один момент парят в небесах, делают широкие жесты и дают грандиозные обещания, а в следующий — валяются в ногах и попрошайничают.

Эти разные самовосприятия соотвествуют существующей внутренней конфигурации. Оставляя в стороне более сложные возможности, невротик может ощущать себя своим возвышенным Собственным Я, презренным Собственным Я, а по временам — самим собой, своим истинным Собствен­ным Я, хотя последнее в основном блокировано. Следовательно, он не может не чувствовать неуверенности по поводу своей идентичности. И до тех пор пока его внутренняя конфигурация остается прежней, вопрос “Кто же я?” остается без ответа. В связи с этим нас больше всего интересует неизбежность конфликта между этими различными самовосприятиями. Точ­нее говоря, конфликт неизбежен, потому что невротик идентифицирует себя в *целом* со своим возгордившимся высшим Собственным Я и презрен­ным Собственным Я. Если он воспринимает себя высшим существом, он склонен быть захватническим в своих стремлениях и в убеждениях по поводу того, чего он может достичь; он склонен быть более или менее открыто высокомерным, амбициозным, агрессивным и требовательным; он ощущает самодовольство; он пренебрегает другими; он требует восхище­ния или слепой покорности. И напротив, если он предстает перед собой низ­шим существом, он склонен чувствовать себя беспомощным, уступать и подлаживаться, зависеть от других и испрашивать их милости. Другими словами, его идентификация в целом с разными Собственными Я влечет за собой не только противоположные самооценки, но и противоположные установки по отношению к другим, противоположное поведение, противо­положные системы ценностей, противоположные влечения и противопо­ложные виды удовлетворения.

Если эти два самовосприятия одновременны, он должен чувствовать себя, как два человека, перетягивающих канат. И в этом настоящее значение

—166—

*Глава 8. Решение захватить все вокруг: зов власти*

идентификации себя в целом с двумя сущностями. Это не просто конфликт, а раздор, достаточный, чтобы разорвать его на части. Если ему не удастся уменьшить возникшее напряжение, ему никуда не деться от тревоги. Тогда, чтобы успокоить свою тревогу, он может начать пить, если он уже располо­жен к тому по другим причинам.

Но обычно, как при любом конфликте большой силы, попытки решения предпринимаются автоматически. Есть три главных пути решения. Один из них в художественной форме представлен в истории доктора Джекилла и мистера Хайда. Доктор Джекилл осознает две стороны своего существа (грубо представленные святым и грешником, ни один из которых не явля­ется им самим), находящиеся в непрестанной войне друг с другом. “Если бы каждый из них, сказал я себе, жил в отдельном теле, в моей жизни не было бы того, что делает ее нестерпимой”. И он готовит себе лекарство, с помощью которого удается временно рассоединить эти сущности. Если с этого рассказа снять его фантастический наряд, пред нами оказывается попытка разрешения конфликта путем *изоляции отдельных частей лич­ности.* Многие пациенты выбирают этот путь. Они воспринимают себя (последовательно) как чрезвычайно смиренного и как великого и агрессив­ного, нимало не беспокоясь этим противоречием, потому что в их сознании эти две личности никак не связаны.

Но, как подсказывает рассказ Стивенсона, эта попытка не может быть успешной. Как будет показано в последней главе, это слишком неполное, частичное решение. Более радикальное решение следует паттерну *сглажи­вания,* типичному для многих невротических пациентов. Это попытка жестко и навсегда подавить одно из Собственных Я и быть исключительно другим. Третий путь разрешения конфликта — потеря интереса к внутрен­ней войне и *“уход в отставку”* от активной душевной жизни.

Итак, повторим, существуют два главных внутрипсихических конфлик­та, порождаемых гордыней: центральный внутренний конфликт и конфликт между возвышенным и презренным Собственным Я. У анализируемой лич­ности или у пациента в начале анализа они, однако, не проявляются как два отдельных конфликта. Отчасти это потому, что реальное Собственное Я — потенциальная сила, но еще не актуальная. Однако пациент склонен огуль­но презирать в себе все то, на что не направлена его гордость, включая свое реальное Собственное Я. По этим причинам два конфликта кажутся одним — конфликтом между стремлением захватить все вокруг и смире­нием. Только после большой аналитической работы удается выделить цент­ральный внутренний конфликт.

При настоящем уровне наших знаний главные невротические решения Для внутрипсихических конфликтов кажутся самой подходящей основой Для установленных типов невроза. Но мы должны помнить, что наше стрем­ление провести четкую классификацию, больше удовлетворяет нашу потребность в порядке и руководстве, чем упорядочивает многообразие человеческой жизни. Разговор о типах личности, или, как здесь, о типах

— 167—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

невротической личности, в конце концов,— только средство взглянуть на личность с определенной удобной точки зрения И в качестве критериев будут использованы факторы, которые кажутся решающими лишь в рамках данной психологической системы В этом узком смысле каждая попытка очертить тип дает какие-то выгоды и имеет определенные ограничения В рамках моей психологической теории в центре находится структура нев ротического характера. И поэтому мои критерии “типа” не могут быть той или иной картиной симптоматики или тех или иных индивидуальных склон ностей. Это могут быть только особенности невротической структуры в целом. А они, в свою очередь, определяются главным решением, которое выбрано личностью для своих внутренних конфликтов.

Эти критерии шире многих других, применяемых в типологии, но их применимость также имеет предел — поскольку мы делаем множество оговорок и ограничений. Начать с того, что люди, склоняющиеся к одному и тому же главному решению, хотя и обладают характерным сходством, могут широко отличаться по уровню своих человеческих качеств, дарова­ний или достижений. Более того, то, что мы называем “типом” — на самом деле только отсеченная нами часть личности, в которой невротический про цесс привел к достаточно экстремальному развитию с выраженными хара­ктерными чертами. Всегда существует бесконечный ряд промежуточных структур, не поддающихся никакой точной классификации. Эти сложности только усиливает тот факт, что благодаря процессу психической фрагмен­тации даже в крайних случаях часто существует более одного главного решения. “Большинство случаев — это смешанные случаи”,— юворит Уильям Джеймс,— “и мы не должны относиться к нашей классификации с излишним почтением”\*. Возможно, было бы куда более корректно гово­рить о направлении развития, чем о типах.

Сделав эти oi оворки, мы можем выделить три главных решения со сто роны проблемы, представленной в этой книге, решение захватить все вок­руг, решение смириться и решение “уйти в отставку” *При решении захва тить все вокруг* человек, в основном, идентифицирует себя со своим воз­вышенным Собственным Я. Говоря о “себе”, оч имеет в виду, как Пер Гюнт, самую что ни на есть грандиозную личность. Или, как выразился один пациент “Я существую только как высшее существо”. Чувство прево­сходства, идущее об руку с этим решением, не обязательно сознательное, но осознается оно или нет, оно во многом определяет поведение, стремле­ния и общие жизненные установки Притягательность жизни состоит во власти над нею. Это влечет за собой твердую решимость, сознательную или бессознательную, преодолеть любое препятствие, внутреннее или внешнее, и веру в то, что он Должен его преодолеть, а на самом деле, что он в *состоянии* это сделать. Он Должен справиться с превратностями судьбы,

\* См У Джеймс *“Разноооразие религиозного опыта”* (William James *“The Varieties,* о/ *Religious Experiences,* 1902)

 — 168—

*Гшва 8 Решение захватить все вокруг зов власти*

с трудностью своего положения, со сложностями интеллектуальной проб­лемы, с сопротивлением других людей, с конфликтами в самом себе. Обрат­ная сторона необходимости власти — ужас перед любым намеком на беспо­мощность, самый мучительный его ужас

При первом взгляде на захватнический тип, мы видим человека, кото­рый, без всяких околичностей, направляет свои помыслы на самовозвели­чивание, полон амбиций, стремится к мстительному торжеству и добива­ется власти над жизнью, используя интеллект и силу воли как средства актуализации своего идеального Собственного Я. Исключая все различия в предпосылках, личных концепциях и терминологии, именно так смотрят на этот тип Фрейд и Адлер: как на тип, влекомый потребностью в нарцис-сическом самораспространении или потребностью быть на вершине. Одна­ко когда мы продвигаемся в анализе таких пациентов, нам открываются склонности к смирению, самоумалению, присутствующие в любом из них,— склонности, которые они не просто подавляют в себе, а испытывают к ним отвращение и ненавидят. С первого взгляда на них нам открылась лишь одна сторона их личности, которую они пытаются выдать за всю свою личность, ради того, чтобы ощутить субъективную цельность. Мертвая хватка, которой они вцепляются в свою захватническую склонность, проис­ходит не только от вынужденного характера этой тенденции \*, но также от необходимости вымести из сознания все следы склонности к смирению и все следы самообвинений, сомнений в себе, презрения к себе. Только таким путем им удается поддерживать субъективное убеждение в своем превосходстве и власти.

Опасным местом в этом плане является осознание неисполненных Надо, поскольку оно повлекло бы за собой чувство вины и никчемности. Поскольку на самом деле никто и никогда не сумел бы соответствовать этим Надо, такому человеку неизбежно становятся необходимыми все дос­тупные средства отрицания своих “неудач” перед самим собой. Силой вооб­ражения, высвечиванием своих “хороших” качеств, зачеркиванием других, совершенством манер, вынесением вовне он должен попытаться сохранить в своем сознании такой свой портрет, которым он мог бы гордиться. Он дол­жен бессознательно блефовать и жить, притворяясь всезнающим, беско­нечно щедрым, справедливым и т. п Ему нельзя никогда ни при каких усло­виях осознавать, что, по сравнению с его возвышенным Собственным Я, он колосс на глиняных ногах В отношениях с другими может преобладать одно из двух чувств. Он может быть чрезвычайно горд, сознательно или бес­сознательно, своим умением одурачить каждого и в своей самонадеянности и презрении к другим верить, что он действительно преуспел в этом. Обо­ротная сторона этой гордости в том, что он больше всего боится быть оду­раченным и считает глубочайшим унижением, если это случается Или же в нем постоянно живет тайный страх, что он просто мошенник, страх более острый, чем у прочих невротических типов Даже если он добился успеха

Как описано в первой главе

169

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

или почета честным трудом, он по-прежнему будет считать, что достиг их, введя других в заблуждение Это делает его чрезвычайно чувствите дьным к критике и неудачам, даже к одной лишь возможности неудачи или того что критика вскроет его “мошенничество”

Эта группа, в свою очередь, включает большое разнообразие типов, каь покажет краткий обзор, который может провести любой над своими нацией тами, друзьями или литературными персонажами. Среди индивидуальных различий наиболее значительное касается способности радоваться жизни и хорошо относиться к другим людям Например, и Пер Гюнт и Гедда Габлер *представляют собой* созданную ими возвышенную версию их самих — но какой разный эмоциональный настрой1 Другие различия зависят от того. каким путем данный тип удаляет из сознания понимание своих “несовер шенств” Вариации существуют также в природе предъявляемых трсбова ний, в их оправданиях, в средствах, которыми их отстаивают Мы должны рассмотреть, по крайней мере, три подтипа “захватнического типа” нар-циссический, поклонника совершенства и высокомерно-мстительный О первых двух я скажу кратко, поскольку они хорошо описаны в психиатри ческой литературе, а вот последним мы займемся более подробно

Я пользуюсь термином *нарциссизм с* некоторым колебанием, потому что в классической фрейдистской литературе он довольно неразборчиво включает в себя и надутое самодовольство, и эгоцентричность, и тревож ную озабоченность своим благосостоянием, и уход от людей \* Я возьму его здесь в его первоначальном описательном смысле “влюбленность в свои идеальный образ”\*\* Уточню “нарцисс” находится в своем идеальном образе и, видимо, восхищается им Эта базальная установка делает ег о жиэ нерадостным, неунывающим, чего полностью лишены остальные i руппы Это дает ему видимый избыток уверенности в себе, представляющийся завидным всем, кто терзается сомнениями в себе У него нет сомнении (сознательных), он помазанник, перст судьбы, пророк, великий милостивец, благодетель человечества Во всем этом есть зерно истины Он часто ода­рен выше среднего, рано и с легкостью выделился, и порой в детстве был любимчиком, предметом восхищения

\* См дискуссию по концепции нарциссизма в работе “Новые пути в психоанализе” Разчи чие между существующей концепцией и предложенной в этой работе таково в моей книге я сгавлю ударение на самодовольстве и вывожу его из отчуждения от других, потери себя и уменьшения уверенности в себе Все это остается верным, но процесс, приводящий к нар циссизму, каким он видится мне теперь, более сложен Геперь я сктонна проводить разчи чие между самоидеализациеи и нарциссизмом, говоря о последнем в смь^е ощущения идентичности со своим идеальным Собственным Я Самоидеализация имеет место при любом неврозе и представляет собой попытку разрешения ранних внутренних конфликтов Нарциссизм, с другой стороны,— одно из нескольких решений конфликта между влече ниями к захвату и к смирению

\*\* 3 Фрейд *“О нарциссизме”* С\1 также Бернард Гчюк *“Божий человек или коичле^ Иеговы”* (Bernard Glueck *“The God Man or Jehovah Complex”* Medical Journal Ne” York, 1915)

— 170—

*Гшва 8 Решение захватить все вокруг зов власти*

Эта не подвергаемая сомнению уверенность в своем величии и неповто­римости — ключ к его пониманию Его жизнерадостность и непреходящая молодость истекают именно отсюда Из этого же источника исходит и его завораживающее обаяние Однако ясно, что несмотря на свои дарования, он стоит на ненадежной почве Он может непрестанно говорить о своих удиви­тельных качествах и требует бесконечных подтверждений его самооценки в форме восхищения и поклонения Его ощущение власти состоит в его убеждении, что нет ничего такого, чего он не смог бы сделать, и нет никого, кого он не смог бы завоевать Он на самом деле бывает очарователен, осо бенно когда на его орбите возникаает кто то новый Неважно, насколько этот человек действительно важен для него, он *обязан* произвести на него впечатление У людей и у него самого поэтому создается впечатление, что он “любит” людей И он умеет быть щедрым, с горячими изъявлениями чувств, лестью, одолжениями, помощью — в предчувствии восхищения им или знаков ответной преданности Он наделяет блеском свою семью и дру­зей, работу и планы Он умеет быть довольно терпимым, не ждет от других совершенства, он даже выдерживает шутки на свой счет, до тех пор, пока они лишь ярче высвечивают его милые особенности, но он не позволит всерьез исследовать себя

Его Надо не менее неумолимы, чем при других формах невроза, как выясняется при анализе Но для него характерно обходиться с ними с помо­щью волшебной палочки Его способность не видеть недостатков или обра­щать их в добродетели кажется неограниченной Трезвый наблюдатель часто назовет его нечестным или, по меньшей мере, ненадежным Он, кажется, и не беспокоится о нарушенных обещаниях, неверности, невыпла­ченных долгах, обманах (Вспомним опять Йуна Габриеля Боркмана ) Однако это не обдуманная эксплуатация Он, скорее, считает, что его потребности и его задачи так важны, что ему полагаются всяческие при­вилегии Он не сомневается в своих правах и ждет, что другие будут его “любить” и любить “без расчета”, неважно, насколько при этом он реаль­но нарушает их права

Он испытывает трудности и в отношениях с людьми и в работе По­скольку он в глубине души не привязан ни к кому, это неизбежно проявится при более тесных отношениях Тот простой факт, что у других есть собст­венные желания и мнения, что они могут взглянуть на него критически или возражать против его недостатков, что они ждут от него чего то — все это переживается как ядовитое унижение и вызывает обиду, тлеющую подобно углям И он может в какой-то момент взорваться и уйти к другим, которые “понимают” его лучше А поскольку такой процесс протекает в большин­стве его отношений, он часто остается в одиночестве.

Его трудности в работе многосложны Его планы зачастую слишком Широки Он не считается с ограничениями Он переоценивает свои способ ности Его занятия бывают слишком разнообразны, и, следовательно, велик простор для неудач До какого-то уровня он не унывает, от него “все отска­кивает”, но, с другой стороны, повторяющиеся неудачи в его предприя-

171

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

тиях или человеческих отношениях (отказы и отвержения) могут пол­ностью сломать его. Ненависть и презрение к себе, успешно сдерживаемые до сей поры, могут развернуться в полную силу. У него может начаться депрессия, бывают психотические эпизоды, даже самоубийства или (гораз­до чаще) саморазрушительные порывы, включая несчастные случаи или заболевания\*.

И последнее о его ощущении жизни в целом. На поверхности он до­вольно оптимистичен, смотрит жизни в лицо и желает веселья и счастья. Но в нем таятся унылость и пессимизм. Меряя на аршин бесконечности, фан­тастического счастья, он не может не ощущать в жизни болезненного рас­хождения с идеалом. Пока он на гребне волны, он не может признать, что ему не удалось хоть что-то, особенно власть над жизнью. Причина этого расхождения по его мнению не в нем, а в самой жизни. Поэтому он видит в жизни трагичность, но не ту, которая на самом деле существует, а ту, которую он привносит в нее.

Второй подтип, движущийся в направлении к *совершенству,* иденти­фицирует себя со своими нормами. А эти нормы, нравственные и интел­лектуальные, высоки, и с этой высоты он смотрит сверху вниз на остальных и ощущает превосходство над ними. Однако его высокомерное презрение к другим скрыто (в том числе и от него самого) за лакированным друже­любием, поскольку самые его нормы не допускают подобных “неправиль­ных” чувств.

Вопрос о невыполненных Надо он затуманивает двояко. В контрасте с нарциссическим подтипом он прилагает отчаянные усилия, чтобы жить как Надо: выполнять обязательства и платить долги, выглядеть вежливым и прекрасно воспитанным, не говорить очевидной лжи и т. п. Говоря о фи­гуре поклонника совершенства (перфекциониста), мы часто имеем в виду лишь тех, которые поддерживают идеальный порядок, чудовищно аккурат­ны и пунктуальны, безумно озабочены правильным выбором слов и носят изумительно правильный галстук и шляпу. На самом деле, имеют значение не эти мелкие детали, а превосходство без изъяна всего склада их жизни. Но, поскольку все, чего он может достигнуть — это совершенство поведе­ния, необходим иной механизм. Ему необходимо уравнять в своем сознании норму и действительность — *знание о* нравственных ценностях и хорошую честную *жизнь.* При этом самообман от него скрыт, тем более что по отно­шению к другим он нередко настаивает на том, чтобы они жили в соответ­ствии с его нормами, и презирает их, если им это не удается. Так выносится вовне его презрение к себе.

Для подтверждения своего мнения о себе он нуждается скорее в поче­те, чем в горячем восхищении, к которому склонен относиться с насмеш­кой. В соответствии с этим, его требования основаны не на “наивном”

\* Джеймс Барри описывает такой исход в *“.Томми и Гризель”,* Артур Миллер в *“Смерти коммивояжера”*

*—* 172

*r'laea 8 Решение захватить все вокруг зов власти*

убеждении в своем величии, а на сделке, которую он заключил с судьбой (как это описано в главе 2. “Невротические требования”). Раз он честен, справедлив, верен долгу, ему полагается, чтобы с ним честно обращались другие и жизнь вообще. Это убеждение в неколебимой справедливости, торжествующей в жизни, дает ему ощущение власти над ней. Его собствен­ное совершенство, таким образом, не только путь к превосходству, но и средство управлять жизнью. Идея незаслуженного везения или невезе­ния ему чужда. Его собственный успех, преуспеяние, хорошее здоровье, следовательно, не то, чем нужно наслаждаться, а доказательства его доб­родетели. И напротив, любой удар судьбы (потеря ребенка, несчастный случай, неверность жены, увольнение с работы) может привести этого внешне уравновешенного человека на грань гибели. Он не только обижен злой судьбой, как несправедливостью, но помимо (и сверх того) потрясен ею до основ своего психического существования. Она колеблет всю его систему сведения счетов и вызывает в воображении жуткую перспективу беспомощности.

О других его слабых местах мы говорили, обсуждая тиранию Надо: это признание своих ошибок и неудач и противоречащие друг другу Надо. Поч­ву у него из-под ног выбивает как удар судьбы, так и осознание, что он не непогрешим. Склонность к смирению и неослабная ненависть к себе, до сей поры успешно сдерживаемые, теперь могут сорваться с привязи.

Третий подтип, движущийся в направлении высокомерной мститель­ности, идентифицирует себя со своей гордостью. Его основная мотивирую­щая сила в жизни — это потребность в мстительном торжестве. Как утвер­ждает Херольд Кельман, говоря о травматическом неврозе \*, мститель­ность превращается в образ жизни.

Потребность в мстительном торжестве — обычная составляющая пого­ни за славой. Нам интересно поэтому не само существование этой потреб­ности, а ее всепоглощающая сила. Как может идея торжества над другими захватить такую власть над человеком, что он проводит всю свою жизнь под ее пятой? Конечно, она должна питаться из могучих источников. Но одно только знание о них еще не освещает достаточно их страшную власть. Что­бы приблизиться к более полному пониманию, мы должны взглянуть на проблему еще с одной стороны. Даже если чья-та потребность в мести и торжестве очень остра, ее обычно сдерживают три фактора: любовь, страх и осторожность (самосохранение). Только если эти силы не действуют (вре­менно или постоянно), мстительность может захватить личность в целом (и стать тем самым объединяющей силой, как у Медеи) и повлечь ее к мести и торжеству. В обсужаемой нами фигуре сочетаются оба процесса (могуще­ственный порыв и недостаточность задержек), отвечающие за размах мсти­тельности. Великие писатели интуитивно улавливали такое сочетание

\* X. Кельман. *“Травматический синдром”* (Harold Kelman *“The Traumatic Syndrome”* American Journal of Psychoanalyse vol VI, 1946)

173

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

и представили нам его в более впечатляющей форме, чем может на то наде яться психиатр Это, например, капитан Ахаб в “Моби Дике”, Хитклиф в “Грозовом перевале”, Жюльен в “Красном и черном”

Мы начнем с описания проявлении мстительности в человеческих отно­шениях Настоятельная потребность торжествовать над другими делает этот подтип чрезвычайно соревновательным. Фактически он не может вытерпеть, чтобы кто-то знал или достиг больше него, имел бы большую власть, и любым путем подвергает сомнению чужое превосходство Мстительность толкает его стащить соперника с пьедестала или унизить Даже если он под чиняется ему ради карьеры, он вынашивает планы окончательного торже ства Не связанный необходимостью лояльности, он ле1 ко может стать веро ломным Чего ему реально удается достичь своим, нередко неустанным тру дом, зависит от его дарований. Но при всех своих планах и интригах он часто не достигает ничего стоящего, не только в силу своей непродуктивности, но и потому, что он слишком саморазрушителен, как мы это сейчас увидим

Наиболее очевидные проявления его мстительности — приступы дикой ярости Эти взрывы мстительного бешенства могут быть так ужасны, что пугают его самого — как бы не натворить чего-нибудь непоправимого, когда отказывают тормоза. Например, пациенты действительно могут бояться убить кого нибудь, находясь под воздействием алкоголя — те когда не действует их обычный самоконтроль Порыв отомстить может быть достаточно силен, чтобы смести осторожную расчетливость, обычно управляющую их поведением. Охваченные мстительным i невом, они на самом деле могут подвергнуть опасности свою жизнь, безопасность, рабо ту, положение в обществе Примером из художественной литературы может служить поступок Жюльена из романа Стендаля “Красное и чер­ное”' он стреляет в мадам де Реналь, прочтя порочащее его письмо Позже мы поймем это безрассудство отчаяния

Но еще важнее, чем эти, в конце концов, редкие, вспышки мстительной страсти, постоянная мстительность, пронизывающая установку этого типа лиц по отношению к людям Они убеждены, что каждый в глубине злона мерен и нечестен, что дружеские жесты это притворство, и единственно мудро — относиться к каждому, как к мошеннику, пока он не докажет свою честность Но и полученные доказательства оставляют полный простор д^я подозрений при малейшем поводе В своем поведении он открыто высоко мерен с людьми, часто груб и оскорбляет окружающих, хотя иногда все это прикрыто тонким налетом цивилизованной вежливости Но тонко ичи грубо, понимая или не понимая этого, он унижает окружающих и эксплуа­тирует их Он может пользоваться женщинами для удовлетворения своих сексуальных потребностей с полным пренебрежением к их чувствам С эго-центричностью, кажущейся “наивной”, он и всех людей использует для своих нужд до предела Он часто заводит и поддерживает знакомства иск­лючительно на основе их пригодности для удовлетворения его потребности в торжестве этот человек послужит ступенью в его карьере, ту влиятель

— 174

*Гчава Я Решение захватить все вокруг зов власти*

ную даму можно завоевать и подчинить, а последователи будут слепо почи тать его и увеличат ei о власть

Он блестящий мастер фрустрации — малых и больших надежд людей, их потребности во внимании, спокойствии, времени, обществе, радостях\* Когда другие начинают возражать против такого обращения, он скажет, что это их невротическая чувствительность вызывает у них такую реакцию

Когда эти склонности обозначаются достаточно ясно во время анализа, он может отнестись к ним, как к законному оружию в борьбе всех против всех Он был бы дураком, если бы не был настороже, не направлял бы свои силы на оборону Он должен быть всегда готов дать сдачи Он должен все­гда и при всех условиях быть непобедимым хозяином положения

Самое важное выражение его мстительности — это особый род требо­ваний, предъявляемых им, и способы, которыми он их отстаивает Он мо­жет не быть открыто требовательным и может даже совсем не осознавать того, что имеет или предъявляет некие требования, но фактически считает, что у него есть право на безоговорочное уважение к его невротическим потребностям и позволение на полнейшее неуважение к потребностям и желаниям других Он, например, считает себя вправе ничем не стесняясь, высказывать нелестные и критические замечания, но в равной степени счи тает своим правом никогда не подвергаться никакой критике. Он вправе решать, как часто или как редко ему видеться с приятелем и как проводить это время Но никто не вправе выражать свои пожелания или возражения на этот счет

Каковы бы ни были причины этих внутренних требований, они со всей определенностью отражают высокомерное пренебрежение к другим Когда они не выполняются, это вызывает всю гамму мстительных карательных настроений раздражение, угрюмость, желание дать другим почувствовать свою вину, открытый взрыв ярости Отчасти — это ответ его воображения на ощущение фрустрации Но несдержанные выражения чувств также слу­жат ему средством утвердить свои требования, запугав других до робких, заискивающих потаканий В противном случае, когда он не настаивает на своих “правах” или не карает, он приходит в ярость на самого себя и клянет себя за то, что “размяк” Когда во время анализа он жалуется на свои запре­ты и “уступчивость”, он отчасти имеет в виду передать, не осознавая этого, свою неудовлетворенность несовершенством этих техник. И их улучше-

Большинство проявлении мстительности бьпо описано другими авторами и мной тоже как садистские склонности Термин “садистский” подчеркивает удовлетворение, которое прино­сит власть заставить другого страдать от боли или унижения Удовлетворение — возбуж дение, нервная дрожь, ликование — без сомнения может присутствовать в сексуальных и несексуальных ситуациях, и для них данный термин кажется достаточно хорошо передаю­щим их смысл Мое предложение заменить термин “садистский” в его общем употреб 1ении на “мстительный” основано на том, что во всех так называемых садистских склонностях потребность отомстить является решающей мотивирующей силой См К Хорни *“Наши внутренние конфликты”* Глава 12 *“Садистские склонности”*

*—* 175—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

ние — одна из тех вещей, которых он тайно ждет от анализа. Другими сло­вами, он не хочет преодолеть свою враждебность, а, скорее, хочет стать менее заторможенным или более искусным в ее выражении. Тогда он исполнился бы благоговейного трепета перед аналитиком, предвкушая, как все бросятся выполнять его требования. Оба эти фактора выдают ему опре­деленную награду за неудовлетворенность. И он поистине хронически неудовлетворен и недоволен. У него, по его представлениям, есть причины быть недовольным, и конечно же есть определенный интерес дать почувст­вовать свое недовольство — и все это, включая сам факт его недовольства, может быть бессознательным.

Отчасти он оправдывает свои требования своими выдающимися каче­ствами: по его мнению, он обладает необыкновенными знаниями, “муд­ростью”, предвидением. Более специфично то, что его требования — это иски о возмещении причиненного ущерба. Чтобы укрепить почву для своих требований, он должен дорожить обидами, лелеять их, свежие и давние. Он, бывает, сравнивает себя со слоном, который ничего никогда не забы­вает. Он не понимает своей жизненной заинтересованности — не забывать обид, поскольку это воображаемые счета, которые он когда-нибудь предъ­явит миру. Как потребность в оправдании своих требований, так и реакция на их фрустрацию замыкают порочный круг, постоянно давая пищу его мстительности.

Такая всеохватывающая мстительность естественно проникает и в ана­литические отношения и проявляется в них многими путями. Это одна из составляющих так называемой негативной терапевтической реакции\*, под которой мы понимаем резкое ухудшение состояния сразу вслед за констру­ктивным шагом вперед. Любой шаг к людям или к жизни в целом подверг бы фактически риску его требования и все, что приносит с собой его мсти­тельность. Пока все это ему субъективно необходимо, он будет защищать это во время анализа. Только малая часть этих защит открытая и непосред­ственная. Когда это так, пациент может откровенно заявить, что определен­но не намерен отказываться от своей мстительности. “Этого вам у меня не отнять; вы хотели бы сделать из меня ханжу; это меня возбуждает, я чувст­вую себя живым; это придает мне сил” и т. п. Но большая часть защит зама­скирована тонкостями и околичностями. Величайшую клиническую важ­ность поэтому имеет для аналитика знание форм, которые они могут прини­мать, потому что они могут не только задержать аналитический процесс, но и полностью разрушить его.

Это может произойти, в основном, двумя путями. Защиты пациента могут сильно влиять на аналитические отношения, если не управлять ими. Победа над аналитиком тогда кажется ему важнее прогресса в лечении.

*\** 3. Фрейд. *“Я и Оно”.* 1923. К. Хорни. *“Проблема негативной терапевтической реак­ции” (“The Problem of the Negative Therapeutic Reaction”.* Psychoanalytic Quaterly. 1936). M. Айвимен. *“Негативная терапевтическая реакция” (“The Negative Therapeutic Reac­tion”.* American Journal ofPsychoanalysis. vol.VIII, 1948).

— 176—

*Глава 8. Решение захватить все вокруг: зов власти*

И (что менее хорошо известно) защиты могут определять, какие проблемы пациент будет заинтересован затронуть. Говоря опять о крайних случаях, он заинтересован во всем, что может, в конце концов, способствовать боль­шему и лучшему отмщению — отмщению, которое одновременно было бы действенным, обошлось бы без последствий для него и было бы совершено им с полнейшим самообладанием и миром в душе. Этот процесс отбора идет не от сознательных рассуждений, а от интуитивного ощущения направ­ления, действующего с безошибочной точностью. Он, например, горячо заинтересован отделаться от склонности к уступчивости или от чувства, что у него нет прав. Он заинтересован отделаться от ненависти к себе, потому что она ослабляет его в его сражении против всего света. С другой стороны, он не заинтересован в уменьшении своих высокомерных требований или чувства оскорбленности. Он может держаться за свое вынесение вовне с упорством, даже забавным. На самом деле, он может совершенно не желать анализировать свои отношения с другими, подчеркивая тот факт, что все, чего он хочет — так это чтобы его уважали и не беспокоили. От такого анализа не трудно прийти в замешательство аналитику, пока он не уловит грозную логику процесса отбора.

Каковы же источники подобной мстительности, и откуда у нее такая сила? Как и всякое невротическое развитие, она тоже идет из детства — такого, в котором были особенно скверные человеческие отношения и мало, а то и вовсе никаких, спасительных обстоятельств. Откровенная жесто­кость, унижения, высмеивание, пренебрежение, вопиющее лицемерие — все это обрушилось на чувствительного ребенка. Люди, проведшие годы в концлагерях, рассказывают нам, что они смогли выжить, только задушив свою мягкость, включая сострадание к себе и к другим. Мне кажется, что ребенок в описанных мной условиях тоже проходит через процесс ожесто­чения ради выживания. Он может делать трогательные и безуспешные попытки завоевать сочувствие, интерес или привязанность, но в конце кон­цов отказывается от потребности в нежности. Он постепенно “решает”, что искреняя любовь не только недостижима для него, но и вовсе не суще­ствует. Кончается тем, что он больше не желает ее и скорее боится. Одна­ко это шаг с тяжелыми последствиями, поскольку потребность в привязан­ности, в человеческом тепле и близости — могущественный побудитель для развития качеств, которые делают нас милыми п приятными. Чувство, что тебя любят — и даже более — что тебя можно любить, возможно, одна из величайших ценностей в жизни. И напротив, как мы обсудим в последую­щих главах, чувство, что тебя нельзя полюбить, может быть источником глубокого страдания. Мстительный человек пытается разделаться с этим страданием простым и радикальным способом: он убеждает себя, что он просто не создан для любви и нечего из-за этого волноваться. Поэтому он больше не стремится понравиться, но дает полную волю, по крайней мере, в мыслях, обильному потоку горькой обиды.

Здесь лежит начало того, что мы позже увидим в полностью сложив­шейся картине: выражения мстительности могут сдерживаться из соображе-

— 177—

***Киреч Хорни.*** *Невроз и тчностныи рост*

ний осторожности или выгоды, им не противостоят чувства жалости, неж­ности или благодарности Чтобы понять, почему процесс разрушения пози тивных чувств продолжается и после, когда человеку, может уже захотеть­ся дружбы или любви, мы должны взпянуть на второе его средство выжи­вания- его воображение и его представ ления о будущем Он бесконечно лучше “их” и всегда будет лучше Он станет великим, и им будет стыдно Он им покажет, как они его не ценили и гадили ему Он станет героем (в случае Жюльена — Наполеоном), Немезидой, вождем, ученым и достиг­нет бессмертной славы. Подогреваемые понятной потребностью в мести, реванше, триумфе — это не праздные фантазии Они определяют ход его жизни Волоча себя от победы к победе, в матом и большом, он живет ради “дня расплаты”

Потребность в торжестве и потребность отрицать добрые чувства, обе проистекающие из несчастливого детства, таким образом, с самого начала тесно увязаны друг с другом. И связь их сохраняется, потому что они уси­ливают друг друга. Ожесточение чувств, первоначально необходимое для выживания, способствует беспрепятственному росту в печения к триум фальной власти над жизнью Но в конечном счете это в печение, с сопровож дающей его ненасытной гордостью, становится чудовищем, более и более поглощающим все чувства. Любовь, сострадание, заботливость все чело­веческие узы — кажутся уздой на пути к i решной славе Он должен остать­ся равнодушным и отдаленным.

Рисуя нам Саймона Фенимора\*, Соммерсет Моэм показал такое пред­намеренное сокрушение человеческих стремлений, как сознательный про­цесс Саймон принуждает себя отвергнуть и растоптать любовь, дружбу и все, что может сделать жизнь радостной, ради того, чтобы возглавить “правосудие” в тоталитарном государстве. Ничто человеческое, шевеля­щееся в нем или других, не должно трогать его. Он жертвует своим реаль ным Собственным Я ради мстительного торжества Это точный взгляд художника на то, что происходит, постепенно и бессознательно, в высоко­мерно-мстительном типе человека Признать любую человеческую потреб­ность становится знаком презреннной слабости. Когда после большой ана литической работы чувства все-таки пробиваются, они вызывают у него страх и отвращение. Он считает, что “размяк”, и либо усиливает свою угрюмую садистскую установку, либо накидывается на себя в остром суицидном порыве

До сих пор мы в основном следили за развитием его человеческих отно­шений И большая часть его мстительности и холодности стала нам, тем самым, понятна Но у нас все еще остаются открытыми многие вопросы — вопросы о субъективной ценности и интенсивности его мстительности, о беспощадности ег о требований и т п Мы лучше поймем все это, если

\* Соммерсет Моэм *“Рождественские праздники”,* 1939 — 17S

*Гшва 8 Решение захватить все вокруг зов в части*

сейчас сфокусируемся на внутрипсихических факторах и рассмотрим их влияние на межличностные

И здесь основная мотивирующая сила — это его потребность в отмще­нии Чувствуя себя парией, он должен доказать свою ценность себе самому. И он может доказать ее так, чтобы удовлетворить себя, только приписав себе необычайные свойства, особенности которых определены особенно­стями его потребностей Для личности столь изолированной и враждебной важно не нуждаться в других Следовательно, он взращивает в себе под­черкнутую i ордость своей 6oi оподобной самодостаточностью Он стано­вится слишком горд, чтобы просить о чем-то, и принять с благодарностью тоже ничего не может Быть принимающей стороной слишком унизите ль-но для него и отбивает любое чувство благодарности Удушив добрые чув­ства, для власти над жизнью он может опираться только на интеллект Сле­довательно, его гордость своими интеллектуальными силами достигает необычайных размеров он гордится бдительностью, способностью пере­хитрить всех и каждого, предвидением, умением составить план Более того, жизнь с самог о начала была для него беспощадной борьбой всех про­тив всех Следовательно, иметь неодолимую силу и быть невосприимчивым должно казаться ему не только желанным, но обязательным Действитель­но, по мере того как его гордость становится всепоглощающей, его уязви­мость тоже принимает невыносимые размеры Но он никогда не позволяет себе *чувствовать* себя задетым, поскольку его гордость запрещает это Таким образом, ожесточение, первоначально необходимое для защиты реальных чувств, теперь должно набрать сил для защиты его гордости Его гордость теперь в том, чтобы быть выше обид и страданий Ничто и никто, от комаров и несчастных случаев до людей не может причинить ему боль. Но это средство палка о двух концах То, что на сознательном уровне он не чувствует себя задетым, позволяет ему жить без постоянной острой боли Но спрашивается может ли снижение осознанности обид приглу­шить мстительные импульсы, другими словами, не становится ли он более жестоким, более деструктивным без малейшего понятия о том9 Определен­но, налицо уменьшение осознания мстительности как таковой По его мне­нию, она превратилась в праведный гнев на причиненное зло и в право наказывать злодея. Если, однако, обида проникает через защитный слой “неуязвимости”, боль становится нестерпимой К боли от раны, нанесен­ной его гордости (например, недостатком признания), добавляется стра­дание от унизительного удара он “позволил” чему-то или кому-то задеть его Такая ситуация может спровоцировать эмоциональный кризис у доселе стоической личности

Близкой родней его вере в свою невосприимчивость или неуязвимость и гордости ею является (и на самом деле дополняет ее) его вера в свою неприкосновенность и ненаказуемость. Эта вера, всецело бессознательная, является результатом требования, чтобы он имел право делать с другими все, что ему заблагорассудится, и никто бы не возражал против этого и не

179—

***Карен Хорни*** *Невроз и шчностныи рост*

пытался отплагить ему Другими словами, никто не тронет меня безнака занно, но я имею право безнаказанно трогать кого угодно Чтобы понять необходимость этого требования, мы должны вновь обратиться к его уста новкам по отношению к людям Мы видели, что он чегко оскорбляет людей своей воинствующей правотой, присваивая себе право карать их, и доволь но открыто попьзуясь ими для своих нужд Но он и близко не подходит к выражению всей враждебности, которую чувствует, фактически он сичь но приглушает ее звучание Как описывает Стендаль в “Красном и чер ном”, Жюльен, пока его не увлек за собой неуправляемый порыв мститель ной ярости, даже слишком держа1 себя в руках, был сдержан и бдителен У нас создается поэтому любопытное впечатление, что личность такою типа сразу и дерзка и сдержана в отношениях с нодьми И это впечатпе ние — отражение действующих в нем сил Он действительно должен под держивать точный баланс между тем, чтобы дру| ие ощути™ его праведный гнев, и тем, чтобы сдерживать его Fro влечет выразить свои i нев не столь ко сила его страсти мстить, сколько потребность запугать дру1 их и держать их в страхе перед его железным кунаком Это, в свою очередь, совершенно необходимо, поскольку он не видит возможности прийти к дружескому согласию с другими, поскольку это — его средство утвердить свои требова ния и<в ботее общем плане) поскольку в воине всех против всех настуте ние —-лучший вид защиты

С другой стороны, необходимость приглушить свои а1рессивные импульсы вызвана страхом Хотя он слишком высокомерен, чтобы при знаться себе, что кто то может напугать его или даже как то затронуть, на самом деле он боится людей Дпя этого страха есть много причин Он боится, что другие могут отомстить ему за оскорбления, которые он им нанес Он боится, что они нарушат его планы на их счет, есчи он “зайдет спишком далеко” Он боится их, потому что на самом депе у них есть власть задеть его гордость И он боится их, потому что ради оправдания своей собственной враждебности он должен мысленно преувеличивать враждебность дру1 их Однако отрицать эти страхи перед собой еще не достаточно, чтобы изгнать их, ему нужны более си [ьные средства успо коения Он не может справиться со своим страхом, не выражая своей мстительной враждебности, и он должен выразить ее, не осознавая при этом своего страха Требование неприкосновенности, превращаясь в и i чюзорное убеждение в своей неприкосновенности, по видимому, решает эту дилемму

И последний вид гордости, который следует здесь упомянуть, это его гордость своей честностью, прямотой и справедливостью Излишне гово рить, что он не честен, не прям и не справедлив и, возможно, не способен к этому Напротив, если кто то и решился (бессознательно) прокладывать путь в жизни с полным пренебрежением к правде, так это он Но мы можем понять его веру в то, что он обладает этими качествами в высочайшей сте пени, если примем во внимание ei о предрассуждения Дать сдачи или, пред

180

*Гчава 8 Решение захватить все вокр) г зов власти*

почтительнее, ударить первым, кажется ему (логично') необходимым ору жием против лживого и вражебного мира, окружающего его Это не что иное, как разумный, законный личный интерес Точно так же, отсутствие сомнении в праведности своих требовании, гнева и его выражений должно казаться ему всецело оправданным и “честным”

Большой вклад в его убеждение, что он сугубо честный человек, вно сит еще одно обстоятельство, о котором важно здесь упомянуть по другим причинам Он видит вокруг себя много уступчивых людей, которые претен дуют на то, что они — более любящие, жалостливые, щедрые, чем это есть на самом деле И в этом отношении он действительно честнее их Он и не претендует на дружелюбие, фактически, он презирает его Если бы он оста вался на уровне “По крайней мере, я не притворяюсь”, под ногами у него была бы надежная почва Но его потребность оправдать свою холодность вынуждает его сделать следующий шаг Он склонен отрицать, что жела ние быть полезным, оказывать дружескю помощь — хоть сколько нибудь искреннее желание Он не спорит против того, что в принципе дружба существует, но когда депо доходит до конкретных людей, он склонен без разбору считать ее лицемерием Этот шаг опять поднимает ei о над толпой Ему начинает казаться, что он — единственный человек, стоящий выше обычного лицемерия

Нетерпимость к претензиям на любовь имеет еще более глубокие кор­ни, чем потребность в самооправдании Только после значительной ана литическои работы у этого подтипа, как и у всего захватнического типа, проявляются тенденции к смирению Сделав из себя орудие достижения конечного торжества, он вынужден схоронить подобные склонности еще глубже, чем остальная часть захватнического типа Наступает период, когда он чувствует себя последней тварью, гадкой и беспомощной, и го тов спаться под ноги ради того, чтобы его любили Мы понимаем теперь, что в других он презирал не только притворство их любви, а их уступчи вость, пренебрежение к себе, беспомощную тоску по любви Короче, он презирал в них те самые склонности к смирению, которые ненавидел и пре зирал в себе ”

Ненависть и презрение к себе, выходящие теперь наружу, принимают устрашающие размеры Ненависть к себе всегда жестока и беспощадна Но ее сила или могущество зависит от двух факторов Первый — это степень, до которой личность находится под властью своей i ордости Второй — это степень, в которой могут противостоять ненависти к себе конструктивные силы, такие как вера в позитивные жизненные ценности, наличие конст Руктивных жизненных целей и хотя бы немного теплых чувств, расположе **ния** к самому себе Поскольку эти факторы неблагоприятны для агрессив-номстительного типа, его ненависть к себе носит более злокачественный характер, чем в обычном случае Даже вне аналитической ситуации можно наблюдать, насколько он сам для себя — беспощадный надсмотрщик с кну­там, и как он себя фрустрирует, прославляя это как аскетизм

181

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Такая ненависть к себе требует жестких мер самозащиты. Ее вынесение вовне представляется вопросом самосохранения в чистом виде. Как и во всех решениях о захвате, вынесение вовне здесь, в основном, активное Он ненавидит и презирает в других все, что подав тает и ненавидит в самом себе: их непосредственность, способность радоваться жизни, их склонность упрашивать, их уступчивость, то есть — “притворство”, “глупость”. Он навязывает дру1 им свои нормы и карает их, когда они в них не укладыва­ются. То, что он фрустрирует других, отчасти является вынесением вовне его побуждений фрустрировать самого себя. Следовательно, его каратель­ная установка по отношению к другим, которая выглядит всецело мсти­тельной, все-таки сложное явление Отчасти это выражение его мститель­ности; отчасти это вынесение вовне его презрительно-карательного отно­шения к себе; и, наконец, она служит средством запугать других ради утверждения своих требований Все три источника должны быть успешно проработаны при анализе.

В его самозащите против своей ненависти к себе здесь, как и везде, бросается в глаза необходимость оградить себя от малейшего осознания того, что он — не тот, кем, согласно предписаниям его гордости, ему Надо быть. Помимо вынесения вовне, его основной защитой здесь служит броня своей правоты, столь толстая и непроницаемая, что порой делает его недо­ступным для доводов. Это может проявиться в споре: он, кажется, не при­нимает во внимание верность или неверность дюбых утверждений, но истолковывает их как враждебные нападки, на которые автоматически отве­чает встречными нападками,— как дикобраз, если до него дотронуться. Он просто не может позволить себе рассмотреть, даже отдаленно, нечто, спо­собное породить в нем сомнение в собственной правоте

Третий путь, которым он защищается от осознания своих недостат­ков — это его требовательность к другим. Обсуждая ее, мы уже подчер­кивали мстительные эпементы в том, что он присваивает себе все права и отрицает их за другими. Но при всей своей мстительности он мог бы быть более разумным в том, чего требует от других, если бы не убедитель­ная необходимость защитить себя от бешеных атак своей собственной ненависти к себе. Глядя с этой точки зрения, ею требование таково, что другие Должны вести себя так, чтобы он не испытывал никакой вины и даже никаких сомнений в себе. Если бы он мог убедить себя, что имеет право эксплуатировать или фрустрировать их, а они не должны жало­ваться, критиковать и обижаться, тогда бы он мог удержаться от осозна­ния своей склонности эксплуатировать или фрустрировать Если у него есть право на то, чтобы от него *не ждали* нежности, благодарности или внимания, тогда их разочарование — их несчастье и не отражает того, что он нечестен с ними. Любое сомнение, которому он позволит появиться (нет ли каких-то недостатков в его отношении к людям, нет ли у них при­чин обижаться на его установки), будет подобно дыре в плотине, через которую хлынет поток презрения к себе и сметет всю его искусственную уверенность в себе.

— 182—

*Гшва 8 Решение захватить все вокруг зов власти*

Когда мы осознаем роль гордости и ненависти к себе у этого типа лич­ности, у нас создается не только более точное понимание действующих в ней сит, но, возможно, меняется весь наш взгляд на нее. Пока мы в основ­ном фокусируемся на том, как он ведет себя с людьми, мы можем описать его поведение как высокомерное, эгоцентричное, садистское, хамское — подойдет любой пришедший в голову эпитет, указывающий на враждебную агрессивность. И любой из них будет точен. Но когда мы поймем, как креп­ко он захвачен механизмом своей гордыни, какие усилия он должен при­лагать, чтобы его не раздавила ненависть к себе, мы увидим в нем измучен­ное существо, борющееся за выживание. И эта картина будет не менее точна,чем первая.

Что же, одна из сторон медали важнее, существеннее другой? Трудно ответить на этот вопрос и, наверное, вообще нельзя, но его внутренняя борьба — вот за что может зацепиться анализ и добраться до него в то время, когда он не хочет копаться в трудностях своих отношений с други­ми и когда эти его трудности действительно далеки Отчасти он более доступен в этом плане, потому что его отношения с людьми так бесконе­чно хрупки, что он очень тревожно избегает затрагивать их. Но есть и объ­ективные причины для затрагивания в процессе лечения внутрипсихиче-ских факторов в первую очередь Мы видели, что они многими путями вносят вклад в его внешнюю тенденцию, высокомерную мстительность. Мы фактически не можем понять объем его высокомерия, не приняв во внимание его гордости и ее уязвимости, или понять силу его мститель­ности, не пядя на его потребность в самозащите от ненависти к себе, и т. д. Но сделаем следующий шаг: это не только отягчающие обстоятель­ства; это факторы, делающие его враждебно-агрессивные склонности *ком-пулъсивными* И это решающая причина того, что попытки напрямую взяться за враждебность будут (и должны быть) неэффективными — тщет­ными на самом деле Пациент не заинтересован в том, чтобы увидеть ее, и еще больше в том, чтобы ее исследовать, до тех пор, пока продолжа­ется действие данных факторов (проще говоря, пока он не может ничего с ними поделать).

Например, его потребность в мстительном торжестве несомненно отно­сится к враждебно-агрессивной тенденции. Компульсивной ее делает потребность утвердить свои права в собственных глазах. Изначально это не невротическое желание Он подходит издалека, начиная с общечеловече­ских ценностей, с того, что допжен оправдать свое существование, отстоять свои ценности. Но затем потребность восстановить гордость и защититься от тайного презрения к себе депает это желание императивным. Сходным образом, его потребность вечно быть правым и вытекающие из нее высоко­мерные требования, хотя и воинствующие, агрессивные, становятся ком-пульсивными вследствие необходимости предотвратить появление любого сомнения в себе и самообвинения. И наконец, размах его выискивания оши­бок и поиска виноватых, его установки на осуждение и наказание по отно-

— 183

***Карен Хорни.*** *Невроз и шчностныи рост*

шению к другим (или, по крайней мере, то, что придает этим установкам компульсивность) проистекают из крайней необходимости вынести вовне свою ненависть к себе

Более того, как мы указывали вначале, явный рост мстительности может наступить, если плохо функционируют силы, обычно ей противо­действующие. И здесь тоже основной причиной тою, почему сдерживаю­щие начала не действуют, являются внутрипсихические факторы Процесс подавления нежных чувств, начавшийся в детстве и описанный нами как усиливающийся процесс, был вызван в нем действиями и установками дру­гих людей и предназначен для защиты от них. Потребность сделаться нечув­ствительным к страданию во многом подкрепляется уязвимостью его гор­дости и, подхлестываемая ею, достигает высшей точки — требования неуяз­вимости. Его желание давать и получать человеческое тепло и дружбу, изначально пресекаемое окружением и затем принесенное в жертву потреб­ности в торжестве, окончательно замораживается приговором ненависти к себе, клеймящим его, как не стоящего любви. Таким образом, по отноше­нию к другим ему нечего особенно терять. Он бессознательно усваивает афоризм римского императора: oderint dum metuant. Другими словами' “Не может быть и речи о том, чтобы они полюбили меня, так или иначе, они меня ненавидят — так пусть же, по крайней мере, боятся”. Кроме того, здо ровая заинтересованность в собственном благополучии, которая в против­ном случае сдержала бы мстительные порывы, сведена к минимуму его полным пренебрежением к себе. И даже страх перед другими, хотя и шеве лящийся в нем, подавляет его гордость своей неуязвимостью и неприкос­новенностью.

В контексте утраты связей с людьми один фактор заслуживает наше! о особого внимания. Он мало сочувствует другим, если вообще кому-то сочувствует. Это отсутствие симпатии имеет много причин, лежащих в его враждебности к другим и в недостатке сочувствия к себе самому. Но, веро­ятно, наибольший вклад в черствость по отношению к другим вносит его зависть к ним. Это горькая зависть не к чему-то конкретному, а ко всему вообще, и проистекает она из его чувства выброшенности из жизни\*. Огра див себя колючей проволокой, он и впрямь отрезан от всего, что делает жизнь стоящей — от радости, счастья, любви, творчества, роста. Но что если мы спросим здесь не сам ли он повернулся к жизни спиной? Разве он не гордится тем аскетизмом, с которым ничего не хочет и ни в чем не нуж­дается? Разве он не отталкивает от себя любые позитивные чувства? Поче­му бы ему тогда завидовать другим7 А он на самом деле завидует им Есте­ственно, без анализа высокомерие не позволит ему признать свою зависть прямо, этими простыми словами Но по мере продвижения анализа он может высказаться в том смысле, что, конечно же, кто угодно лучше обес­печен, чем он. Или же он может осознать, что он в ярости на какого-то чело-

\* См выражение Ф Ницше, Lebensneid (зависть к жизни), и работу Макса Шелера (Мах Scheler *“Das Revenlimeni чп Aufbau der Moralen”* Der Neue Geist Verlag Leipzig, 1919)

• 184—

*Глава 8 Решение захватить все вокруг зов власти*

века только потому, что тот всегда весел или чем-то искренне увлечен. Косвенным путем он сам предлагает этому объяснение. Он считает, что такой человек хочет злобно унизить его, суя ему в нос свое счастье Подоб­ное восприятие положения вещей не только возбуждает в нем такие мсти­тельные импульсы, как желание убить радость, но и порождает характер­ный род бессердечия, удушая его сочувствие к чужим страданиям (Ибсе-новская Гедда Габлер — хорошая иллюстрация такого мстительного бессердечия.) Пока что его зависть напоминает нам о собаке на сене Его гордость задета, если у кого-то есть что-то, чего нет у него, неважно, нуж­но ему это или нет.

Но это недостаточно глубокое объяснение. При анализе постепенно выясняется, что виноград жизни, хоть он и объявляет его зеленым, все еще желанен для него Мы не должны забывать, что он не по своей воле повер­нулся к жизни спиной, и то, на что он променял жизнь — жалкая замена. Другими словами, его вкус к жизни заглушен, но не уничтожен. В начале анализа мы только надеемся на это, но надежда оправдывается в гораздо большем числе случаев, чем это обычно признается. На ней покоится успех лечения. Как мы могли бы помочь ему, если бы в нем не было начала, кото­рое хочет жить в полную силу?

Это наше убеждение впрямую относится к аналитической установке на подобных пациентов. Большинство людей данный тип личности или запугивает до покорности, или они полностью отвергают такого человека. Ни то, ни другое не годится аналитику Естественно, принимая его как пациента, аналитик хочет ему помочь. Но если аналитик запуган, он не осмелится вплотную взяться за его проблемы. Если же аналитик внут­ренне отвергает его, он не сможет продуктивно с ним работать. Однако у аналитика возникнет необходимое сочувствие и уважительное пони­мание, когда он осознает, что и этот пациент, несмотря на его заносчи­вые уверения в противоположном, тоже страдает и борется, как и вся­кий человек

Оглядываясь на три типа личности, принявших решение об экспансии, мы видим, что их общая цель — власть над жизнью Это их путь победить страх и тревогу; это придает смысл и определенный вкус их жизни Они пытаются добиться власти различным путем: восхищаясь собой и очаро­вывая других; подчиняя судьбу высотой своих норм; став непобедимым и покоряя жизнь в духе мстительного торжества.

Соответственно, поразительно отличается их эмоциональная атмо­сфера — от случайных вспышек тепла и веселья до прохладцы и, наконец, До леденящего холода. Эти особенности в основном определяются уста­новкой по отношению к собственным позитивным чувствам. Нарциссиче-ский тип может быть дружелюбным и щедрым при определенных условиях от ощущения изобилия, пусть даже основа этого отчасти ложная. Поклон­ник совершенства может демонстрировать дружелюбие, потому что он Дол­жен быть дружелюбным Высокомерно мстительный тип склонен давить

— 185—

***Карен Хорни.*** *Неяроз и личностный рост*

дружеские чувства и издеваться над ними. Во всех трех типах присутствует огромная враждебность, но у нарциссического может взять верх его щед­рость; поклонник совершенства может ее подавить, потому что он Не Дол­жен быть враждебным; а вот у высокомерно-мстительного человека она открытая, откровенная и, по вышеизложенным причинам, потенциально куда более деструктивная. Ожидания по отношению к другим простира­ются от потребности в их поклонении и восхищении до потребности в почи­тании и далее, до потребности в покорности. Бессознательные основания требований к жизни идут от “наивной” веры в свое величие до тщатель­ной сделки с судьбой и до чувства, что ему обязаны возместить причинен­ный ущерб.

Можно ожидать, что шансы на успех лечения убывают прямо пропор­ционально по данной шкале. Но здесь снова нужно помнить, что наша клас­сификация только указывает направления невротического развития. На самом деле, успех зависит от многих факторов. Наиболее уместный в этом отношении вопрос, как глубоко укоренились эти тенденции, и как сильны стимулы или потенциальное побуждение их перерасти.

Глава 9 Решение смириться: зов любви

Второе главное решение внутреннего конфликта, к обсуждению которо­го мы приступаем,— это решение смириться. Оно представляет собой шаг, направление которого прямо противоположно направлению шагов при решении о захвате. Фактически основные черты решения смириться выяс­няются немедленно, если посмотреть на него в свете данного контраста. Следовательно, мы должны сделать краткий обзор некоторых основных характеристик захватнического типа, обращая все внимание на вопросы:

что он прославляет в себе, а что ненавидит и презирает? Чго он взращивает в себе, а что подавляет?

Он прославляет и взращивает в себе все, что означает власть. Власть по отношению к другим влечет за собой потребность превзойти их, так или иначе встать над ними. Он стремится манипулировать другими или подав­лять их и сделать их зависимыми от себя. Эта тенденция отражается и в том, какой установки по отношению к себе он ждет от них. Рвется ли он всеми силами к восхищению, или почитанию, или признанию, он озабочен тем, чтобы ему подчинялись и смотрели на него снизу вверх. Ему нена­вистна самая мысль о том, чтобы уступить, дать поблажку или зависеть от другого.

Более того, он гордится своей способностью справиться с^побыми не­предвиденными обстоятельствами и >бежден, что ему это удастся всегда. Нет или не должно быть ничего, чего он не смог бы достичь. Каким-то обра­зом он должен быть и считает себя хозяином своей судьбы. Беспомощность может ввергнуть его в панику, и он ненавидит в себе всякий намек на нее.

Господство над собой означает слияние со своим идеальным, гордели­вым Собственным Я. Силой воли и разума он управляет кораблем своей души. Только с величайшей неохотой признает он в себе какие-то бессоз­нательные силы, то есть силы, не подчиняющиеся контролю сознания. Это мука для него — признать, что в нем существуют конфликт или проблема, которые он не может разрешить (то есть справиться с ними) немедленно. Страдание он считает позором, который нужно скрывать. Типично для него, что в анализе ему не особенно трудно признать свою гордость, но ему тош­но видеть свои Надо, или, по крайней мере, то, что они как угодно пихают его из стороны в сторону. Ничто не должно подталкивать ei о. Как только можно долго он держится за иллюзию, что может сам устанавливать для

— 187—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

себя законы и выполнять их. Собственная беспомощность перед чем-то внутри себя ему ненавистна так же, если не больше, как беспомощность перед внешними обстоятельствами.

У типа, повернувшего в направлении решения о смирении, мы находим противоположные акценты. Ему Нельзя считать себя выше других или про­являть подобные чувства в своем поведении. Напротив, он склонен под­чиняться другим, зависеть от них и ублажать их. Для него наиболее харак­терно отношение к беспомощности и страданию, диаметрально противо­положное отношению захватнического типа. Он весьма далек от ненависти к ним, он взращивает их и невольно раздувает; и, соответственно, если в отношении других к нему есть что-то, напоминающее восхищение им или признание, то это ставит его выше других и заставляет чувствовать себя неловко. Чего он жаждет, так это помощи, защиты, поглощающей любви.

Эти характеристики также преобладают в его отношении к себе. В рез­ком контрасте с захватническим типом, он живет с расплывчатым чувством неудачи (в том, чтобы жить, как Надо) и поэтому склонен чувствовать себя виноватым, хуже и ниже других, и даже презренным. Ненависть и презре­ние к себе, происходящие из этого чувства неудачи, выносятся им вовне пассивно: он считает, что это другие обвиняют или презирают его. И наобо­рот, он склонен отрицать и устранять все свои чувства захватнического плана, такие как самовозвеличивание, гордость и самонадеянность. На гор­дость, неважно чем, наложены всесторонние и строгие табу. В результате она не ощущается сознательно; он отрицает ее и отрекается от нее. Он *сливается* со своим покорным Собственным Я; он безбилетный бесправ­ный пассажир. В соответствии с этой установкой он склонен также подав­лять в себе все, что имеет оттенок честолюбия, мстительности, торжества, поиска выгоды. Короче говоря, он решает свой внутренний конфликт, по­давляя все захватнические установки и влечения и давая дорогу склон­ностям отказывать себе и отказываться от себя. Только в курсе анализа эти конфликтующие со смирением влечения выступают вперед.

Тревожное избегание гордости, торжества или превосходства видно во многом. Характерен и прост для наблюдения страх перед выигрышем в игре. Например, пациентка со всеми признаками болезненной зависи­мости могла иногда блестяще начать партию в теннис или в шахматы. Пока она не отдавала себе отчета о том, что ее позиция сильна, все шло хорошо. Но как только она понимала, что опережает противника, то неожиданно теряла подачу или упускала из виду очевидный ход, сулящий выигрыш. Еще до анализа она вполне понимала, что дело не в том, что она не забо­тится о выигрыше, а в том, что она не осмеливается выиграть. Но хоть она и сердилась на себя за унизительный страх, процесс шел настолько автома­тически, что она была не в силах его остановить.

В точности та же установка сохраняется и в других ситуациях. Для этого типа характерно неумение осознавать выгодность своего положе­ния и неумение пользоваться ею. Привилегии в его глазах превращаются

— 188—

*Глава 9. Решение смириться: обращение к любви*

в обязанности. Он часто не осознает превосходство своего знания и в реши­тельный момент оказывается неспособен показать его. Он приходит в рас­терянность в любой ситуации, в которой его права определены нечетко, например, в отношении помощи по дому или услуг секретаря. Даже предъ­являя совершенно законные требования, он чувствует себя так, словно нече­стно пользуется невыгодным положением другого. Он или совсем отказы­вается просить других, или просит, извиняясь за свою “бессовестность”. Он может быть беспомощен даже перед теми, кто на самом-то деле зависит от него, и не может защититься, когда они обращаются с ним просто оскорби­тельно. Не удивительно, что он становится легкой добычей для желающих им попользоваться. Тут он просто беззащитен, но часто осознает это много позже и тогда может ужасно рассердиться на себя и на эксплуататора.

Его страх перед собственным торжеством в вопросах более серьезных, чем игра, приложим к успеху, одобрению, появлению на сцене. Он не толь­ко боится любых публичных выступлений, но не может воздать себе долж­ное даже тогда, когда его деятельность оказалась успешной. Он пугается этого, принижает успех или приписывет его удаче. В последнем случае, вместо чувства “Я сделал это” у него появляется только “Это случилось”. Успех и ощущение безопасности для него обратно пропорциональны. Пов­торные достижения в своей области приносят ему не спокойствие, а тре­вогу. А она может достичь такого размера, что музыкант или актер в панике отклоняют многообещающие предложения.

Хуже того, он должен избегать любой “самонадеянной” мысли, чув­ства, жеста. Путем бессознательного, но систематического процесса само­умаления он доходит до крайности — избегает всего, что кажется ему высо­комерием, тщеславием или бесцеремонностью. Он забывает о своих знани­ях, достижениях, о всем хорошем, что им сделано. Самонадеянно с его стороны было бы думать, что он может сам справиться со своими делами, что люди захотят прийти к нему в гости, если он их позовет, и что он может понравиться красивой девушке. “Все, что я хочу сделать — одно нахальство с моей стороны”. Если у него что-то получается — это везение или один обман. Он может считать самонадеянностью уже одно только собственное мнение или суждение, а потому легко уступает, не принимая даже во вни­мание своих убеждений, любому энергично выраженному предложению. Следовательно, он, как флюгер, с той же легкостью уступит и противополо­жному влиянию. Самое законное самоутверждение кажется ему дерзо­стью — ответить на несправедливый упрек, отдать распоряжение официан­ту, попросить о повышении, проследить за соблюдением своих прав при заключении контракта, проявить внимание к приятной особе противопо­ложного пола.

Существующие ценные качества или достижения могут косвенно при­знаваться, но не переживаются эмоционально. “Мои пациенты, кажется, Думают, что я хороший доктор”. “Мои друзья говорят, что я хороший рас­сказчик”. “Мои учителя считают меня очень умным, но они ошибаются”. Та же установка сохраняется по отношению к денежным вопросам. У такого

—189—

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

человека может быть чувство, что деньги, заработанные его собственным трудом, ему не принадлежат Если он человек обеспеченный, он все же воспринимает себя как бедняка Любое обыкновенное наблюдение или самонаблюдение обнажает страхи, стоящие за такой сверхскромностью Они появляются, стоит ему чуть поднять опущенную голову Что бы ни запускало процесс самоумаления, поддерживают его могущественные табу на выход из тесных рамок, в которые он сам себя поместил Надо довольст воваться малым Не надо желать большего или стремиться к нему Любое желание, любое стремление, любой порыв к большему ощущается им, как опасный или безрассудный вызов судьбе Нельзя хотеть улучшить свою фигуру диетой или гимнастикой или свой внешний вид красивой одеждой Нече! о улучшать себя, занимаясь анализом Он может все это дечать, толь ко если это нужно, если он обязан В противном случае — у него просто не будет времени для этого Я не говорю здесь о страхе, который испытывает любой человек, затрагивая свои особые проблемы Есть нечто, больше и превыше обычных трудностей, что удерживает его от того, чтобы вообще это делать Часто в резком контрасте с его сознательным убеждением в ценности самоанализа “терять столько времени на себя” кажется ему “эгоистичным”

То, что он презирает как “эгоизм”, почти так же всеобъемлюще, как и то, что для него “нахальство” А “эгоистично” дчя него вообще что либо делать для себя Он мог бы наслаждаться многим, но было бы “эгоистично” наслаждаться этим в одиночку Он часто не осознает, что находится под действием запретов, и принимает их за “естественное” желание разделить радость с другим На самом деле, делить удовольствия — его приказ Будь то еда, музыка, природа — все теряет вкус и смысл, если он не депит это с кем то еще Он не может тратить деньги на себя Его скупость на личные траты может доходить до абсурда, что особенно поражает в сравнении с тем, что на других он тратится просто расточительно Когда он нарушает свое Нельзя и все таки тратит что то на себя, то, б>дь это даже объективно оправдано, он впадает в панику То же самое относится к тратам времени и сил Он часто не может читать книжку в свободное время, если она не нужна для его работы Он не может выделить специальное время, чтобы написать личное письмо, и украдкой втискивает это между двумя деловыми встречами Он часто не может держать свои вещи в порядке или навести у себя порядок, если только не для кого то, кто это оценит Точно так же он может пренебрегать тем, как он выглядит, если точько у него не назначено свидание, деловая встреча и то прием — то есть, если это не для других И напротив, он может проявить достаточно энергии и искусства, чтобы устроить что то для других, например, помочь им наладить между собой контакт или устроить их на работу, но он “устает” с головы до ног, когда доходит до того, чтобы позаботиться о том же самом для себя

Хотя в нем немало враждебности, он не может выразить ее, разве что находясь в очень сильном расстройстве В других случаях он пугается столкновений и даже трении по разпичным причинам Отчасти это происхо-

— 190

*Глава 9 Решение смириться ооращечие к ikiosu*

дит потому, что тот, кто сам окоротил себе руки, не может и не сможет драться А отчасти — он боится, как бы кто то не рассердился на него, и предпочитает уступить, “понять” и простить Мы лучше поймем его страх, когда будем обсуждать его межличностные отношения В полном соответ ствии с другими табу, и на самом деле под их нажимом, у него есть табу на “агрессивность” Он не может защищать свое право на неприятие какого либо человека, идеи, мотива, не может бороться с ними, если это необхо димо Он не может сознательно долгое время оставаться враждебным к человеку или даже недовольным им Счедовательно, мстительные вчече ния остаются бессознательными и могут найти выражение только косвенно и в замаскированной форме Он не может ни открыто требовать, ни упре кать Груднее всего для него — критиковать, депать выговоры, обвинять, даже когда это представляется оправданным Он не может и шутя сделать колючее, остроумное, саркастическое замечание

Подводя ито1 и, мы можем сказать, что табу ложатся на все, что самона деянно, эгоистично и агрессивно Если мы в деталях представим себе, что именно и до какой степени ему Нельзя, мы увидим, что эти Нельзя креп кими цепями сковывают его способности к захвату, борьбе, защите себя и своих интересов все, что могло бы сделать свои вклад в его развитие и повышение самооценки Непьзя и самоумаление организуют *процесс “усушки)),* который искусственно снижает его статус и заставляет его чув ствовать себя так, как чувствовала себя во сне та моя пациентка, которой приснилась ферма, где в результате беспощадного наказания она “усохла” вдвое и дошла до совершенной нищеты и слабоумия

Смиренный тип личности поэтому не может предпринять никакого агрессивного, экспансивного ичи ведущего к самоутверждению шага без того, чтобы не нарушить свои запреты А их нарушение вызывает в нем самоосуждение и презрение к себе Он реагирует на них ити всеохватьгва ющеи, не имеющей конкретного содержания паникой, или же чувством вины Если на переднем пгане — презрение к себе, он может реагировать страхом оыть смешным Один шаг за свои же тесные рамки у него, такого мелкого и незначительного (по собственному самоощущению), легко вьтзы вает страх быть смешным Ее ги даже этот страх сознателен, он обычно выносится вовне Люди сочтут, что это смешно, если он вступит в дискус сию, выставит свою кандидатуру на какую 1ибо должность или дерзнет написать что либо Большая часть этого страха, однако, остается бессо знате 1ьнои В чюбом случае, личность, кажется, никогда не отдает себе отчета в его чудовищном дав пении Тем не менее, это именно он придав чи вает человека к земле Страх быть смешным особенно указывает на ск юн ность к смирению Он чужд захватническому типу Тот может быть до край ности самонадеянным, даже не догадываясь, что может быть смешным, или что его считают смешным другие

Лишенный возможности преследовать любые свои интересы, смирен ныи тип личности не столько свободен детать что то для других, но, в соот ветствии со своими внутренними предписаниями. Должен быть беспре

191 —

***Карен Хорнч.*** *Невроз и личностный рост*

дельно щедрым, полезным, внимательным, понимающим, жалостливым, любящим и жертвенным. Фактически любовь и жертва в его сознании тесно переплетены: он должен всем пожертвовать ради любви — любовь и *есть* жертва.

Пока мы видели, что Надо и Нельзя весьма последовательны. Но рано или поздно противоречия между ними заявят о себе. Мы можем наивно ожидать, что у этого типа агрессивность, наглость или мстительность дру­гих людей будет вызывать скорее неприятие. Но на самом деле у него здесь двойственная установка. Он действительно ненавидит их, но еще и тайно или открыто восхищается ими, весьма неразборчиво — не отличая искрен­ней уверенности в себе от наглости, внутренней силы — от эгоцентричес­кой жестокости. Мы легко догадываемся, что натерев себе шею нарочитым смирением, он восхищается чужой агрессивностью, недостающей или недо­ступной ему. Но постепенно мы понимаем, что наше объяснение неполно. Мы видим, что в нем живет скрытая система ценностей, полностью про­тивоположная только что описанной, и что он восхищается в агрессивном типе его захватническими влечениями, которые он должен подавить в себе как можно больше — ради интеграции. Он отрекается от собственной гор­дости и агрессивности, но восхищается ими в других, и это играет огром­ную роль в его болезненной зависимости, о возможности которой мы пого­ворим в следующей главе.

По мере того как пациент становится достаточно сильным, чтобы повернуться лицом к своему конфликту, его захватнические влечения рез­че фокусируются перед нами. Он Должен быть еще и *абсолютно* бесстраш­ным; еще ему Надо из кожи вон вылезти ради своего процветания, и еще Надо дать сдачи каждому обидчику. Поэтому он в глубине души презирает себя за любой намек на “трусость”, неудачливость и уступчивость. Таким образом он находится под постоянным перекрестным огнем. Он проклят, если он действительно сделает что-то, и проклят, если не сделает. Если он отказывает в просьбе дать в долг или в услуге, он чувствует себя гадким и ужасным; если он удовлетворяет такие просьбы, то считает себя “лопу­хом”. Если он ставит обидчика на место, то пугается и считает себя крайне неприятным человеком.

Пока он не может глядеть в лицо своему конфликту и работать над ним, потребность сдерживать подспудную агрессивность вынуждает креп­ко держаться за привычный образец смирения и тем самым усиливает его ригидность.

Основная картина, которая у нас сложилась, это образ человека, кото­рый сам держит себя в тисках до такой степени, что усыхает телом, лишь бы избежать экспансивных шагов. Более того, как указывалось раньше и уточ­нялось в дальнейшем, он чувствует, что по-прежнему вечно готов обви­нять и презирать себя; он легко пугается, и, как мы увидим, тратит много сил, чтобы смягчить все эти болезненные чувства. Прежде чем обсуждать дальнейшие детали и следствия его базисного состояния, давайте разбе-

— 192—

*Гчава 9 Решение смириться обращение к любви*

ремся в развитии этого состояния, рассмотрев факторы, влекущие личность в данном направлении.

Люди, которые позднее склоняются к решению о смирении, обычно разрешили свой ранний конфликт с людьми, выбрав движение к людям\*. Окружение их детства в типичных случаях имело характерные отличия от окружения захватнического типа, где на ребенка сызмальства изливали вос­хищение, или сдавливали жесткими рамками норм, или просто плохо обра­щались — эксплуатировали и унижали. Смиренный тип, напротив, взращи­вался в *чьей-то тени:* любимчика брата или сестры, родителя, которым все восхищались, красавицы-матери или благодушно-деспотичного отца. Это было очень шаткое положение, возбуждающее массу страхов. Но некоторой доли любви ребенок все-таки добился — ценой самоотверженного поклоне­ния и преданности. У ребенка могла быть, например, страдалица-мать, кото­рая заставляла его чувствовать себя виноватым при малейшем снижении уровня исключительной заботы и внимания. Это могли быть отец или мать, становившиеся дружелюбными или щедрыми, когда ими слепо восхища­лись; это могли быть властный брат или сестра, чью ласку и покровитель­ство можно было снискать, угождая и уГ> кая\*\*. И вот через несколько лет, пока желание взбунтоваться боролось и сердце ребенка с его потребно­стью в любви, он подавил свою враждебность, смирил дух борьбы, и потреб­ность в любви победила. Вспышки гнева прекратились, и он стал уступ­чивым, приучился всех любить и припадать в беспомощном восхищении к тем, кого больше всего боялся. Он стал сверхчувствительным к враждеб­ному напряжению, вынужденный смягчать его и сглаживать острые углы. Поскольку завоевывать других стало делом сверхважным, он старался раз­вить в себе те качества, которые делают его приятным и внушающим любовь. Иногда, в подростковом возрасте, начинался новый период бунта, в сочетании с лихорадочным и судорожным честолюбием. Но он снова от­ступался от этих захватнических влечений ради любви и защиты, иногда — при первой же влюбленности. Дальнейшее развитие типа во многом зависит оттого, насколько были подавлены бунт и честолюбие, или насколько пол­ным стал возврат к подчинености, привязанности или любви.

Как и любой другой невротик, смиренный тип разрешает проблему сво­их потребностей, развивавшихся в нем с детства, путем самоидеализации. Но он может это сделать одним единственным способом. Его идеальный образ самого себя в первую очередь — сплав “достойных любви” качеств, таких, как отсутствие эгоизма, доброта, щедрость, смирение, святость, бла­городство, сострадание. Беспомощность, страдания, жертвенность под­лежат прославлению уже вторично. В контрасте с высокомерно-мститель­ным типом личности поощряются также чувства: радости и страдания,

\* См К Хорни *“Невротическая личность нашего времени”* Главы 6—8 *“Невротиче­ская потребность в привязанности”, “Наши внутренние конфликты”* Глава 3 *“Дви­жение к людям”.*

\*\* См К. Хорни. *“.Самоанализ” Г^aвa* 8 *“Систематический самоанализ болезненной зависимости”* (Детство Клары было типичным в этом отношении )

— 193

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

чувства не только к отдельным людям, но ко всему человечеству, к искус ству, природе, всевозможным “общечеловеческим” ценностям Глубокие чувства — часть его образа самого себя Он сможет выполнять внутренние предписания, только если он укрепит тенденции к пренебрежению собой, выросшие из его способа решения своего базального конфликта с людьми Он должен поэтому развивать амбивалентное отношение к собственной гордости Поскольку безгрешные и достойные любви качества его псевдо Я— это все, что у него есть, он не может не гордиться ими Одна паци ентка, поправляясь, сказала о себе “Я смиренно принимала свое нравствен ное превосходство как данность” Хотя он и отрекается от своей гордости и хотя она не кричит о себе в его поведении, она проявляется во множестве неявных форм, в которых обычно и заявляет о себе невротическая гор дость,— в уязвимости, в различного рода избеганиях, в защитных механиз мах, позволяющих “сохранить лицо” и т п С другой стороны, самый его имидж святого и уловителя сердец запрещает любое *сознательное* чувст во гордости Он должен удариться в другую крайность, чтобы уничтожить любой ее след Так начинается процесс “усушки”, превращающий его в маленькое и беззащитное существо Для него было бы невозможно иден тифицировать себя со своим горделивым и достославным Собственным Я Он может ощущать себя только своим подчиняющимся, принесенным в жертву Собственным Я Он чувствует себя не только маленьким и безза щитным, но и виноватым, нежеланным, нелюбимым, глупым, некомпетент ным Он — половая тряпка и охотно отождествляет себя с теми, кого попи рают ногами Следовательно, исключение гордости из осознания входит в его способ решения внутреннего конфликта

Слабость этого решения, в той мере, в какой мы исследовали его, дво якая Одна сторона — это процесс “усушки”, который влечет за собой биб лейский грех против себя самого — зарывание своего талана в землю Дру гая сторона касается того способа, которым табу на захват делает его бес помощной жертвой ненависти к себе Мы можем наблюдать это у mhoi их смиренных пациентов в начале анализа, когда они застывают от ужаса если находится, в чем себя упрекнуть Этот тип, часто не осознающий связь между самообвинением и ужасом, просто переживает факт того, что он испуган или паникует Он как правило осознает, что склонен упрекать себя, но не особенно задумываясь об этом, считает это признаком того, что он кристалльно честен перед самим собой

Он может также знать, что принимает обвинения со стороны окружаю щих слишком готовно, и только позже понимает, что они были безоснова те льны, но ему проще было объявить виноватым себя, чем обвинять других Фактически, он реагирует на критику признанием своей вины или ошибки так быстро и автоматически, что его рассудок просто не успевает вмешать ся Но он не осознает того, что прямо оскорбляет себя, и еще меньше — до какой степени доходят эти оскорбления Его сны переполнены символами презрения к себе и самоосуждения Типичны сновидения о казни он осуж ден на смерть, он не знает почему, но принимает это, никто не проявляет ни

— 194—

*Глава 9 Решение смириться ооращение ь. люови*

милосердия, ни даже интереса к нему У нею бывают сновидения и фан тазии, где его пытают Страх перед пытками может проявиться в ипохонд рических страхах головная боль означает опухоль мозга, запершило в горле — туберку лез, заболел живот — значит у него рак

По мере продвижения анализа проясняется, какова сила этих самообви нений и самомучительства Любое его затруднение, которое становится предметом обсуждения, может быть использовано, чтобы лишний раз себя лягнуть Проблеск осознания своей враждебности заставляет его чувство вать себя потенциальным убийцей Открытие того, сколь многого он ждет от окружающих, превращает его в хищного эксплуататора Понимание, что он плоховато распоряжается своим временем и деньгами, возбуждает в нем страх “полного упадка” Самое существование тревоги может заставить его чувствовать себя совершенно неуравновешенным типом, на грани сума сшествия В том случае, когда такие реакции не скрываются, в начале ана лиза может показаться, что он только ухудшает состояние пациента

У нас может сперва создаться впечатление, что ненависть или презре ние к себе в этом случае более сильны, чем при других видах невроза Но узнавая нашего пациента лучше и сравнивая его ситуацию с другим нашим клиническим опытом, мы отбросим такое предположение и поймем, что он лишь более беспомощен перед своей ненавистью к себе Большинства эф фективных средств защиты от нее, которыми пользуется захватнический тип, в его распоряжении нет А он старается все же оставаться верным своим особым Надо и Нельзя, и, как при всяком неврозе, его рассудок и воображение помогают ему затемнить и приукрасить картину

Но он не может отбросить самообвинения, воспользовавшись самооп равданиями, потому что иначе он нарушил бы свои Нельзя на высокомерие и тщеславие Не может он и сколько нибудь успешно ненавидеть или пре зирать других за то, что он отвергает в себе самом, потому что он должен быть “понимающим” и уметь прощать Попытка обвинить других или как то иначе проявить к ним враждебность на самом деле не успокоила бы его, а испугала — из за его табу на проявления агрессии И, как мы теперь видим, он так сильно нуждается в других, что по этой самой причине дол жен избегать трений с ними В итоге, вследствие всех этих обстоятельств, он просто не может постоять за себя, и это приложимо не только к его столкновению с другими, но и к своим нападкам на самого себя Другими словами, он так же беззащитен против собственных обвинений, презрения, мучительства и т п , как и против нападения со стороны окружающих Он принимает это все простершись ниц Он подчиняется приговору внутренней тирании, что, в свою очередь, снижает его и без того низкое мнение о себе

И все таки ему нужно как то защищать себя, и у него на самом деле раз виваются своебразные защитные механизмы Ужас, который может возник нуть у него в ответ на приступ ненависти к себе, в действительности подни­мается в нем, только если его особые защиты не сработали Самый процесс самоумаления — не только средство избежать захватнических установок и Держаться в узких рамках Нельзя, но также и средство умиротворить

— 195—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

собственную ненависть к себе. Я нагляднее всего опишу этот процесс, указав на характерное поведение смиренного типа личности, когда он счи­тает, что на него нападают. Он пытается умаслить врага и ослабить силу обвинений, например, путем сверхготовного признания своей вины: “Вы совершенно правы... Я полный дурак... Это все моя вина...” Он пытается выудить из него успокаивающие разуверения, извиняясь, выражая крайнюю скорбь и упрекая себя. Он может умолять о пощаде еще и подчеркиванием своей беспомощности. С помощью такого же “умасливания” он вытаски­вает жало и из своих самообвинений. Он сознательно всячески преувеличи­вает свое чувство вины, беспомощность, нужду, короче говоря — подчерки­вает свое страдание.

Другой путь уменьшения внутреннего напряжения — пассивное выне­сение вовне. Оно проявляется в том, что он считает, что его обвиняют, по­дозревают, пренебрегают им, унижают, презирают, издеваются над ним, пользуются им или откровенно жестоко обращаются. Однако это пассивное вынесение вовне, хотя и смягчает тревогу, не является, видимо, эффектив­ным средством избавления от самообвинений, в отличие от активного выне­сения вовне. Кроме того, оно (как и всякое вынесение вовне) портит его отношения с окружающими, а он, по многим причинам, особенно к этому чувствителен.

Однако все эти защитные механизмы оставляют ситуацию в его внут­реннем мире весьма шаткой. Ему по-прежнему нужен более мощный исто­чник успокоения. Даже в те периоды времени, когда его ненависть к себе ос­тается в границах умеренности, он чувствует, что все, что он делает сам или для себя — бессмысленно. Его самоумаление и т.п. делают его глубоко не­защищенным человеком. Поэтому, следуя своим старым образцам, он ищет других людей, чтобы укрепить свои внутренние позиции: другие дадут ему чувство, что его принимают, одобряют, нуждаются в нем, желают его, он нравится, его любят и ценят. *Его спасение — в руках других.* Следова­тельно, его нужда в людях не только крепко укоренена, но часто приобре­тает характер безумия. Мы начинаем понимать ту притягательность, кото­рую любовь имеет для данного типа личности. Я пользуюсь словом “лю­бовь”, как общим знаменателем для всевозможных положительных чувств, будь то симпатия, нежность, дружеское расположение, благодарность, сек­суальная любовь или чувство, что в тебе нуждаются и ценят тебя. Я посвя­щу отдельную главу тому, как эта тяга к любви влияет на любовную (в стро­гом смысле слова) жизнь человека. Здесь мы обсудим, как она проявляется в человеческих отношениях вообще.

Захватнический тип личности нуждается в людях для подтверждения своей власти и своих фальшивых ценностей. Они нужны ему и в качестве отводного клапана — чтобы отводить на них свою ненависть к себе. Но, поскольку он имеет более легкий доступ к своим собственным ресурсам и пользуется большей поддержкой собственной гордости, его потребность в других вовсе не столь настоятельная и не столь всеобъемлющая, как

— 196—

*Глава 9. Решение смириться: обращение к любви*

у смиренного типа личности. А каковы природа и размах потребности в дру­гих, таковы будут и *ожидания от других.* Высокомерно-мстительный тип личности изначально ожидает зла, пока не имеет доказательств противопо­ложного. Истинно замкнутый тип личности (о котором мы будем говорить позднее) не ждет ни добра, ни зла. Смиренный тип упорно ждет добра. На поверхности это выглядит так, как если бы он хранил непоколебимую веру в прирожденную человеческую доброту. Это верно, он более открыт, более чувствителен к приятным качествам других людей. Но компульсивность его ожиданий не дает ему проявить хоть какую-то разборчивость. Он, как правило, не может отличить истинное дружелюбие от массы его подделок. Его слишком легко подкупить любым проявлением тепла или интереса. Вдобавок, его внутренние предписания гласят, что он Должен любить всех и Должен никого ни в чем не подозревать. И наконец, его страх перед про­тивостоянием и возможным столкновением заставляет его не видеть в упор, отметать в сторону, сводить к нулю и всячески оправдывать такие черты, как лживость, изворотливость, эксплуататорство, жестокость, вероломство.

Столкнувшись с недвусмысленным свидетельством таких поступков, он каждый раз бывает застигнут врасплох, но и тогда отказывается верить в любое *намерение* обмануть, унизить, использовать. Хотя им часто зло­употребляют (а еще чаще он так воспринимает происходящее), это не изме­няет его основных ожиданий. Пусть даже по горькому жизненному опыту он знает, что ничего хорошего не приходится ждать от этой группы людей или от данного человека, он по-прежнему упорно ждет — сознательно или бессознательно. В частности, когда подобная слепота нападает на человека, в иных отношениях психологически проницательного, друзья или коллеги могут быть ею просто изумлены. Но она просто указывает, что эмоцио­нальные потребности так велики, что они берут верх над очевидностью. Чем больше он ждет от людей, тем больше он склонен идеализировать их. Таким образом, у него нет реальной веры в людей, а есть лишь установка Поллианны, которая неизбежно приносит ему бездну разочарований и дела­ет его еще более неуверенным.

Вот краткое перечисление того, чего он ожидает от людей. В первую очередь, он должен чувствовать, что его принимают. Ему это нужно в лю­бой доступной форме: внимания, одобрения, благодарности, дружбы, сим­патии, любви, секса. Нам поможет сравнение: точно так же, как в нашей культуре многие люди считают, что стоят столько, сколько денег они “де­лают”, смиренный тип личности меряет свою ценность монетой любви, используя здесь это слово в широком смысле, обобщающем различные фор­мы расположения. Он стоит столько, насколько он нравится, нужен, жела­нен или любим.

Более того, он нуждается в человеческих контактах и в компании пото­му, что не может оставаться один ни минуты. Он сразу чувствует себя поте­рянным, словно отрезанным от жизни. Как ни болезненно это чувство, он может его терпеть, пока его плохое обращение с самим собой не выходит из Рамок. Но как только его самообвинения или презрение к себе обостря-

— 197—

***Карен Хорни.*** *Невроз и чичностный рост*

ются, его чувство потерянности может перерасти в несказанный ужас, и именно в этой точке его нужда в других становится безумной.

Эту потребность в компании усиливает его представление о том, что если он сейчас в одиночестве, то это означает, что он не желанен и не чю-бим вообще, а это — позор, который надо хранить в тайне. Позор — отпра­виться одному в кино или в отпуск, и позор — остаться одному на выход­ные, когда все другие вращаются в обществе. Это иллюстрирует, до какой степени его уверенность в себе зависит от того, заботится ли кто-нибудь о нем хоть как-то. Он нуждается в других, чтобы у любой мелочи, какую бы он ни делал, был смысл и вкус. Смиренный тип личности нуждается в ком-нибудь, для кого он мог бы шить, готовить или возиться в саду, в учителе, для которого он мог бы играть на пианино, в пациентах или клиентах, кото­рые на него полагались бы.

Однако помимо всей этой эмоциональной поддержки он нуждается в помощи, и в невероятных размерах. По его мнению, та помощь, в которой он нуждается, остается в самых разумных границах, и это происходит отчасти потому, что основная часть его потребностей бессознательна, а отчасти потому, что он останавливается на определенных требованиях, как если бы они были отдельными и единственными: помочь ему устроится на работу, поговорить с его квартирной хозяйкой, пойти с ним (или вместо него) в магазин, одолжить ему денег. Более того, любое осознанное жела­ние, чтобы ему помогли, кажется ему таким понятным, поскольку стоящая за ним потребность так велика. Но когда при анализе мы видим картину в целом, то убеждаемся, что его потребность в помощи на самом дече дохо­дит до ожидания, что для него будет сделано все. Другие должны проявить инициативу, сделать его работу, взять на себя ответственность, придать смысл его жизни или так завладеть его жизнью, чтобы он жил ими, через них. Поняв полный объем этих потребностей и ожиданий, мы уясняем и власть, которую любовь имеет над смиренным типом Это не только сред­ство смягчить тревогу; без любви и он и его жизнь ничего не стоят и бес­смысленны. *Поэтому любовь — неотъемлемая часть решения о смире­нии.* Если говорить языком чувств такого человека, любовь становится необходима ему, как воздух.

Естественно, что он привносит такие ожидания и в аналитические отно­шения. В контрасте с большинством “захватчиков”, он вовсе не стыдится попросить о помощи. Напротив, он может умолять о помощи, ярко расписы­вая свою нужду в ней и беспомощность Но, конечно же, он хочет особой помощи. В пубине души он ожидает исцеления “любовью”. Он может довольно охотно прилагать усилия к аналитической работе, но, как оказыва­ется позднее, на это его толкает жадное ожидание того, что спасение и искуп­ление должны и могут прийти только извне, через расположение к нему ДРУ' гого человека (в данном случае — аналитика). Он ожидает, что аналитик удалит его чувство вины своей любовью, что может означать и сексуальную любовь, в случае аналитика противоположного пола. Чаще это любовь в более широком смысле знаки дружбы, особого внимания или интереса.

— 198—

*Глава 9 Решение смириться обращение к люови*

Как это часто случается при неврозе, потребность превращается в тре­бование, то есть он считает, что имеет право быть осыпанным милостями. Потребность в любви, привязанности, понимании, сочувствии или помощи превращается в идею: “Я имею право на любовь, привязанность, понимание, сочувствие. Я имею право на то, чтобы для меня все делали. Я имею право не гнаться за счастьем, оно само должно упасть мне в руки”. Наверное понятно без лишних объяснений, что такие требования (в качестве требова­ний) остаются куда более глубоко бессознательными, чем у захватниче­ского типа личности.

В связи с этим уместно спросить, на чем смиренный тип личности осно­вывает свои требования и чем их подкрепляет? Наиболее осознанное и посвоему реалистичное основание состоит в том, что он усиленно старается стать приятным и полезным. В зависимости от темперамента, структуры невроза и ситуации он может быть очаровательным, уступчивым, деликат­ным, чутким к желаниям других, доступным, нужным, жертвенным, пони­мающим. Он, естественно, переоценивает то, что так или иначе делает для другого человека. Он упускает из виду, что этот человек, может быть, вовсе не хотел такого внимания или щедрости; он не осознает, что его предложе­ния похожи на крючок с наживкой; он не принимает во внимание свои не слишком приятные черты. Поэтому все, что он дает, кажется ему чистым золотом дружбы, за которое он вправе ожидать равной отплаты.

Вторая основа его требований приносит больше вреда ему и больше хлопот окружающим. Поскольку он боится оставаться один, то и другие должны оставаться дома; поскольку он не выносит шума, все должны ходить по дому на цыпочках. Право на награду, таким образом, основано на невротических требованиях и страданиях. Страдания бессознательно ста­вятся на службу невротических требований, что не только останавливает побуждение их преодолеть, но и ведет к неумыш пенному преувеличению страданий Это не означаег, что он только “напяливает” страдание ради того, чтобы его показать. Оно мучает его гораздо глубже, потому что он должен доказать, в первую очередь себе, ради собственного спокойствия, что имеет право на удовлетворение своих потребностей. Он должен чувст­вовать, что его страдание такое исключительное и огромное, что дает ему право на помощь. Другими словами, этот процесс заставляет человека на самом деле мучительнее ощущать свое страдание, чем это было бы, будь оно лишено для не1 о бессознательной стратегической ценности.

Третье основание, еще глубже погруженное в бессознательное и еще более разрушительное,— это его чувство, что он обиженный, потерпевший, и имеет право требовать, чтобы ему возместили причиненный ущерб. В сно­видениях он может видеть себя безнадежно искалеченным и, следовательно, имеющим право на то, чтобы удовлетворялись все его потребности. Чтобы понять эти элементы мстительности, мы должны обратиться к факторам, отвечающим за его чувство обиды.

— 199-

***Карен Хорни.*** *Невроз и шчностныи рост*

У типичного смиренного человека это чувство — почти постоянна подоплека всей его жизненной позиции. Желая обрисовать его резко и пп верхностно немногими словами, мы сказали бы, что этот че товек все вреио жаждет гпобви и чувствует себя обиженным. Начать с того, что, как я ужр говорила, другие действительно нередко пользуются его беззащитностью и готовностью чем-то помочь или пожертвовать. Из-за ощущения своей ничтожности и неспособности за себя постоять, он иногда не осознает таких злоупотреблений. Кроме того, из-за процесса “усушки” и всего, что он влечет за собой, он часто остается ни с чем, без всяких злых намерений со стороны окружающих Но даже если он в каком-то отношении фактически удачливее других, его Нельзя не позволяют ему признать свои преимущест­ва, и он должен представлять себя (и, следовательно, ощущать) в ботгее за­труднительном положении, чем они.

Далее, он чувствует себя обиженным, когда не исполняются его много­численные бессознательные требования — например, когда окружающие не отвечают ему с благодарностью на его судорожные усилия угодить, помочь и чем-то пожертвовать им. Его типичный ответ на фрустрацию требова­ний — не столько праведное негодование, сколько жалость к себе за неспра­ведливое обращение.

Возможно, еще более ядовиты те обиды, которые он испытывает, занимаясь самоумалением, самоупреками, презрением к себе и самомучи­тельством (вынесенными вовне). Чем сильнее его издевательства над собой, тем меньше может перевесить их хорошая внешняя обстановка. Он расска­жет вам душераздирающую повесть о своих несчастьях, вызывая жалость и желание наделить его лучшей долей, только чтобы вскоре оказаться в том же самом тяжелом положении Фактически с ним, может быть, не так уж плохо обошлись, как это ему кажется; во всяком случае, за чувством обиды стоит реальность его собственного издевательства над собой Связь между неожиданным усилением самообвинений и последующим чувством обиды не слишком трудно увидеть При анализе, как только в нем при виде своих трудностей поднимутся самообвинения, его мысли немедленно перекинут­ся на тот случай или период из его жизни, когда с ним действительно пло­хо обращались — было ли это в детстве, во время предыдущего лечения или на прежней работе. Он может драматически преувеличивать причи­ненное ему зло и скучно застревать на нем, как это бывало и раньше Тот же образец можно увидеть и в человеческих взаимоотношениях Если, напри­мер, он смутно ощущает, что проявил к кому то невнимание, он может, с быстротой молнии, переключиться на чувство обиды Короче говоря, дикий страх еде тать что-то “не так” заставляет его чувствовать себя жерт­вой, даже когда реально это он подвел других или путем непрямых требо­ваний сумел им что-то навязать Ощущение “я — жертва”, таким образом, становится защитой от ненависти к себе, а потому — стратегической пози­цией, которую надлежит яростно оборонять. **Чем** более злобными стано­вятся самообвинения, тем более неистовыми должны быть доказательства и преувеличения зла, причиненного ему, и тем глубже он проживает это

—200

*Гчава 9 Решение смириться ооращение к люови*

чпо”. ^та потребность может быть такой непоколебимой, что делает его доступным для помощи на вечные времена. Ибо, есчи принять помощь, или хотя бы увидеть, что ее предлагают, позиция жертвы попросту рухнет. И напротив, полезно при каждом внезапном усилении чувства обиды искать возможное увеличение чувства вины Мы часто наблюдаем при анализе, что „по причиненное ему, уменьшается до разумной величины, а то и оказыва­ется вовсе не злом, как только он видит свой вклад в обсуждаемую ситуа­цию и может взглянуть на вещи трезво, то есть без самоосуждения.

Пассивное вынесение вовне ненависти к себе может зайти гораздо дальше чувства обиды Он может провоцировать на плохое обращение с собой, таким образом перенося во внешний мир происходящее во внутрен­нем. Так он становится благородной жертвой, страдающей в лишенном бла­городства и жестоком мире.

Все эти могущественные источники сливаются, чтобы поддерживать его чувство понесенного ущерба. Но при ближайшем рассмотрении оказы­вается, что он не только чувствует себя обиженным по той или иной при­чине, но что-то в нем радуется этому чувству, жадно хватается за него. Это подсказывает нам, что его чувство обиды должно нести важную функцию. Оно позволяет ему дать выход своим подавленным захватническим в течени­ям (почти единственный, который еще терпим для него) и в то же время скрыть их. Оно позволяет ему тайно чувствовать свое превосходство над другими, свой мученический венец, позволяет быть враждебным к людям на законной основе, и наконец, позволяет замаскировать свою враждебность, потому что, как мы сейчас увидим, большая часть его враждебности подав­лена и выражена в страдании Чувство обиды поэтому является величайшим препятствием к тому, чтобы пациент увидел и ощутил свой внутренний конфликт, псевдорешением которо! о и стало смирение. А конфликт нику­да не исчезнет, пока пациент не повернется к нему пицом, несмотря на то, что анализ каждого отдельного фактора и помогает снизить его остроту

Пока ei о чувство обиды сохраняется (а обычно оно не остается постоян­ным, возрастая с течением времени), оно создает нарастающее мстительное возмущение окружающими. Какой объем у этой мстительной враждебно­сти — остается бессознательным Она должна быть глубоко вытеснена, поскольку подвергает опасности все субъективные ценности, которыми он живет. Она марает его идеальный образ абсолютной доброты и великоду­шия, она заставляет его чувствовать себя недостойным любви и приходит в конфликт со всеми его ожиданиями от друг их, она насилует его внутрен­ние предписания быть понимающим и всепрощающим Поэтому, когда он приходит в негодование, он недоволен не столько другими, сколько собой Понятно, что такое негодование — разрушительный фактор первой величи ны дт]я данного типа

Несмотря на стоить полное подавление возмущения, иногда он все же будет упрекать окружающих в мягкой форме. Только когда он почувствует себя доведенным до отчаяния, плотина рухнет и наружу хлынет поток

201 —

***Кареч Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

яростных обвинений Хотя в них может быть выражено в точности то, что он чувствует в глубине души, после он обычно отказывается от них, говоря что был слишком расстроен, и на самом деле все не так. Но самый характер ный для него путь выражения мстительного возмущения — это все тот же путь страданий Страдание, впитав в себя ярость, растет и выражается через психосоматические симптомы, через ощущение прострации или депрессию Если в процессе анализа что-то возбуждает у такого пациента мститель­ность, он не станет открыто гневаться, а ухудшится его состояние Он при­дет на сеанс с усиленными жалобами и скажет, что от анализа ему, кажет­ся, не лучше, а хуже Аналитик, возможно, знает, что задело пациента на предыдущей сессии, и попробует довести это до сознания пациента Но пациент не заинтересован в том, чтобы увидеть нужную связь, ведь это могло бы уменьшить его страдания Он просто вновь и вновь будет распи­сывать, как ему было плохо, словно желая удостовериться, что до аналити-ка полностью дошло, как глубока была его депрессия Не осознавая того, он всеми силами стремится к тому, чтобы аналитик почувствовал себя винова­тым за то, что заставил его так страдать Это точная копия того, что проис­ходит с ним дома. Здесь страдание приобретает еще одну функцию оно впитывает в себя ярость и заставляет других чувствовать себя виноватыми, а это единственный верный путь им отплатить

**Все** эти факторы придают удивительную двойственность его отноше­нию к людям, на поверхности преобладает “наивное” оптимистическое доверие, а в глубине — неразборчивая подозрительность и негодование

Внутреннее напряжение, созданное накопившейся мстительностью, может быть чудовищным. Загадка часто состоит *не в том,* почему он стра дает тем или иным эмоциональным расстройством, а в том, как он умудря­ется сохранить хоть какое-то душевное равновесие. А может ли он это, и как долго, зависит отчасти от силы внутреннего напряжения, а отчасти от внешних обстоятельств С его беспомощностью и зависимостью от других, последние важнее для него, чем дня других невротических типов Для него благоприятно то окружение, которое не принуждает его к большему, чем он может (при своих затруднениях), и допускает ту меру удовлетворения, в которой он (в соответствии со своей структурой личности) нуждается и которую решается сам себе позволить Если его невроз не слишком тяжел, он может получать удовлетворение, ведя жизнь, посвященную дру­гим или какому-то делу, жизнь, где он может забывать о себе, помогая и принося пользу другим, и будет чувствовать себя нужным, желанным и приятным Однако даже при самых лучших внутренних и внешних усло­виях его жизнь покоится на шаткой основе Ее может поставить под угрозу любая перемена во внешней ситуации. Люди, о которых он заботится, могут умереть или перестать в нем нуждаться Дело, которому он служил, может потерпеть неудачу или утратить для нею свое значение Такие житейские потери, которые здоровый человек сможет перенести, его могут “сломать”, поставить на грань гибели, когда на передний план выходят и все заслоняют собой вся его тревога и чувство “все напрасно” Другая опасность угрожает

—202

*Глава 9 Решение смириться ооращение h чюови*

eMV в основном изнутри Слишком много есть факторов в его безотчетной враждебности к себе и другим, которые способны породить большее внут­реннее напряжение, чем он может вынести. Другими словами, шансы, что возьмет верх его чувство обиды, слишком высоки, чтобы какая угодно ситу­ация была для него безопасной.

С другой стороны, господствующие жизненные условия могут не содержать даже и тех частично благоприятных элементов, о которых говорилось выше Если внутреннее напряжение велико, а внешние условия труднь!, он может стать не только чрезвычайно несчастным, но и утратить свое хрупкое внутреннее равновесие Какими бы ни были симптомы этого состояния — паника, бессонница, анорексия (утрата аппетита) — оно на ступает Его отличает враждебность, прорвавшая плотину и затопившая все Все накопленные горькие обвинения против других тогда выходят наружу; требования становятся откровенно мстительными и безрассуд­ными; ненависть к себе становится сознательной и доходит до ужасающих размеров. Это состояние ничем не смягченного отчаяния Возможна жес­токая паника и значительна опасность суицида Эта картина резко отлича­ется от прежней — слишком мягкого человека, который очень хочет всем делать приятное. Однако начальная и конечная стадии являются неотъемле­мыми частями одного вида невротического развития. Было бы ошибочным думать, что *количество* деструктивности, проявляющееся на конечной ста­дии, раньше просто все время сдерживалось. Конечно, под поверхностью милой покладистости было много больше напряжения, чем было заметно. Но только значительное увеличение фрустрации и напряжения привело к конечной стадии.

Поскольку некоторые другие аспекты решения о смирении будут обсуждаться в контексте болезненной зависимости, я бы хотела заключить общий очерк данной структуры характера некоторыми замечаниями о про­блеме невротического страдания. Любой невроз причиняет реальное стра­дание, обычно большее, чем это осознает сам больной Смиренный тип страдает от оков, препятствующих его захватническим тенденциям, от изде вательств над самим собой, от двойственного отношения к другим. Все это — просто страдание, оно не служит никакой цели, его не “надевают” на себя, чтобы так или иначе поразить окружающих Но, помимо того, страда­ние несет определенные функции. Я предлагаю называть страдание, возникающее в результате этого процесса, *невротическим или функцио нальным страданием* Я уже упоминала некоторые из его функций Стра­дание становится основой требований Оно — не только мольба о внима­нии, заботе и сочувствии, но дает право на все это. Оно служит поддержкой невротического решения и, следовательно, имеет интегрирующую функцию Страдание — это также особый путь мщения. На самом деле, Достаточно часты случаи, когда психическое заболевание одного из супру­гов используется как смертельное оружие против другого или против детей, порождая в них чувство вины за независимые поступки

—203

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Как же смиренный тип улаживает с самим собой то, что причиняет столько несчастья окружающим,— он, который так боится задеть чьи-то чувства? Он может смутно осознавать, что он — обуза для окружающих, но не признает этого прямо, поскольку его собстенное страдание оправдывает его. Короче говоря, *его страдание обвиняет других и извиняет его.* С его точки зрения оно извиняет все: его требования, раздражительность то, что он угнетающе действует на окружающих. Страдание не только смяг­чает его самообвинения \*, но и отводит в сторону возможные упреки окру­жающих. И снова его потребность в прощении превращается в требование. Его страдание дает ему право на то, чтобы его “поняли”. Если его критику­ют, *они —* бесчувственные. Неважно, что он делает, он должен вызывать сочувствие и желание помочь.

Страдание обеляет смиренного еще одним путем. Оно обеспечивает ему сверхдостаточное алиби как в том, что он, на самом деле многого не сделал в своей жизни, так и в том, что не достиг своих честолюбивых целей. Хотя, как мы видели, он тревожно убегает от собственного честолюбия и торжества, потребность в достижениях и торжестве живет в нем по-преж­нему. И его страдание позволяет ему сохранить лицо, постановив для себя, сознательно или бессознательно, что он бы достиг самых высоких вершин, не срази его загадочный недуг.

И вдобавок, невротическое страдание может включать игру с идеей “погибнуть” или бессознательное намерение так и сделать. Притягатель­ность этого, естественно, больше в периоды дистресса и тогда может быть сознательной. Но чаще в такие периоды достигает сознания только страх, возникающий в ответ: например, страх психического или физического забо­левания, или моральной деградации, или страх стать непродуктивным, или слишком старым для того или иного. Эти страхи указывают, что более здо­ровая часть личности хочет жить полной жизнью и отвечает тревожным предчувствием другой части личности, которая склонна “рассыпаться”. Эта тенденция также может действовать бессознательно. Человек может даже не понимать, что его общее состояние ухудшилось, например, что он мень­ше способен делать что-либо, больше боится людей, более зависим,— до тех пор, пока однажды он не “просыпается”, внезапно понимая, что он в опасности, что-то в нем самом тянет его вниз, и он опускается.

Во времена дистресса “пойти на дно” может быть очень и очень притягательно для него. Это кажется выходом из всех трудностей: бросить

*\** Александер описал это явление как “потребность в наказании” и проиллюстрировал мно­гими убедительными примерами. Это было определенным прогрессом в понимании внутри-психических процессов. Различие между взглядом Александера и моим таково: освобожде­ние от невротического чувства вины путем страдания, с моей точки зрения, является процес­сом, имеющим силу не для всех неврозов, а специфичным для смиренного типа личности. Кроме того, расплата монетой страдания не дает ему, так сказать, позволения грешить вновь. Приказания его внутренней тирании так многочисленны и так жестки, что их просто невозможно не нарушить снова. См. Ф. Александер. *“Психоанализ личности в целом”* (Franz Alexander. *“Psychoanalysis of the Total Personality”.* 1930).

— 204 -

*Глава 9. Решение смириться: обращение к любви*

безнадежную борьбу за любовь и неистовые попытки выполнить противоре­чивые Надо, освободиться от ужаса самообвинений, признав поражение. Это, хуже того, путь, притягивающий его самой своей пассивностью. Здесь не надо никакой активности, как при суицидных тенденциях, которые иногда проявляются в такие периоды. Он просто перестает бороться и поз­воляет взять верх силам саморазрушения.

Наконец, погибнуть под натиском бессердечного мира кажется ему окончательным торжеством. Оно может вылиться в красивую формулу:

“сдохнуть на пороге своего мучителя”. Но чаще это не демонстративное страдание, намерение которого — подвергнуть других стыду и позору и на этой почве утвердить свои требования. Оно лежит глубже и, следовательно, более опасно. Это торжество в основном внутреннее, но и оно может быть бессознательным. Когда мы раскрываем его во время анализа, мы видим прославление слабости и страдания, подкрепленное запутанными полу­правдами. Страдание per se кажется пациенту доказательством благород­ства. Что еще ранимый человек может в этом подлом мире, кроме как погибнуть! Разве надо бороться и отстаивать себя, тем самым становясь на одну доску с фубой посредственностью? Он умрет с мученическим венцом, но не простит.

Все эти функции невротического страдания отвечают за его упорство и глубину. И все они диктуются жестокой необходимостью структуры лично­сти в целом и могут быть поняты только в этих рамках. Обращаясь к языку терапии, мы скажем: человек не может освободиться от них без радикаль­ных изменений в структуре его характера.

Для понимания решения о смирении необходимо рассмотреть картину в целом: развитие личности во времени в целом и процессы, происходящие в любой данный момент, также в целом. При кратком обзоре теорий вопро­са представляется, что их неадекватность проистекает в основном от одно­сторонней фокусировки на определенных аспектах. Это может быть, напри­мер, односторонняя фокусировка либо на внутрипсихических, либо на меж­личностных факторах. Мы не можем, однако, понять динамику решения из того или иного аспекта, взятого в отдельности, но только из процесса, в котором межличностные конфликты приводят к особой внутрипсихиче-ской конфигурации, а она, в свою очередь, зависит от старых паттернов межличносных отношений и модифицирует эти паттерны. От этого они становятся еще более компульсивными и деструктивными.

Более того, некоторые из теорий, как, например, теории Фрейда и Мен-нингера \*, слишком фокусируются на таких очевидно болезненных феноме-чах, как “мазохистские” извращения, погруженности в чувство вины или Добровольное мученичество. Они не обращают внимания на другие тен­денции, более близкие к здоровым. Конечно, потребности завоевывать рас­положение всех подряд, “повисать” на других и во что бы то ни стало жить

См. 3. Фрейд. *“По ту сторону принципа удовольствия”.* К. Меннингер. *“Человек против самого себя”* (Karl A. Menninger. *“Man Against Himself”,* 1938).

— 205 —

***Карен Хорнч.*** *Невроз и личностный рост*

с ними в мире продиктованы слабостью и страхом и, следовательно, нераз­борчивы, но они содержат зерно здоровых человеческих установок. Смире­ние этого типа и его способность подчиниться самому себе (пусть даже на ложной основе) кажутся более нормальными, чем, например, выставленное напоказ высокомерие агрессивно-мстительного типа. Эти качества делают смиренного человека более человечным, чем многих других невротиков. Я не защищаю его; тенденции, о которых сейчас шла речь, те самые, с кото­рых начинается его отчуждение от самого себя и дальнейшее патологиче­ское развитие. Я только хочу сказать, что не поняв их как неотъемлемую часть решения в целом, мы неизбежно придем к ложным интерпретациям всего процесса.

И наконец, некоторые теории фокусируются на невротическом страда­нии (которое, действительно, является центральной проблемой), но отры­вают его от всего остального. Это неизбежно ведет к слишком сильному акцентированию на стратегических механизмах заболевания. Так, напри­мер, Адлер\* рассматривал страдание, как средство привлечь внимание, уйти от ответственности и'обходным путем достичь превосходства. Райк\*\* подчеркивает, что демонстративное страдание — это средство добиться любви и выразить враждебность. Александер, как уже упоминалось, выде­ляет функцию избавления от чувства вины. Все эти теории основаны на достоверных наблюдениях, но, тем не менее, им отведено неверное место в целостной структуре, что нежелательным образом приближает картину к популярному убеждению, что смиренный тип просто хочет страдать и счастлив только когда несчастен.

Увидеть картину в целом важно не только ради теоретического понимания, но и для правильной аналитической установки по отношению к таким пациентам. Своими скрытыми требованиями и особого рода невро­тической нечестностью они могут возбудить возмущение, хотя, вероятно, более других нуждаются в сочувственном понимании.

\* А. Адлер. *“.Понять человека”* (Alfred Adier. *“Understanding Human Nature”,* 1927). \*\* Т. Райк. *“Мазохизм современного человека”* (Theodore Reik. *“Masochism in Modern Man”,* 1941).

— 206 —

Глава 10 Болезненная зависимость

Меж тремя главными решениями внутреннего конфликта в границах гордыни смирение кажется наименее удовлетворительным. Помимо обыч­ных недостатков невротического решения, оно создает большее субъектив­ное ощущение несчастья, чем другие. Подлинное страдание смиренного типа может и не быть более сильным, чем при других видах невроза, но субъективно он чаще и сильнее чувствует себя несчастным, чем другие, из-за множества функций, которые приобрело для него его страдание.

Кроме того, его потребность в других и ожидания от них ставят его в слишком большую зависимость от них. И хотя любая чрезмерная зависи­мость болезненна, эта — особенно неудачна, поскольку отношение к людям человека смиренного типа не может не вызывать у него разногласий с ними. Тем не менее, любовь (в широком смысле слова) — единственное, что при­дает положительное содержание его жизни. Любовь, в узком смысле эроти­ческой любви, играет столь особую и значительную роль в его жизни, что заслуживает отдельной главы. Хотя здесь неизбежны повторения, это дает нам лучшую возможность четко очертить определенные главные факторы структуры в целом.

Эротическая любовь манит этот тип личности, как высшее исполнение желаний. Любовь должна ему казаться и кажется билетом в рай, где конча­ется любое горе; нет больше ни одиночества, ни чувства потерянности, вины, ничтожности; нет больше ни ответственности за себя, ни борьбы с грубым миром, для которой он считает себя безнадежно неприспособ­ленным. Вместо этого любовь, кажется, обещает защиту, поддержку, страсть, вдохновение, сочувствие, понимание. Она даст ему чувство своей ценности. Она придаст смысл его жизни. Она будет спасением и искупле­нием. Неудивительно поэтому, что люди часто делятся для него на “иму­щих и неимущих”, но не по их деньгам или положению в обществе, а по на­личию у них супружеских (или эквивалентных супружеским) отношений.

Представляется, что смысл любви для него — во всем том, чего он ожидает от положения любимого. Поскольку те авторы психиатрической литературы, которые описывали любовь зависимых людей, односторонне подчеркивали именно этот аспект, они называли его паразитическим, потре­бительским или “орально-эротическим”. И этот аспект действительно может выступать на передний план. Но для типичного смиренного человека

—207—

***Карен Хорнч.*** *Невроз и личностный рост*

(с преобладающей тенденцией к смирению) притягательность любви не столько в том, чтобы быть любимым, сколько в том, чтобы любить самому. Любить для него означает потерять, забыть себя в более или менее экстати­ческом чувстве, слиться с другим существом, стать единым сердцем и еди­ной плотью, и в этом слиянии обрести цельность, которой он не может найти в себе. Его страстное желание любви, таким образом, питается из глубоких и мощных источников: из стремления предаться на чью-то волю и стремления к цельности. И мы не сможем понять глубину его эмоциональ­ной вовлеченности без исследования этих источников. Поиск цельности — одна из сильнейших мотивирующих человека сил, и тем он важнее для нев­ротика, с его внутренней раздробленностью. Стремление отдаться чему-то большему, чем мы есть, представляется неотъемлемой частью большинст­ва религий. И хотя самоотдача в виде смиренной сдачи на милость победи­теля представляет собой карикатуру на здоровую уступку страсти, она, тем не менее, обладает той же силой. И проявляется такая самоотдача смирен­ного типа личности не только в его жажде любви, но и во многом другом \*. Она — общий фактор в его склонности терять себя во всех видах пережи­ваний: в “море слез”, в экстазе от природы, в погружении в чувство вины, в его тоске по забытью во время оргазма или по сонному забытью и часто в его стремлении к смерти как к бесповоротному угасанию Собственного Я.

Сделаем еще шаг в глубину: та притягательность, которую имеет для него любовь, основана не только на его надеждах на удовлетворение, мир и цельность. Любовь кажется ему единственным путем актуализации своего идеального Собственного Я. Любя, он может развить в полную силу все достойные любви атрибуты идеального Собственного Я; а если любят его, он получает высшее тому подтверждение.

Поскольку любовь имеет для него необычайную ценность, в первую очередь определяет его самооценку то, насколько он достоин любви. Я уже упоминала, что взращивание в себе достойных любви качеств у этого типа личности начинается с его ранней потребности в любви. Оно становится тем более необходимым, чем более решительно необходимы для душевного спокойствия становятся ему другие; и тем больше захватывает его, чем больше он подавляет захватнические влечения. Приятные качества — един­ственное, чем он скромно гордится, что можно заметить по его сверхчувст­вительности к любой критике или сомнению на этот счет. Его глубоко заде­вает, когда его щедрость или внимательность к нуждам других не оцени­вают или, хуже того, они вызывают раздражение. Поскольку эти качества — единственное, что он ценит в себе, он переживает любое их отвержение, как полное отвержение его самого. Соответственно, его страх перед отверже-нием — это едкий, острый страх. Отвержение для него означает не только

\* См. К. Хорни. *“Невротическая личность нашего времени”.* Глава 13. *“.Проблема мазо­хизма”.* В этой книге я предполагала, что желание угаснуть — принципиальная основа для объяснения феномена, который я тогда все еще называла “мазохизмом”. Теперь я бы сказала, что это желание произрастает на почве особой структуры “смирения”.

—208--

*Глава 10. Болезненная зависимость*

потерю всех надежд, которые он связывал с отвергающим его, но и чувство полной никчемности.

При анализе мы можем ближе изучить, как его добродетели укрепля­ются системой ригористичных Надо. Ему Надо не только уметь понимать, но стать *абсолютно* понимающим. Его не должно ничто задевать лично:

любую обиду такое понимание Должно смыть прочь. Чувство обиды, вдоба­вок к своей болезненности, возбуждает в нем упреки к самому себе в мело­чности или эгоистичности. В особенности он Должен быть неуязвим к уко­лам ревности — приказ полностью невыполнимый для человека, чей страх быть отвергнутым и брошенным не может не вспыхивать легче легкого. Все, что он может сделать, в лучшем случае — это упорно претендовать на “широкие взгляды”. Любые трения возникают по его вине. Ему Надо быть спокойнее, он Должен был подумать, Должен простить. Степень, до кото­рой он ощущает эти Надо, как свои собственные, может различаться. Обыч­но некоторые из них выносятся вовне — на партнера. В этом случае осозна­ется тревога, соизмеримая с ожиданиями от последнего. Два главных Надо в этой ситуации для него — это Надо превратить любые любовные отноше­ния в абсолютно гармоничные и Надо сделать так, чтобы партнер его любил. Если он запутался в совершенно никудышных отношениях, но имеет доста­точно разума, чтобы понимать, что .лучше всего для него же самого было бы их прекратить, его гордость представляет ему такое решение, как позорную неудачу, и заявляет, что он Должен наладить отношения. С другой стороны, именно потому, что он втайне гордится своими приятными качествами (неважно, насколько фальшивыми), они также становятся для него основа­нием многих скрытых требований. Они дают ему право на исключительную преданность, на удовлетворение его многочисленных потребностей, кото­рые мы обсуждали в предыдущей главе. Он считает, что имеет право быть любимым не только за свою внимательность, которая может быть и реаль­ной, но и за свои слабость и беспомощность, за свои страдания и само­пожертвование.

Между его требованиями и его Надо возможны конфликты, безвыход­ные для него. В какой-то день он оскорбленная невинность и может решить­ся сказать партнеру все, что он о нем думает. Но на другой день он пугается собственной смелости: как своих требований от другого, так и своих обви­нений к нему. Кроме того, он пугается перспективы его потерять. Маятник качнулся в другую строну. Его Надо и самоупреки берут верх. Он Должен ни на что не обижаться, он Должен быть невозмутим, Должен быть более любящим и понимающим — да и вообще, во всем виноват он сам. Сходным образом он колеблется в своей оценке партнера, который иногда кажется сильным и восхитительным, иногда — недостойным доверия и бесчеловеч­но жестоким.

Хотя внутреннее состояние, в котором он вступает в любовные отноше­ния, всегда неустойчивое, оно еще не обязательно ведет к несчастью. Он может достичь своей доли счастья, если не слишком деструктивен и если найдет партнера, который или достаточно здоров, или, в силу собственного

—209—

***Кирен Хорни.*** *Невроз и личностный ропп*

невроза, лелеет его слабость и зависимость Хотя такой партнер порой может ощущать его установку на “цепляние” обременительной, она, в то же время, может дать ему почувствовать себя сильным, надежным защитни­ком, который почучает в ответ так много личной преданности или того, что он принимает за нее. При таких условиях невротическое решение можно было бы назвать удачным. Чувство, что его нежат и берегут, вызывает к жизни самые лучшие качества смиренной личности. Тем не менее, такая ситуация неизбежно мешает ему перерасти свои невротические трудности

Как часто бывает такое удачное совпадение, не аналитику судить. К не­му приходят при менее счастливых отношениях, когда партнеры мучают друг друга, или когда зависимый партнер стоит перед опасностью медлен­ного и болезненного саморазрушения. В этих случаях мы говорим о болез­ненной зависимости. Она не ограничивается сексуальными отношениями Многие из характерных ее черт мы обнаружим в несексуальных отноше­ниях — между друзьями, родителем и ребенком, учителем и учеником, вра­чом и пациентом, вождем и последователем. Но ярче всего они выступают в любовных отношениях, поэтому однажды увидев их там, мы легко увидим их в любых других отношениях, 1де они могут быть затенены такими раци-онализациями как верность или обязанность.

Болезненно зависимые отношения начинаются с неудачного выбора партнера. Точнее, о выборе тут не приходится говорить. Смиренная лич­ность на самом деле не выбирает, а бывает “околдована” определенными типами личности. Его естественным образом привлекает человек toi о же или противоположного пола, создающий у него впечатление большей силы и превосходства. Не обращая внимания, хороший ли это партнер, он может легко влюбиться в бесстрастного человека, если вокру! того есть некий ореол богатства, высокого положения, отменной репутации или одарен­ности; или в превосходящий его нарциссический тип личности, обладающий непотопляемой самоуверенностью, которой гак недодает ему самому, или в высокомерно-мстительный тип личности, который осмсливаегся предъ­являть открытые требования, не заботясь о том, что это может быть нагло и оскорбительно. Есть несколько причин тому, что ei о ослепляют такие личности. Он склонен переоценивать их, поскольку ему кажется, что все они не только обладают качествами, которых ему ужасно недостает, но и лишены тех качеств, которые он в себе презирает. Речь может идти о неза­висимости, самодостаточности, непобедимой уверенности в своем превос­ходстве, о подчеркнутом высокомерии или агрессивности. Только такие сильные, высшие люди (какими он видит их) способны выполнить его жела­ния и завладеть им. Последуем за фантазиями одной пациентки, только мужчина с сильными руками спасет ее из горящего дома, с тонущего кораб­ля, от нападающих бандитов.

Но что особенно отвечает за “околдованость” или ослепление (то есть за элемент компульсивности в таком увлечении) так это подавление его собственных захватнических влечений. Как мы уже виде™, он может зайти

210

*Глава 10 Болезненная зависимость*

как угодно далеко в своем отречении от них. Какой бы ни была его скрытая гордыня или влечение к власти, он с ними “незнаком”, тогда как подчинен­ную и беспомощную часть себя он, напротив, воспринимает, как самую суть себя самого. Но, с другой стороны, поскольку он страдает в результа­те процесса “усушки”, способность к агрессивной и высокомерной власти над жизнью тоже кажется ему самой желанной способностью. Бессозна­тельно и даже сознательно (когда он чувствует себя достаточно спокойно при таких мыслях) он думает, что если бы только он мог быть гордым и без­жалостным, как испанский конкистадор, он был бы “свободным”, а мир бы лежал у его ног. Но раз такое ему недоступно, оно его очаровывает в дру­гих. Он выносит вовне собственные захватнические влечения и восхищает­ся ими в других. Это собственная гордыня и высокомерие берут его за серд­це. Не понимая, что он может разрешить свой конфликт только внутри са­мого себя, он пытается решить его с помощью любви. Любить гордого человека, слиться с ним, жить его жизнью вместо своей — вот что позволит ему властвовать над жизнью, не признаваясь в том самому себе. Если в ходе таких взаимоотношений он вдруг открывает, что у его ко тосса — глиняные ноги, он может внезапно утратить интерес к нему, поскольку уже больше невозможно будет вкладывать в него собственную гордыню.

С другой стороны, склонный к смирению человек не притягивает его в качестве сексуального партнера. Он может нравиться ему, как друг, поскольку в нем, больше, чем в других, встречает сочувствия, понимания или преданности. Но если у них начинаются более близкие отношения, он может почувствовать даже что-то отталкивающее. Он видит в нем, как в зеркале, собственную слабость и презирает его за это, или, по крайней мере, это его раздражает. А еще он боится, что такой партнер “повиснет” на нем, поскольку его ужасает самая мысль о том, что он должен быть сильнее, чем другой. Эти не1ативные эмоциональные реакции не позволяют ему оценить достоинства такого партнера.

Среди откровенных гордецов высокомерно-мстительный тип, как пра­вило, больше всех других очаровывает зависимого человека, хотя, с точки зрения его реальных собственных интересов, у него есть сильнейшие при­чины бояться таких людей Причина их “очаровательности” отчасти лежит в их откровенной гордыне. Но даже более решающим оказывается то, что они вышибают его собственную гордость у него из-под ног. Отношения могут начаться с жестокого оскорбления со стороны высокомерного человека. Сомерсет Моэм в “Бремени страстей человеческих” именно так рисует первую встречу Филиппа и Милред Стефан Цвейг описывает похо­жий случай в “Амоке”. В обоих произведениях зависимый герой сперва реагирует гневом и порывом отплатить обидчице, но почти тут же так оча­ровывается ею, что “влюбляется” в нее безнадежно и страстно, и с тех пор У него один интерес в жизни — завоевать ее любовь. Так он разрушает или почти разрушает себя Оскорбительное поведение часто вызывает зависи­мое отношение к оскорбителю. Оскорбление не всегда, конечно, бывает та­ким драматичным, как в “Бремени страстей человеческих” или в “Амоке”.

—211

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Оно может быть более тонким и не бросающимся в глаза. Но я задумыва­лась, может ли вообще его не быть в таких отношениях? Это может быть отсутствие интереса к партнеру или высокомерная сдержанность, подчерк­нутое внимание к другим, вышучивание или ядовитые замечания, равноду­шие к любым качествам партнера, которые обычно производят впечатление на других, таким как имя, профессия, знания, красота. Это “оскорбления”, поскольку они воспринимаются как знаки отвержения, а отвержение, как я упоминала, и есть оскорбление для любого, чья гордость, в основном, состоит в том, чтобы заставить всех себя любить. Частота таких случаев проливает свет на притягательность замкнутых людей для зависимого чело­века. Сама их отчужденность и недоступность уже составляет оскорби­тельное отвержение.

Такие случаи, казалось бы, придают вес утверждению, что смиренный человек просто ищет себе страданий и жадно хватается за их перспективу, которую предоставляет ему оскорбление. На самом деле, ничто сильнее не перекрывает путь к настоящему пониманию болезненной зависимости, чем это утверждение. Оно тем более вводит в заблуждение, что в нем есть доля истины. Мы знаем, что страдание имеет многостороннюю ценность для невротика, и знаем, что оскорбительное поведение притягательно для него. Ошибка лежит в проведении слишком уж красивой причинно-следственной связи между этими двумя фактами: притягательность обусловлена заман­чивой перспективой пострадать. Причина лежит в двух других факторах, и оба уже были упомянуты по-отдельности: его притягивают высокомерие и агрессивность в других людях, и он испытывает потребность отдаться на чью-то волю. Теперь мы видим, что эти два фактора теснее связаны между собой, чем нам было заметно ранее. Он жаждет отдаться телом и душой, но может это сделать, если только согнута или сломлена его гордость. Други­ми словами, “колдовство” первого оскорбления не так уж загадочно: оно действует как ключ, как бы открывая возможность избавиться от себя, отдать себя другому. Используя слова пациента: “Тот, кто вышибает из-под меня мою гордость, избавляет меня от гордости и высокомерия”. Или:

“Если он сумеет обидеть меня, значит я просто обычный человек”,— и, как можно добавить,— “только тогда могу я любить”. Мы можем вспомнить здесь Кармен из оперы Бизе, которая воспламенялась страстью, только если ее не любили.

Нет сомнения, что забвение гордости ради любви (в качестве жесткого условия) патологично, особенно потому, что смиренный тип может любить (как мы сейчас увидим), только если считает себя униженным или унижен. Но явление перестает казаться исключительным и загадочным, если мы вспомним, что для здоровых людей любовь и *истинное* смирение идут рядом. “Странная” картина так же не настолько сильно (как можно сперва было подумать) отличается от той, которую мы наблюдали у захватниче­ского типа. Его страх перед любовью в основном определен бессозна­тельным знанием того, что ему во многом придется отказаться от своей

—212—

*Глава 10. Болезненная зависимость*

невротической гордости ради любви. Короче: *невротическая гордость — враг любви.* Разница между захватническим и смиренным типом в том, что первый не нуждается в любви, как в чем-то жизненно важном, напротив, он бежит от нее, как от опасности; а последнему кажется, что предаться любви — решение всех проблем, и, следовательно,— жизненно необхо­димо. Захватнический тип, точно так же “сдается”, только если гордость его сломлена, но тогда он может стать страстно покорным. Стендаль описал этот процесс в “Красном и черном” — страсть гордой Матильды к Жюль-ену. Роман показывает, что страх высокомерного человека перед любовью вполне обоснован — для него. Но в основном он слишком хорошо обере­гает себя, чтобы позволить себе влюбиться.

Хотя мы можем изучать характеристики болезненной зависимости в любых взаимоотношениях, яснее всего они выступают в сексуальных отношениях между смиренным и высокомерно-мстительным типом. Кон­фликты, создающиеся в этой ситуации, более интенсивны и имеют возмож­ность развиться полнее, поскольку у обоих партнеров есть причины, по которым им необходимо продолжать отношения. Нарциссический или замкнутый партнер легче устает от неявных требований к нему и склонен уйти \*, тогда как садистичный партнер склонен приковать себя к своей жерт­ве. Для зависимого человека, в свою очередь, труднее выпутаться из отно­шений с высокомерно-мстительным типом. При своей особой слабости, он не приспособлен для таких трудных ситуаций, как прогулочная лодка для шторма в океане. В ней нет крепости, и любое слабое место кажется пробо­иной, да и станет ею. Вот так и смиренный человек может неплохо суще­ствовать в спокойной жизни, но в водовороте конфликтов, возникающих в таких отношениях, в нем будет задействован каждый невротический фак­тор. Я опишу процесс с позиций зависимого человека. Для упрощения кар­тины представим, что смиренный партнер — женщина, а агрессивный — мужчина. Видимо, такое сочетание на самом деле чаще встречается в нашей культуре, хотя, как показывает множество примеров, ни смирение не имеет ничего общего с женственностью, ни агрессивность с мужественностью. И то и другое — исключительно невротические феномены.

Первое, что поражает нас, это полная включенность такой женщины в отношения с партнером. Он становится единственным центром ее суще­ствования. Все вращается вокруг него. Ее настроение зависит от того, луч­ше или хуже он к ней относится. Она не осмеливается строить никаких планов, чтобы не дай Бог, нс пропустить его звонка или вечера с ним. Ее мысли сосредоточены на том, чтобы понять его или помочь ему. Ее усилия направлены на то, чтобы выполнить его ожидания, какими она их видит. У нее только один страх — противоречить ему и потерять его. Все другие интересы идут побоку. Ее работа, если она не связана с ним, становится сравнительно ненужной ей. Это может быть даже дело, в общем-то дорогое

' См. Г. Флобер. *“Мадлч Бовари”.* Оба ее любовника устали от нее и порвали с ней. См. так­же К. Хорни. *“Самоанализ”,* самоанализ Клары.

!)1. —213—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

для нее, или продуктивная профессиональная работа, в которой она многого достигла. Естественно, при этом работа страдает, и больше всего.

Другие человеческие отношения тоже уходят далеко на задний план Она может забросить или оставить своих детей, свой дом. Дружба все более и более служит тому, чтобы заполнить время без него. Договоренности рушаться в ту же секунду, стоит ему появиться на горизонте. К ухудшению ее отношений с другими часто прикладывает руку и партнер, потому что, в свою очередь, хочет сделать ее еще более зависимой от него. Глядеть на своих друзей и родных она начинает его глазами. Он насмехается над ее доверием к людям и вселяет в нее свою собственную подозрительность. Так она теряет корни и беднеет духовно. Вдобавок падает ее интерес к себе самой, и без того невысокий. Она может залезть в долги, рисковать своей репутацией, здоровьем, достоинством. Если она находится в анализе или занимается самоанализом, интерес к самопознанию уступает дорогу заинте­ресованности в том, чтобы понять *его* мотивацию и помочь *ему.*

Несчастье может начаться прямо сразу, “с порога”. Но иногда некото­рое время ничего не вызывает особых подозрений. Определенным невроти­ческим способом эти двое кажутся созданными друг для друга. Ему нужно быть властелином; ей нужно покоряться. Он открыто требователен, она — уступчива. Она может покориться, только если сломлена ее гордость, а он, по многим причинам, не упустит этого сделать. Но рано или поздно нач-нуться столкновения двух характеров, или, точнее, двух невротических структур, по всем параметрам диаметрально противоположных. Главные столкновения происходят из-за чувств — из-за “любви”. Она настаивает на любви, внимании, близости. Он безнадежно боится позитивных чувств. Их проявление кажется ему недостойным. Ее заверения в любви кажутся ему просто притворстом — и, действительно, как мы знаем, ее, скорее, толкает потребность утратить себя и слиться с ним, чем личная любовь к нему. Он не может удержаться от борьбы против ее чувств и, следовательно, против нее. Это заставляет ее чувствовать, что ею пренебрегают или оскорбляют ее, возбуждает в ней тревогу и усиливает ее установку “вцепляться”. И здесь происходит новое столкновение их интересов. Хотя он делает все, чтобы она зависела от него, ее цепляние пугает и отталкивает его. Он боит­ся и осуждает любую слабость в себе, а в ней — презирает. Это означает еще одно отвержение для нее, вызывает еще большую тревогу и еще боль­шее цепляние. Ее невысказанные требования он ощущает как принуждение и должен отбиваться от них, чтобы удержать свое чувство власти. Ее ком-пульсивная услужливость оскорбляет его гордость своей самодостаточ­ностью. Она настаивает на своем “понимании” его, и это еще одно подоб­ное оскорбление. И действительно, при всей искренности ее попыток, она не понимает его по-настоящему и вряд ли может понять. Кроме того, в ее “понимании” слишком много потребности найти извинение и простить, поскольку она считает *все* свои установки хорошими и естественными. Он, в свою очередь, ощущает ее чувство нравственного превосходства, и оно вызывает в нем желание свернуть шею связанным с ним претензиям. Дл"

—214—

*Глава 10. Болезненная зависимость*

разговора обо всем этом по-хорошему осгаются самые скудные возмож­ности, поскольку в глубине души оба чувствуют свою правоту. Она начи­нает видеть в нем скотину, а он в ней — довольную своей правильностью дуру. Покончить с ее претензиями было бы на редкость полезно, если бы это делалось конструктивно. Но поскольку это в основном происходит в саркастической, унизительной манере, это только обижает ее, делает еще более незащищенной и зависимой.

Бесполезно задаваться вопросом, могли бы они, при всех этих противо­речиях, быть полезны друг другу. Конечно, он может чуть смягчиться, а она чуть укрепиться. Но в основном они оба слишком глубоко окопались в тран­шеях своих невротических потребностей и антипатий. Порочные круги, в которые вовлечено худшее из того, что есть в них обоих, продолжают закручиваться и могут закончиться только взаимным мучением.

Фрустрации и ограничения, которым она подвергается, различаются не столько по виду, сколько по их цивилизованности и интенсивности. Всегда присутствует игра в кошки-мышки: ее то притягивают, то отталкивают, то привязывают, то уходят от нее. За сексуальным удовлетворением могут последовать грубые оскорбления, вслед за чудесным вечером он “забывает” о годовщине важного события, вытянув из нее доверительные признания, он использует их против нее. Она может попытаться играть в ту же игру, но у нее слишком много запретов, чтобы это хорошо получалось. Но она всегда хороший “инструмент для игры”, поскольку его нападки приводят ее в уныние, а его расположение духа, кажущееся ей хорошим, вызывает массу ложных надежд на то, как теперь все будет хорошо. Множество вещей он считает себя вправе делать, вовсе ее не спрашивая. Его требования могут касаться финансовой поддержки, подарков себе, своим друзьям и родствен­никам; работы на него, например, по дому или машинописи; помощи в его карьере; особого внимания к его потребностям. Последнее, например, может относиться к временному распорядку, к безраздельному и некри­тичному интересу к его занятиям, к тому, чтобы была компания или ее не было, к невозмутимости и спокойствию, когда он угрюм или раздражите­лен и т. д. и т. п.

Чего бы он ни требовал, это его самоочевидное право. Когда его жела­ние не выполняется, у него нет неприятных предчувствий, а лишь придир­чивое раздражение. Он считает, да и заявляет совершенно определенно, что это не он требователен, а она скаредная, неряшливая, невнимательная и незаботливая, и что он обязан поставить ей это на вид в обрамлении вся­ческих оскорблений. С другой стороны, он очень проницателен насчет ее требований, объявляя их все невротическими. Ее потребность во внимании, времени или компании — это стремление к обладанию, если ей хочется секса или вкусной еды — это распущенность. Поэтому, когда он фрустри-Рует ее потребности, что неизбежно по его внутренним причинам, с его точ­ки зрения — это никакая не фрустрация. Ей же лучше, что пренебрегают ее потребностями, потому что ей должно быть стыдно, что они у нее вообще бсть. На самом деле, его техника фрустрации хорошо разработана. В нее

—215—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

входит умение испортить радость угрюмостью, заставить ее почувствовать себя ненужной и нежеланной, отдаленной физически или психически. Наи­более вредоносная и наименее внутренне близкая ей часть их — это его общая пренебрежительная и презрительная установка. Каким бы на самом деле ни было его отношение к ее особенностям или качествам, оно редко выражается. С другой стороны, как я уже говорила, он и на самом деле пре­зирает ее за мягкость, уклончивость и отсутствие прямоты. Но вдобавок, в силу потребности в активном вынесении вовне своей ненависти к себе, он придирается к ней и унижает ее. Если она, в свою очередь, осмеливается критиковать его, он высокомерно отбрасывает в сторону все, что она гово­рит, или доказывает ей, что она ему мстит.

Больше всего вариантов мы находим в сексуальной стороне их жизни. Сексуальные отношения могут выделяться на общем фоне как единственно удовлетворительный вид контакта. Или, в том случае, если у него есть запреты на наслаждение сексом, он может фрустрировать ее и в этом отно­шении тоже, что ощущается наиболее остро, так как при отсутствии неж­ности с его стороны секс может быть для нее единственным доказательст­вом его любви. Секс может быть средством обидеть и унизить ее. Он доста­точно ясно может высказываться, что для него она только сексуальный объект. Он может гордо выставлять напоказ сексуальные отношения с дру­гими женщинами, сопровождая это унизительными комментариями по поводу ее меньшей привлекательности или отзывчивости. Сам половой акт может быть унизительным из-за отсутствия всякой нежности или вслед­ствие применения садистских приемов.

*Ее отношение к такому плохому обращению* полно противоречий. Как мы сейчас увидим, это не статичный набор реакций, но колебательный процес, приводящий ее ко все большим и большим конфликтам. Прежде всего, она просто беспомощна, как и всегда была по отношению к агрессив­ным людям. Она никогда не могла настроиться против них и ответить хоть сколько-нибудь эффективно. Уступить ей всегда было легче. И, склонная чувствовать себя виноватой в любом случае, она скорее соглашается с упре­ками, в особенности потому, что в них есть доля истины.

Но ее уступчивость теперь принимает большие размеры и меняется качественно. Она остается выражением ее потребности угодить и умас­лить, но теперь она определена еще и ее стремлением к полной капитуля­ции. А она может сдаться, как мы видели, только когда сломлена ее гор­дость. Таким образом, часть ее тайно приветствует его поведение и самым активным образом ему способствует. Он всеми силами стремится (пусть и бессознательно) раздавить ее гордость; у нее есть тайное неудержимое встречное стремление пожертвовать ею. В сексуальных сценах это стрем­ление может полностью доходить до сознания. С оргастическим вожде­лением она может простираться ниц, принимать унизительные положе­ния, переносить побои, укусы, оскорбления. Иногда это единственое усло­вие, при котором она может получить полное удовлетворение. Нам кажется, что стремление к полной капитуляции посредством самоуни-

—216—

*Глава /О. Болезненная зависимость*

жения, более полно, чем другие объяснения, дает нам понимание мазо-хистских перверсий.

Такое откровенное выражение страсти унижать себя свидетельствует об огромной власти, которую может приобрести это влечение. Оно может проявляться также в фантазиях (часто связанных с мастурбацией) об унизи­тельных сексуальных оргиях, о выставлении напоказ перед публикой, об из­насиловании, связывании, избиении. Наконец, это влечение может найти выражение в сновидениях, где она лежит, брошенная в сточной канаве, а партнер ее подбирает; где он обращается с ней, как с проституткой; где она валяется у него в ногах.

Влечение к самоунижению может быть слишком замаскировано, чтобы его можно было непосредственно увидеть. Но опытный наблюдатель заме­тит его во многих других проявлениях, таких, как готовность (или, скорее, потребность) обелять его и брать на себя всю вину за его проступки, или в ее приниженной услужливости и оглядке на него. Она не отдает себе в этом отчета, поскольку ей такая оглядка представляется смирением или любовью, или любовным смирением, поскольку влечение простереться ниц, как правило, наиболее глубоко подавляется, за исключением сексуальной жизни. Однако оно присутствует и вынуждает пойти на компромисс, состо­ящий в том, чтобы унижение было, но до сознания не доходило. Это объя­сняет, почему столь долгое время она может даже не замечать его оскорби­тельного поведения, хотя оно бросается в глаза другим. Или же, если она умом понимает происходящее, она не переживает его эмоционально и не возражает на самом деле против него. Иногда друг может привлечь к этому ее внимание. Но даже если она будет убеждена в его правоте и заинтересо­ванности в ее благополучии, это будет только раздражать ее. Фактически иначе и быть не может, потому что слишком сильно затрагивает ее кон­фликт в этой области. Даже более красноречивы ее попытки, совершаемые время от времени, выбраться из ситуации. Снова и снова она при этом вспо­минает его оскорбления и обидное отношение, надеясь, что это поможет ей устоять против него. И только после многих тщетных попыток она с удив­лением понимает, что они просто несерьезны.

Ее потребность полностью отдаться партнеру также заставляет ее иде­ализировать его. Поскольку она может обрести цельность только с тем, кому она вручила право на свою гордость, он должен быть гордым, а она — покорной. Я уже упоминала изначальное очарование его высокомерия для нее. Хотя это осознаваемое очарование может ослабеть, она продолжает прославлять своего героя другими, более тонкими путями. Позднее она, возможно, разглядит его подробнее, но у нее не сложится трезвой и цель­ной картины до настоящего разрыва, хотя и тогда может продолжаться про­славление. А до тех пор она склонна думать, например, что несмотря на то, что он — нелегкий человек, он в основном прав и понимает много больше Других. Как ее потребность идеализировать его, так и потребность отдать-м, идут здесь рука об руку. Она гасит свое зрение настолько, чтобы видеть

—217—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

его, других и себя его глазами — и это второй фактор, делающий разрыв таким трудным для нее.

До сих пор вся ее игра, как мы видим, шла вместе с партнером и ради него. Но есть поворотный пункт, или, скорее, затянувшийся процесс пово­рота, поскольку она теряет все, что ставила на карту. Ее самоунижение во многом (хотя и не во всем) было средством для достижения цели: найти внутреннюю цельность, отдав себя и слившись с партнером. Для этого партнер должен был бы принять ее любовную самоотдачу и отплатить ей любовью за любовь. Но именно в этой решительной точке он подводит ее — мы знаем, что он обречен на это собственным неврозом. Поэтому против его высокомерия она не возражает (или, скорее, втайне его приветствует), но боится как отвержения с его стороны, так и скрытых и открытых фруст-раций в любви, и горько возмущается ими. Здесь вовлечены и ее глубокая потребность в спасении, и та часть ее гордости, которая требует, чтобы она сумела заставить его любить себя и добилась успеха в отношениях. Кроме того, ей как и большинству людей, трудно бросить дело, в которое уже столько вложено сил. И в ответ на скверное обращение она становит­ся тревожной, унылой или испытывает чувтво безнадежности только затем, чтобы вскоре опять надеяться, вопреки очевидности цепляясь за веру, что в один прекрасный день он ее полюбит.

В этой самой точке и начинается конфликт. Сперва мимолетный и быстро преодолеваемый, он постепенно углубляется и становится перма­нентным. С одной стороны, она отчаянно пытается улучшить отношения. Ей представляется, что она с похвальным терпением прикладывает усилия к их налаживанию; ему — что она все сильнее цепляется за него. Оба до не­которой степени правы, но оба упускают из виду существенный момент — она борется за то, что представляется ей конечной победой добра. Пуще прежнего она стремится угодить, предвосхитить его ожидания, увидеть свои ошибки, отвернуться от грубости или не возмущаться ею, понять, сгладить. Не понимая, что все эти усилия служат совершенно неверной цели, она оценивает их как “исправления ошибок”. Точно так же она обыч­но цепляется за ложное убеждение, что и он тоже “исправляется”.

С другой стороны, она начинает его ненавидеть. Сперва ненависть вытесняется полностью, ведь она разрушила бы ее надежды. Затем она всплесками доходит до сознания. Тогда в ней появляется возмущение его оскорбительным обращением, но она все еще колеблется признаться себе, что ее оскорбляют. Настает черед мстительных тенденций. Начинаются вспышки, в которых проявляется ее истинное возмущение, но все еще до нее не доходит, насколько оно непритворное. Она становится более критич­ной, меньше готова позволить себя эксплуатировать. Характерно, что по большей части месть осуществляется косвенным путем: в виде жалоб, стра­дания, мученичества, усиленного цепляния. Элементы мщения прокрадыва­ются и в сияющую цель. В латентной форме они были там всегда, но теперь они растут как раковая опухоль. Намерение заставить его любить себя оста­ется, но теперь это уже вопрос мстительного торжества.

—218—

*Глава 10. Болезненная зависимость*

И как ни взглянуть, это беда для нее. Резкая раздвоенность в таком решительном вопросе хотя и остается бессознательной, делает ее поистине несчастной. Именно потому, что желание мести бессознательно, оно креп­че привязывает ее к партнеру, поскольку дает ей еще один сильный стимул для борьбы за “счастливый конец”. И даже если она добьется своего, и он действительно полюбит ее в конце концов (что возможно, если он не слиш­ком ригиден, а она не слишком стремится к саморазрушению), ей не уда­ется пожать плоды победы. Ее потребность в торжестве теперь удовлетво­рена и угасает, гордость получила то, что ей причитается, но это как бы уже и не интересно. Она может быть благодарна, может ценить то, что ее любят, но чувствует, что теперь уже слишком поздно. На самом деле она не может любить, когда удовлетворена ее гордость.

Однако если ее удвоенные усилия не приводят к существенным переме­нам в картине, она с еще большей страстью может наброситься на себя, попадая тем самым под двойной огонь. Поскольку идея “отдать себя” посте­пенно утрачивает свою ценность, и, следовательно, она начинает осозна­вать, что терпит слишком много издевательств, то она считает, что ею поль­зуются, и начинает ненавидеть себя за это. До нее также начинает доходить, что ее “любовь” — на самом деле болезненная зависимость (какими бы сло­вами она бы ее ни называла). Это здоровое осознание, но сперва она реаги­рует на него самоосуждением. Вдобавок, осуждая в себе мстительные склон­ности, она ненавидит себя за то, что они в ней есть. И наконец, она предается беспощадному самоуничижению за то, что не сумела вызвать его любовь. Она отчасти осознает эту свою ненависть к себе, но обычно большая ее часть выносится вовне, пассивным образом, характерным для смиренного типа. Это означает, что теперь у нее есть мощное и всепроницающее чув­ство, что он ее обидел. Это создает новое расщепление ее отношения к нему. Ее увлекает гнев, проклюнувшийся из этого чувства обиды и разросшийся. Но и ненависть к себе так страшит ее, что она или ищет привязанности, которая успокоила бы ее, или же закрепляется на чисто саморазрушитель­ном фундаменте своей покорности плохому обращению. Партнер становит­ся проводником ее деструктивное™, обращенной на себя. Ее влечет к тому, чтобы ее мучили и унижали, потому что она ненавидит и презирает себя.

Наблюдения над собой двух пациентов, готовых вырваться из зави­симых отношений, могут иллюстрировать роль ненависти к себе в этот период. Первый пациент, мужчина, решил провести короткий отпуск один, чтобы выяснить, каковы его истинные чувства к женщине, от которой он зависел. Попытки такого рода, хотя и понятные, в основном оказываются тщетными — отчасти потому, что компульсивные факторы затемняют воп­рос, а отчасти потому, что человек обычно реально озабочен не своими проблемами и их отношением к ситуации, а только тем, как бы “узнать” (непонятно где) любит он другого или нет.

В данном случае уже одна решимость пациента докопаться до корней проблемы принесла плоды, хотя он, конечно, не сумел выяснить свои

—219—

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

чувства Чувства то были, чувств, на самом деле, бушевал целый ypai ан Сперва он был захвачен чувством, что его женщина была так бесчеловеч но жестока, что любой кары было бы для нее мало Вскоре, так же сильно, он почувствовал, что отдал бы все за дружеский шаг с ее стороны Не сколько раз он переходил от одной из этих крайностей к другой, и каждое переживание было таким реальным, что всякий раз он на какое то время забывал о противоположном чувстве На третий раз он понял, что его чув ства противоречивы Только тогда он понял, что ни одна из крайностей не является его истинным чувством, а тогда уж увидел, что обе они носят ком пульсивный характер Это принесло ему облегчение Вместо беспомощ ного метания от одной эмоциональной крайности к противоположной, он мог теперь относиться к ним, как к проблеме, требующей решения Сле дующая часть анализа принесла удивительное открытие оба чувства, по сути, мало относились к партнеру, а более к его собственным внутрен ним процессам

Два вопроса помогли ему понять свой эмоциональный подъем Зачем ему бы то нужно преувеличивать ее оскорбления до такой степени, что она представала бесчеловечным чудовищем9 Почему ему понадобилось так много времени, чтобы увидеть явное противоречие в своих колебаниях настроения9 Первый вопрос позволил нам увидеть такую последователь ность увеличение ненависти к себе (по нескольким причинам), увеличение чувства, что женщина его обидела, ответ на эту вынесенную вовне нена висть к себе в виде мстительной ненависти к ней Теперь ответ на второй вопрос не составлял труда Его чувства были противоречивы, только если принимать их за чистую монету — как выражение любви и ненависти к своей женщине На самом деле, его пугала мстительность идеи, что тобой кары было бы для нее мало, и он пытался смя1чить свои страх, испытывая страсть к женщине ради того, чтобы успокоить самого себя

Другая иллюстрация относится к женщине, которая в описываемый период колебалась между чувством относительной независимости и почти непреодолимым желанием позвонить своему партнеру Однажды, когда она уже тянулась к телефону (отлично зная, что ей от возобновления контакта будет только хуже), она подумала “Хоть бы кто меня к мачте привязал, как Одиссея как Одиссея9 Ему это нужно было, чтобы устоять против Цир цеи, превращающей мужчин в свиней' \* Так вот что меня толкает мне, вид но, очень нужно поунижаться, и чтобы он меня поунижал” Верное чувство сломало заклятье В это время она была способна к самоанализу и задала себе уместный вопрос почему это желание так сильно именно сейчас9 Тут она испытала значительную ненависть и презрение к себе, которых раньше не осознавала Всплыли события прежних дней, такие, которые заставляли ее накидываться на себя После этого она испытала облегчение, и на более твердой основе, ибо в этот период она хотела оставить партнера, а данный

\* Пациентка путает эпизод с Сиренами и эпизод с Цирцееи Но это конечно не снижает цен ности ее открытия

—220—

*Глава 10 Болезненная зависимость*

самоанализ помог ей найти привязь, которая все еще держала ее Она на чала следующую сессию, сказав “Мы должны больше работать над моей ненавистью к себе”

Так нарастает внутренний беспорядок, втягивая в себя все упомянутые факторы уменьшение надежды на успех, удвоенные усилия, возникнове ние ненависти и мстительности, “отдача” от их удара в виде насилия против Собственного Я Внутренняя ситуация становится все более невыносимой для смиренного типа женщины Она действительно попадает на ту грань, где надо решать тонуть или плыть Все зависит от того, какое решение победит Решение пойти ко дну (как мы раньше обсуждали) для этого типа очень привлекательно, как окончательное для всех конфликтов Она может раз мьшпять о самоубийстве, угрожать им, пытаться покончить с собой и еде дать это Она может заболеть и уступить болезни Она может стать нравст венно неразборчивой и, например, пуститься в случайные связи Она может начать мстить партнеру, обычно причиняя себе вреда больше, чем ему Или, даже не понимая того, она может просто утратить вкус к жизни, стать лени вой, начать небрежно относиться к своей внешности, работе, толстеть

Другое решение — это движение к выздоровлению, это усилия выбрать ся из ситуации Порой одно осознание опасности пойти ко дну придает ей необходимую храбрость Иногда одно решение сменяет другое скачками Процесс борьбы между ними — это очень болезненный процесс Побужде ния и силы для поступков идут из обоих источников, невротическо! о и здо рового Пробуждается конструктивный интерес к себе, растет и возмущение против партнера не только за действительно причиненные обиды, но и за то что она чувствует себя “обманутой”, ноет гордость, раненая игрой в заве домо проигрышную игру С другой стороны, перед ней ужасающие препят ствия Она отрезала себя от многого и многих и с ее надорванными силами цепенеет от мысли, что брошена, оставлена сама на себя Порвать отноше ния означало бы также признать поражение, и против это1 о тоже восстает ее гордость Обычно чередуются подъемы и спады — те периоды, когда она чувствует, что способна жить без него, и другие, когда она готова лучше страдать от любого позора, чем уйти Это очень похоже на схватку одной гордости с дру1 ои, а между ними она сама, в ужасе Исход зависит от многих обстоятельств Большинство это внутренние факторы, но важна и общая жизненная ситуация, и, конечно, помощь друга или аналитика

Предположив, что она действительно вырвется из пут, можно спро сить, какова будет цена победы Выбравшись, напролом или хитростью, из одной зависимости, не кинется ли она, раньше или позже, вдру1ую9 Или же она станет настолько осторожна в своих чувствах, что постарается все их умертвить9 Она может казаться нормальной, но на самом деле она напу! ана на всю жизнь Или же она изменится коренным образом, став деиствитель но сильной личностью9 Все может быть Естественно, анализ создает боль шие возможности перерасти невротические проблемы, которые привели ее кдистрессу и поставили в опасное положение Но если она смогла собрать

—221—

***Карен Хорни*** *Невроз и личностный рост*

достаточно сил во время борьбы и повзрослеть через реальные страдания, то простая обычная честность перед собой и усилия стоять на своих ногах смогут повести вперед, к внутренней свободе

Болезненная зависимость — одно из самых сложный явлении, с кото рыми нам приходится иметь дело Мы не можем надеяться понять его, пока не усвоим, что человеческая психология сложна, и будем настаивать на простых формулах, объясняющих все Мы не можем объяснить общую кар тину болезненной зависимости как различные проявления сексуального мазохизма Если он вообще присутствует в ней, то это *исход* многих обсто ятельств, а не их корень Болезненная зависимость — и не вывернутый наизнанку садизм счабого и лишенного надежд человека Не схватим мы ее сущности, и сосредоточившись на паразитических и симбиотических ее гранях или на невротическом желании потерять себя Одного только влече ния к саморазрушению, с его страстью к страданию, тоже недостаточно для принципиального объяснения Не можем мы, наконец, считать данное общее состояние лишь вынесением вовне гордости и ненависти к себе Ког да мы рассматриваем тот или иной фактор как *самый* глубокий корень всего явления, мы не можем не получить односторонюю картину, которая не охватывает всех особенностей Более того, все такие объяснения дают слишком статичную картину Болезненная зависимость — не статичное состояние, а процесс, в который вовлечены все или большинство этих фак торов они выступают на передний план, уходят в тень, усиливают друг друга или борются между собой

И, наконец, все упомянутые факторы, хотя и имеют отношение к общей картине, имеют слишком отрицательный характер, чтобы отвечать за страст ныи характер зависимости А это — страсть, полыхает она или тлеет Но нет страсти без ожидания, что исполнятся некие главные в жизни надежды Не важно, что вырастают эти надежды из невротических предпосылок Этот фактор, который тоже невозможно изолировать, но можно понять только в рамках целостной структуры смиренного типа личности,— влечение к пол ной самоотдаче и стремление обрести цельность через слияние с партнером

Глава 11 Решение “уйти в отставку”: зов свободы

Третье главное решение внутрипсихических конфликтов состоит, по сути, в том, что невротик отступает с поля внутренней битвы, заявляя, что это его больше не трогает Если ему удается принять и поддерживать уста новку “наплевать”, он чувствует, что внутренние конфликты не так уж бес покоят его, и может поддерживать подобие внутреннего мира Поскольку он может сделать это, только уйдя от активной жизни, “уход в отставку” кажется подходящим названием для этого решения Некоторым образом, это наиболее радикальное решение из всех, и, вероятно, по этой самой при чине гораздо чаще создает условия, позволяющие достаточно гладко функ ционировать А поскольку наше ощущение “здоровья” вообще притупи лось, “ушедшие в отставку” часто сходят за здоровых

Отставка может быть конструктивной Можно вспомнить о множестве пожилых пюдеи, осознавших внутреннюю тщету честолюбия и успеха, смягчившихся потому, что они стали и ожидать, и требовать меньшего, ставших мудрее через отказ от ташнего Многие религиозные и фипософ ские течения отстаивают отказ от ненужного как одно из условии духовного роста и подвига оставь личную волю, сексуальные желания, погоню за мир скими брагами, и будешь ближе к Богу Не гонись за вещами преходящими ради жизни вечной Откажись от стремлении и удовольствии ради той вла ста духа, которая существует потенциально в любом человеке

Однако для невротического решения, которое мы сейчас обсуждаем, “отставка” означает установление мира, в котором всего лишь отсутствуют конфликты В религиозных практиках поиск мира включает не отказ от борьбы и стремлении, а, скорее, направление их к иной, высшей цели Дпя невротика он означает, что надо бросить борьбу и стремления и довольсто ваться малым Его “отставка” — это процесс усушки, ограничения, урезы вания жизни и роста

Как мы увидим позднее, различие между здоровым и невротическим уходом в отставку не такое уж четкое, как я сейчас его представила Даже в невротическом решении есть положительные стороны Но глаз наталкива ется в основном на отрицате 1ьные резучьтаты процесса Это станет понят нее, если мы вспомним о двух других главных решениях Там мы увидим более беспокойную картину люди чего то ищут, за чем то гонятся, чем то страстно увлекаются, неважно, идет речь о власти или о любви В них мы

—223

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

увидим надежду, гнев, отчаяние. Даже высокомерно-мстительный тип, хотя и холоден, удушив свои чувства, все еще жарко желает успеха, власти, тор­жества — его влечет к ним. В ярком контрасте с этим картина “отставки”, если ее последовательно поддерживают, это картина вечного отлива — жизни без боли или столкновений, но и без вкуса.

Не удивительно, что *основные характеристики* невротической отставки отличаются аурой ограничения, чем-то, чего избегают, *не* хотят, *не* делают. В каждом невротике есть что-то от ушедшего в отставку. Здесь я очерчу профиль тех, для которых это стало главным решением.

Прямым выражением того, что невротик удалился с поля внутренней битвы, служит его позиция *наблюдателя над собой и своей жизнью* Я уже описывала эту установку как одно из средств уменьшения внутрен­него напряжения. Поскольку его установка на отъединенность — преиму­щественная и вездесущая, он наблюдает и над другими. Он живет, словно в театре сидит, а происходящее на сцене его не слишком волнует. Он не обязательно и не всегда хороший наблюдатель, но может быть весьма про­ницательным. Даже на самой первой консультации он может, с помощью вопросов, нарисовать свой портрет, богато насыщенный беспристрастными наблюдениями над собой. Но обычно он добавит, что все, что он о себе знает, ничего в нем не меняет. Конечно, не меняет — ни одно из его откры­тий не было для него переживанием. Наблюдать над собой означает для него — не принимать активного участия в жизни и бессознательно от него отказаться. В анализе он пытается сохранить эту же установку. Он может быть очень заинтересован, но этот интерес подержится немного, на уровне интереса к очаровательному развлечению,— и ничего не изменится.

Есть, однако, нечто, чего он избегает даже интеллектуально — он не рискует увидеть ни один из своих конфликтов. Если он захвачен врасплох и, так сказать, спотыкается о свой конфликт, он может почувствовать панику. Но, в основном, он слишком хорошо стоит на страже своего покоя, чтобы его что-то задело. Как только он приближается к конфликту, весь его инте­рес к предмету улетучивается. Или он разубеждает себя, доказывая, что конфликт — не конфликт. Когда аналитик улавливает его тактику избегания и говорит ему: “Послушайте, ведь речь идет о *вашей* жизни”,— пациент даже в толк не может взять, о чем это ему говорят. Для него это не его жизнь, а жизнь, которую он наблюдает, не играя в ней активной роли.

Вторая характеристика, тесно связанная с его неучастием в собственной жизни, это *отсутствие серьезного стремления к чему-либо и отвра­щение к усилиям. Я* рассматриваю эти две установки вместе, потому что их сочетание типично для “ушедшего в отставку”. Многие невротики всем сердцем хотят чего-то достичь, их раздражают внутренние запреты, препят­ствующие этому. Не таков данный тип. Он бессознательно отвергает и достижения, и усилия. Он преуменьшает или решительно отрицает свои таланты и успокаивается на малом. Он не сдвинется с места, если его ткнуть носом в доказательства противоположного. Он лишь будет немного

—224—

*Глава 11 Решение “уйти в отставку” зов свободы*

раздражен. Что, аналитик хочет пробудить в нем амбиции? Что, надо что­бы он стал президентом США? Если же он не может не признать в себе некоторой одаренности, он может испугаться.

Вместе с тем, он может сочинять прекрасную музыку, рисовать кар­тины, писать книги — в воображении. Таково альтернативное средство отделаться и от стремлений, и от усилий. У него действительно могут быть хорошие и оригинальные идеи на какую-то тему, но написать статью — потребовало бы инициативы, трудной работы: надо было бы продумать свои идеи, как-то их организовать... Статья остается ненаписанной. У него может быть смутное желание написать рассказ или пьесу, но он ждет вдохновения. Тогда сюжет прояснится, и строки потекут с его пера.

Наиболее изобретателен он в поиске причин *не* делать что-либо. Разве хорошая получилась бы книга, над которой нужно столько потеть в муче­ниях? А сколько и так всякой ерунды понаписано! А разве это не сузило бы его кругозор, если бы он занялся чем-то одним, забросив все другие инте­ресы? Разве не портится характер от всякого участия в политике или от всяких интриг?

Это отвращение к усилиям может простираться на всякую деятель­ность. Позже мы обсудим, как человек уже и с места сдвинуться не может. Он откладывает со дня на день самые простые дела и не может написать письмо, прочесть книгу, пойти в магазин. Или он делает их, преодолевая внутреннее сопротивление,— медленно, безразлично, неэффективно. Он может устать от одной лишь перспективы неизбежного повышения актив­ности (нужно куда-то идти, делать накопившуюся работу), устать еще до начала дела.

Сопутствует этому *отсутствие целей и планов,* как больших, так и малых. Что он на самом деле хочет делать в жизни? Этот вопрос никогда не приходит ему в голову самому, а когда его спрашивают, он легко отмахива­ется от него, словно это не его забота. В этом отношении он составляет резкий контраст с высокомерно-мстительным типом, с его до мелочей раз­работанными долгосрочными планами.

При анализе оказывается, что его цели ограничены и, опять же, негатив­ны. Он считает, что анализ должен избавить его от того, что ему мешает: от неловкости с незнакомыми людьми, от страха покраснеть, от дурноты на улице. Или, может быть, анализ должен удалить ту или иную инертность, например, трудность чтения. У него может быть и более широкая цель, которую он, с характерной для него неопределенностью, называет, допус­тим, “мир”. Для него это означает просто отсутствие всяких неприят­ностей, тревог, расстройств. И естественно, на что бы он ни надеялся, все Должно прийти легко, без боли и напряжения. Всю работу должен сделать аналитик. Он, в конце концов, специалист или нет? Пойти на анализ для него все равно, что пойти к врачу вытащить зуб или сделать укол: он охот­но будет терпеливо ждать, пока аналитик найдет и даст ему ключ ко всем его проблемам. А неплохо бы еще было, если бы не нужно было столько говорить. Были бы у аналитика такие, вроде как рентгеновские лучи, они бы

—225—

***Карен Хорчи.*** *Невроз и личностный рост*

высвечивали все, что пациент думает. А с гипнозом, может быть, все бы пошло быстрее, то есть без всяких усилии со стороны пациента. Когда кри­сталлизуется новая проблема, его первая реакция — отчаяние, что еще столько работы придется делать. Как отмечалось ранее, он может не возра­жать против того, чтобы что-то в себе углядеть. Возражения всегда идут против того, чтобы приложить усилия к изменению.

Шаг вглубь,— и мы приходим к самой сути ухода в отставку: *ограниче­ние желаний.* Мы видели задержки желаний у других типов. Но там узда была наложена на определенные категории желаний, например, на желание близости с людьми или на желание торжествовать над ними. Мы также зна­комы с неуверенностью в своих желаниях, в основном, идущую от того, что желания человека определяются тем, чего он Должен желать. Эти тен­денции действуют и здесь. И здесь тоже одна область бывает поражена силь­нее другой. И здесь тоже непосредственные желания затираются внутрен­ними предписаниями. Но помимо того, и более того, “ушедший в отставку” человек считает, сознательно или бессознательно, что *лучше* ничего не желать и не ждать. Это иногда сопровождается сознательным пессимисти­ческим взглядом на жизнь, ощущением, что все это суета, и нет ничего уж такого нужного, ради чего стоило бы что-то делать. Чаще многие вещи ка­жутся желанными, но смутно и лениво, не достигая уровня конкретного, жи­вого желания. Если желание или интерес достаточно весомы, чтобы пройти сквозь установку “наплевать”, они тут же слабеют, и восстанавливается гладкая поверхность “неважно” или “не надо суетиться”. Такое отсутствие желаний может касаться и профессиональной и личной жизни — не надо ни другого дела, ни назначения, ни брака, ни дома, ни машины, никакой другой вещи. Выполнение таких желаний может восприниматься в первую очередь как бремя и фактически угрожает его единственному желанию — чтобы его не беспокоили. Сокращение желаний тесно переплетено с тремя основ­ными, ранее упомянутыми, характеристиками. Он может быть зрителем в собственной жизни, только если ему ничего особенно сильно не хочется. У него едва ли могут быть стремления или важные цели, если у него нет мотивирующей силы желаний. И, наконец, ни одно его желание не доста­точно сильно, чтобы заставить его делать усилия. Следовательно, два глав­ных его невротических требования состоят в том, что жизнь должна быть легкой, безболезненной, не требующей усилий, и его не должны беспокоить.

Он особенно старается ни к чему не привязываться настолько, чтобы в этом по-настоящему нуждаться. Ничто не должно быть настолько важно для него, чтобы он не мог без этого обойтись. Хорошо, если ему нравится женщина, какой-то город или немного выпить, но он не должен от этого зависеть. Как только он начинает понимать, что место, человек или люди ценны для него настолько, что ему будет больно их лишиться, он склонен отказаться от своих чувств к ним. И у другого человека не должно возник­нуть и мысли, что он ему нужен, или что их отношения следует принимать как должное. Если он заподозрит такое, он склонен немедленно порвать отношения.

- 226 —

*Гшва II Решение “уйти в отставку” зов свободы*

Принцип неучастия, так, как он выражен в его позиции наблюдателя в собственной жизни и в его отказе от желаний, действует и в его отноше­ниях с людьми. Они характеризуются его *отьединенностъю,* то есть эмо­циональным отстранением от других. Он может получать удовольствие от неблизких или мимолетных отношений, но он не должен вовлекаться эмо­ционально. Он не должен так привязываться к человеку, чтобы ему нужно было его общество, или помощь, или сексуальные отношения с ним. Эту отъединенность ему тем легче сохранять, что он, в отличие от других нев­ротических типов, не ждет многого — ни хорошего, ни плохого, от других, если вообще чего-то ждет. Даже в тяжелой ситуации ему может не прийти в голову попросить о помощи. С другой стороны, он может довольно охот­но помогать другим, опять же при условии, что это не свяжет его эмоцио­нально. Он не хочет и даже не ждет благодарности \*.

Секс может играть для него различную роль. Иногда это единственный мостик к другим. Тогда у него может быть множество временных связей, от которых он отказывается, раньше или позже. Они не должны, так сказать, перерождаться в любовь. Он может полностью осознавать свою потреб­ность не связывать себя ни с кем. Или же в качестве причины прекращения отношений он может выставлять удовлетворенное любопытство. Он ска­жет, что любопытство повлекло его к той или другой женщине, а теперь он получил новые впечатления, и она его больше не интересует. В таких слу­чаях он относится к женщинам, как к новому ландшафту или новому Kpyi у людей. Теперь он их знает, и они ему больше не интересны, так что он поищет что-нибудь еще. Это больше, чем просто рационализация его отъ-единенности. Свою наблюдательскую позицию он проводит более созна­тельно и более последовательно, чем другие, что иногда создает ошибочное впечатление вкуса к жизни.

В некоторых случаях он вообще исключает секс из жизни — удушив все желания в этом отношении. Тогда у него может не быть даже эротических фантазий, или, если они все-таки остаются, эчи обрывки фантазий — вот и все, что составляет его сексуальную жизнь. ei о реальный контакт с други­ми остается то1да на уровне отдаленного дружеско! о интереса.

Когда у не! о все-таки складываю! ся продолжительные отношения, он и в них должен сохранять дистанцию. В этом отношении он — полная проти-вопопожность смиренному типу, с его потребностью слиться с партнером. Сохранять дистанцию он может разными путями. Он может исключить секс, как слишком интимную вещь для постоянных отношений, и удов­летворять свои сексуальные потребности с чужими людьми. И наоборот, он может ограничить отношения сексуальными контактами, не деля дру­гие переживания с партнером\*\*. В браке он может быть внимателен

\* Подобнее о природе отъединенности см К Хорни *“.Наши внутренние конфликты”*

Глава 5 *“Уход от людей”*

\*\* Фрейд отмечал это явление, он считал его особенностью мужской сексуальности и пытал­ся объяснить на основе двойственной установки мужчины по отношению к своей матери. 3 Фрейд “Об *унижении любовной жизни”*

-227—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

к партнеру, но никогда не говорить с ним о себе. Он может настаивать на том, чтобы добрая часть времени принадлежала ему одному, или на том. чтобы путешествовать одному. Он может ограничить отношения выход­ными днями или совместными поездками.

Я хочу сделать здесь одно замечание, значение которого станет ясно позднее. Боязнь эмоциональной вовлеченности — это не то же самое, что отсутствие положительных чувств. Напротив, ему не нужно было бы так строго стоять на страже своего покоя, если бы у него был общий запрет на нежные чувства. У него могут быть глубокие чувства, но они должны оста­ваться его внутренней святыней. Это его личное и больше ничье дело. В этом отношении он отличается от высокомерно-мстительного типа, кото­рый тоже замкнут, но бессознательно отучил себя от положительных чувств. Он отличается от него и тем, что не хочет сближения с другими через трения или столкновения, тогда как высокомерный тип скор на гнев, и битва — его родная стихия.

Другая характеристика “отставного” человека — его *сверхчувстви­тельность к влиянию, давлению, принуждению* или *узам* любого рода. Это имеет прямое отношение к его отъединенности. Даже до начала каких-то личных отношений или коллективной деятельности у него может возник­нуть страх перед продолжительной связью. И вопрос о том, как он сможет от нее освободиться, встает перед ним, когда ее еще и нет. Перед женитьбой этот страх может дойти до паники.

Что именно он почувствует принуждением и возмутится, может быть самым различным. Это может быть любое соглашение: договор о найме в аренду жилья, долгосрочный контракт. Это может быть физическое дав­ление, даже от воротничка, пояса, туфель. Может быть кто-то загоражи­вает ему вид. Он может возмутиться, что другие от него чего-то ждут, или возможно, что ждут — Рождественских подарков, писем, оплаты счетов в определенное время. Это может распространяться на общественные институты, уличное движение, условные соглашения, распоряжения прави­тельства. Он не борется против всего этого — он не боец; но внутри себя он бунтует и может сознательно или бессознательно фрустрировать других в своей пассивной манере — не отвечая или забывая.

Его чувствительность к принуждению связана с его инертностью и огра­ничением желаний. Так как ему с места сдвинуться неохота, он может счесть любое ожидание, что он что-то сделает, принуждением, даже если это явно в его интересах. Связь с ограничением желаний более сложная. Он боится, и не без причины, что кто угодно, с более сильными, чем у него, желаниями, может легко навязать ему что угодно и толкнуть его на что угодно, одной своей большей решимостью. Но здесь действует и вынесение вовне. Не чувствуя собственных желаний или предпочтений, он легко соч­тет, что уступает желаниям другого человека, когда, на самом деле, сле­дует за собственными. Возьмем иллюстрацию из обычной жизни: молодого

— 228 -

*Глава 11. Решение “уйти в отставку”: зов свободы*

человека пригласили на вечер в тот день, когда он должен был встретиться со своей девушкой. Однако в то время он не так видел ситуацию. Он отпра­вился к девушке, считая, что “уступает” ее желанию, и возмущаясь “при­нуждением” с ее стороны. Очень умный пациент охарактеризовал весь про­цесс так: “Природа не терпит пустоты”. Когда молчат твои желания, вры­ваются желания других”. Мы можем добавить: желания существующие, пред- полагаемые или перенесенные на них.

Чувствительность к принуждению представляет реальную трудность при анализе, тем большую, чем больше в пациенте не просто негативного отношения, а негативизма. Он может таить нескончаемые подозрения, что аналитик хочет на него повлиять и переделать его по заранее заготовлен­ному образцу. Эти подозрения тем меньше доступны для анализа, чем боль­ше инертность пациента не дает ему проверить любое предположение ана­литика, о чем тот его все время просит. На почве того, что аналитик оказы­вает на него недолжное влияние, он может отвергать любой вопрос, утверждение или интерпретацию, которые явно или неявно атакуют какую-то его невротическую позицию. Прогресс в этом отношении тем труднее, что он не будет долгое время высказывать никаких подозрений, поскольку не любит трений. Он может просто считать, что все это личные предрассуд­ки аналитика или его хобби. Так что не надо беспокоиться об этом, и мож­но все это пренебрежительно отбросить в сторону. Аналитик, например, может предположить, что стоит исследовать отношения пациента с людьми. Пациент немедленно настораживается, тайно думая, что аналитик хочет пробудить в нем стадные инстинкты.

И последнее, что сопутствует “уходу в отставку”,— это *отвращение к переменам,* ко всему новому. Оно тоже может быть очень разным по форме и силе. Чем сильнее инертность, тем сильнее ужас перед риском перемен и необходимыми усилиями. Он лучше смирится со status quo (будь это работа, жилье, начальник или супруг), чем будет что-то менять. Не приходит ему в голову и то, что он мог бы своими силами улучшить ситуацию. Можно переставить мебель, больше времени отдыхать, больше помогать жене. Предложения такого сорта он встречает с вежливым рав­нодушием. Помимо инертности за эту установку отвечают еще два фак­тора. Поскольку он не ждет многого от любой ситуации, его побужде­ние изменить ее в любом случае невысоко. И он склонен относиться к любому положению вещей как к неизменяемому. Это просто такой чело­век, конституция у него такая. Жизнь такая — это судьба. Хотя он не жалуется на ситуацию, которая была бы невыносима для большинства, его смирение с положением вещей часто похоже на мученичество смирен­ного типа. Но это чисто внешнее сходство: источники смирения совер­шенно различные.

Приведенные мной примеры отвращения к переменам до сих пор каса­лись внешних предметов. Однако я не считаю это основной характери­стикой “отставки”. Нежелание менять что-либо в окружении в некоторых

—229—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

случаях очень заметно, но в других создается противоположное впечат­ление — неугомонного, не находящего себе покоя человека. Но во всех слу­чаях есть выраженное отвращение к *внутренним* изменениям. Некоторым образом это свойственно всем неврозам\*, но это отвращение обычно отно­сится к тому, чтобы взяться за изменение специфических факторов, отно­сящихся, в основном, к принятому главному решению. Это столь же верно и для типа, который мы рассматриваем, но, в силу статичной концепции Собственного Я, укорененной в природе решения “уйти в отставку”, его отталкивает сама идея перемен. Самая суть этого решения — удалиться от активной жизни, активных желаний, стремлений, планов, усилий и дейст­вий. Его восприятие других, как все тех же, неизменных,— отражение ею взгляда на себя самого, неважно, сколько бы он ни говорил об эволюции. или даже интеллектуально принимал ее идею. Анализ, по уго убеждению, должен быть однократным разоблачением, которое, случившись, изменит вещи к лучшему раз и навсегда. Вначале ему чуждо представление о том, что это процесс, в ходе которого к проблеме подходят с разных сторон, видят все новые связи, открывают все новые ее значения, пока не доходят до ее корней и что-то меняется изнутри.

Вся установка на “уход в отставку” может быть сознательной; в этих случаях ее рассматривают как высшую мудрость. Но чаще, по моему опыту, в ней не отдают себе отчета, и человек знает лишь о некоторых ее аспектах, упомянутых здесь — хотя, как мы сейчас увидим, он может выбирать для них другие слова, потому что видит их в ином свете. Чаще всего, он знает только о своей замкнутости и чувствительности к принуждению. Но, как и везде, где затронуты невротические потребности, мы можем распознать природу потребностей “ушедшего в отставку”, наблюдая, *когда* он реаги­рует на фрустрацию, когда становится беспокойным или устает, отчаива­ется, впадает в панику или возмущается.

Для аналитика знание основных характеристик типа очень полезно — оно поможет быстро оценить картину в целом. Когда та или иная характе­ристика привлекает наше внимание, мы должны поискать остальные; и, вполне вероятно, найдем их. Как я старалась показать, это не бессвязные куски, а тесно переплетенная структура. Это картина очень цельная и последовательная в своей композиции, и выглядит она, как выдержанная в едином колорите.

Теперь мы попытаемся прийти к пониманию динамики картины, ее смысла и истории. Пока что мы видели, что “уход в отставкку” представ­ляет собой главное решение внутрипсихических конфликтов путем удале­ния от них. При первом взгляде у нас создалось впечатление, что “ушед­ший в отставку” главным образом отказался от своего честолюбия. Эту сторону решения он сам часто подчеркивает и склонен считать ее клю­чом к ходу своего развития. Иногда история его жизни также подтверж-

К. Хорни. *“Самоанализ”.* Глава 10. *“Работа с сопротивлением”.* —230—

*Глава 11. Решение “уйти в отставку”: зов свободы*

дает, видимым образом, такое впечатление, поскольку в ней может быть заметна перемена в этом отношении. В подростковом возрасте, или где-то около этого, он часто делает многое, из чего видны значительная энергия и одаренность. Он может быть находчив, может преодолеть экономи­ческие препятствия и завоевать свое место в обществе. Он может быть честолюбивым в школе, первым в классе, отличаться в дискуссиях или в каких-то прогрессивних политических движениях. По крайней мере, час­то бывает такой период, когда он сравнительно оживлен, многим инте­ресуется, восстает против традиций, в которых рос, и думает о сверше­ниях в будущем.

За этим часто следует период упадка: тревоги, депрессии, отчаяния из-за какой-то неудачи или неблагоприятной жизненной ситуации, в которую он попал именно из-за своего бунтарского порыва. Кажется, что именно здесь и расплющилась задорная кривая его жизни. Люди говорят, что он “привык” и “успокоился”. Некоторые замечают, что он, по молодости, рвался в небеса, а теперь спустился на землю. А это “естественный” ход вещей. Другие, поумнее, беспокоятся о нем. Потому что он, видимо, утра­тил вкус к жизни, интерес ко многому и успокоился на гораздо меньшем, чем сулили его дарования и возможности. Что с ним такое? Конечно, ряд несчастий или лишений может подрезать крылья человеку. Но в тех слу­чаях, которые я имею в виду, обстоятельства не были слишком неблагопри­ятны, чтобы все можно было списать на них. Следовательно, определяю­щим фактором должен был послужить психологический дистресс. Однако и такой ответ не может нас удовлетворить, поскольку мы вспомним о дру­гих людях, которые тоже пережили период внутренних метаний, но вышли из него иными. На самом деле перемена — результат не конфликтов или их размаха, а, скорее, того способа, которым был достигнут мир с самим собой. Он попробовал на вкус свои внутренние конфликты — и решил от них уйти. Почему он выбрал именно этот путь решения, расскажет его предшествующая история, о которой речь пойдет позже. Сперва нам нужна более ясная картина его ухода.

Давайте сперва посмотрим на главный внутренний конфликт между влечением к захвату и влечением к смирению. У двух типов личности, кото­рые обсуждались в предшествующих трех главах, одно их этих влечений находится на переднем плане, а другое подавлено. Но если верх берет реше­ние “уйти в отставку”, типичная картина этого конфликта будет совсем иной. Видимым образом не подавляются склонности ни к захвату, ни к сми­рению. Считая, что мы знакомы с их проявлениями и последствиями, нам не трудно ни наблюдать их, ни осознать (до некоторой степени). Фактически, если бы мы настаивали на том, чтобы все неврозы классифицировать либо как “смирение”, либо как “захват”, мы бы не могли решить, к какой катего­рии отнести “отставку”. Мы могли бы только сказать, что, как правило, одна или другая склонность превалирует или в смысле ее близости к осоз­нанию, или в смысле ее большей силы. Индивидуальные различия внутри

—231 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

группы зависят отчасти от этого превалирования. Однако иногда они пред­ставляются достаточно сбалансированными.

Склонность к захвату может сказываться в том, что у данного типа лич­ности бывают фантазии о величии: в воображении он делает что-то гранди­озное или обладает необычайными качествами. Более того, он часто считает себя выше других, и это заметно по его поведению или по преувеличенному чувству собственного достоинства. В своем самоощущении он может быть склонен быть своим горделивым Собственным Я. Но качества, которыми он гордится, в контрасте с захватническим типом, поставлены на службу “ухо­да в отставку”. Он гордится своей замкнутостью, “стоицизмом”, самодос­таточностью, нелюбовью к принуждению, своей позицией “над схваткой”. Он может достаточно хорошо осознавать свои требования и эффективно проводить их в жизнь. Однако их содержание отличается особым характе­ром, поскольку проистекают они из потребности защитить свою башню из слоновой кости. Он считает, что имеет право на то, чтобы другие не лезли в его частную жизнь, не ждали от него ничего и не беспокоили его, имеет право быть освобожденным от необходимости зарабатывать на жизнь и от ответственности. И наконец, захватнические склонности могут быть видны в некоторых вторичных образованиях, развившихся из его основного “ухо­да в отставку”, таких как преувеличенная забота о своем престиже или открытый бунт.

Но эти захватнические склонности больше не представляют активную силу, поскольку он отказался от своего честолюбия в смысле *отказа от любого активного преследования честолюбивых целей* и от активного стремления к ним. Он решил не желать этого и даже не пытаться чего-то достичь. Если он способен к продуктивной работе, он может делать ее с величайшим отвращением или с явным пренебрежением к тому, что хочет или ценит мир вокруг него. Это характерно для группы открытых “бунтов­щиков”. Не хочет он предпринимать и никаких активных или агрессивных действий ради реванша или мстительного торжества; он отбросил влечение к реальной власти. На самом деле, в полном соответствии с его “отстав­кой”, идея лидерства, влияния на людей или манипулирования ими ему довольно противна.

С другой стороны, если на переднем плане присутствует склонность к смирению, “ушедший в отставку” склонен к низкой самооценке. Он может быть кротким и не считать себя особенно важным лицом. У него могут быть установки, которые мы вряд ли признали бы смирением, если бы не разбирали так подробно решение о полном смирении. Он часто остро чувствует потребности других людей и тратит добрую часть жизни на помощь или услуги другим. Он часто беззащитен перед натиском или навяз­чивостью и скорее примет вину на себя, чем обвинит других. Он может очень бояться задеть чьи-то чувства. Он склонен к уступкам. Эта последняя склонность, однако, определяется не потребностью в привязанности, как у смиренного типа, а потребностью избежать трений. Есть у него и подспуд­ные страхи, указывающие, что он боится потенциальной силы тенденции

—232—

*Глава 11. Решение “уйти в отставку”: зов свободы*

к смирению. Он может, например, выражать тревожное убеждение, что если бы он не отстранялся, ему бы сели на шею.

Подобно тому, что мы видели в отношении захватнических тенденций, смиренные тенденции тоже представляют собой скорее установки, чем активные, властные влечения. Характер страсти придает смирению зов люб­ви, а здесь его нет, поскольку “ушедший в отставку” решил не хотеть и не ждать ничего от других и не входить в эмоциональные отношения с ними.

Теперь мы понимаем значение ухода от внутренних конфликтов между влечением к захвату и к смирению. Когда активные элементы обоих влече­ний исключены, они перестают быть противоборствующими силами; следо­вательно, не входят больше в конфликт. Сравнивая три главных попытки обрести цельность, мы видим, что в первых двух человек надеется достичь интеграции, пытаясь *исключить* одну из противоборствующих сил; в реше­нии об отставке он пытается *обездвижитъ* обе силы. И он может это сде­лать, потому что прекратил активную погоню за славой. Он все еще должен быть своим идеальным Собственным Я, а значит, его гордыня со своими Надо продолжает жить, но он отбросил активные влечения к ее актуализа­ции — то есть прекратил действия по ее воплощению в жизнь.

Подобная обездвиживающая тенденция действует и по отношению к его реальному Собственному Я. Он все еще хочет быть самим собой, но с его задержками на инициативу, усилия, живые желания и стремления, он накла­дывает и узду на свое естественное влечение к самореализации. Как в рам­ках идеального, так и реального Собственного Я, он ставит ударение на *быть,* а не на “достичь” или “дорасти”. Но тот факт, что он все еще хочет быть собой, позволяет ему сохранить некоторую непосредственность в эмо­циональной жизни, и в этом отношении он может быть менее отчужденным от себя, чем другие невротические типы. У него может быть сильное личное чувство — к религии, искусству, природе — то есть, к чему-то внеличному. И часто (хотя он не позволяет своим чувствам сблизить его с другими людь­ми) он может эмоционально воспринимать других и особенности их нужд. Эта сохраненная способность выступает более выпукло, когда мы сравни­ваем его со смиренным типом. Последний точно так же не убивает в себе положительные чувства, напротив, он их заботливо взращивает. Но они становятся чересчур театральными, “ненастоящими”, поскольку постав­лены на службу “любви”, то есть сдаче на милость победителя. Он хочет потерять себя в своих чувствах и в конце концов обрести цельность, слив­шись с другими. “Ушедший в отставку” хочет сохранить свои чувства в глу­бине своего сердца. Сама идея слияния неприятна ему. Он хочет быть “со­бой”, хотя имеет смутное представление, что это значит, и фактически путается в этом вопросе, сам того не понимая.

Сам процесс обездвиживания придает “отставке” ее негативный или статичный характер. Но здесь мы должны задать важный вопрос. Впечатле­ние статичного состояния, характеризуемого чисто негативно, постоянно подтверждают новые наблюдения. Но справедливо ли это для явления

—233—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

в целом? В конце концов, никто не проживет одним отрицанием. Может быть, в нашем понимании смысла “отставки” чего-то недостает? Не стремится ли “уходящий в отставку” и к чему-то позитивному? Скажем, к миру любой ценой? Конечно, но у его “мира” негативные качества. В двух других решениях присутствует мотивирующая сила, дополняющая потреб­ность в интеграции — могущественный зов чего-то позитивного, что при­дает жизни смысл: зов власти в одном случае, зов любви — в другом. Не раздается ли подобный призыв чего-то более позитивного и в случае реше­ния об отставке?

Когда такие вопросы возникают во время анализа, полезно внимательно прислушаться к тому, что сам пациент говорит об этом. Обычно что-то такое нам было сказано, а мы не приняли этого всерьез. Давайте здесь посту­пим иначе и получше исследуем то, как наш тип смотрит сам на себя. Мы видели, что он, как и другие, рационализирует и приукрашивает свои потребности так, чтобы все они представали высшими добродетелями. Но в этом отношении мы должны провести различие. Иногда он превращает потребность в добродетель очевидным образом, представляя, например, свое отсутствие стремлений как то, что он выше борьбы и схватки, свою инертность как презрение к тому, чтобы потеть на работе. По мере того как продвигается анализ, такое прославление обычно просто пропадает, без долгих разговоров. Но есть и другое прославление, с которым не расстаются так легко, потому что оно, видимо, имеет реальное значение для него. И оно касается всего того, что он говорит о независимости и *свободе.* Фактически большинство из его основных характеристик, которые мы рассматривали под углом отставки, имеют смысл и с точки зрения свободы. Любая более сильная привязанность ограничила бы его свободу. И потребности тоже. Он бы зависел от своих потребностей, а они бы поставили его в зависимость от других. Если бы он посвятил себя единой цели, он был бы не свободен для множества других вещей, которыми мог бы заинтересоваться, В частности, в новом свете предстает его чувствительность к принуждению. Он хочет быть свободен и, следовательно, не потерпит, чтобы на него давили.

Соответственно, когда эта тема обсуждается при анализе, пациент при­нимается яростно защищаться. Разве не естественно человеку желать сво­боды? Разве кто угодно не впадет в апатию, если его будут заставлять все делать из-под палки? Разве его тетя или друг не превратились в бесцветные, безжизненные существа, потому что всегда делали все, чего от них хотепи? Неужели аналитик хочет превратить его в домашнее животное или втис­нуть в рамки какого-то проекта, чтобы он стал домиком в ряду домов со всеми удобствами, неотличимых друг от друга? Он ненавидит всякий рас­порядок. Он никогда в зоопарк не ходит, просто вынести не может вида животных в клетках. Он хочет делать, что ему нравится и когда нравится.

Давайте рассмотрим некоторые из его доводов, оставив остальные на потом. Мы поняли, что свобода для него — возможность делать то, что ему нравится. Аналитику здесь видна большая слабость его доводов. Посколь-

—234—

*Гшва II. Решение “уйти в отставку” зов свободы*

ку пациент сделал все, что мог, чтобы заморозить свои желания, он просто не знает, что же ему нравится. И в результате он часто не делает совсем ни­чего или ничего стоящего. Но это его не беспокоит, потому что он, видимо, рассматривает свободу, в основном, как свободу от других — от людей или от общественных институтов. Что бы ни делало эту установку столь важной для него, он намерен защищать ее до последнего патрона. Пусть эта идея свободы снова представляется нам негативной — свобода *от,* а не *для —* она действительно манит его, чего не скажешь о других решениях. Смирен­ный человек скорее боится свободы, из-за своей потребности в привязан­ности и зависимости. Захватчик, с его страстью к той или иной власти, склонен презирать идею свободы.

Что же отвечает за этот зов свободы? Какова внутренняя необходи­мость, из которой он возникает? В чем его смысл? Чтобы прийти к неко-торму пониманию, мы должны вернуться к истории детства таких людей, которые позже решили свои проблемы, “уйдя в отставку”. Часто мы най­дем в этой истории стесняющие ребенка влияния, против которых он не мо1 восставать открыто потому, что они были слишком сильны или слиш­ком неуловимы. Атмосфера в семье могла быть настолько напряженной, эмоциональное поглощение настолько полным, что это не оставляло места индивидуальности ребенка, грозя его раздавить. С другой стороны, к нему могли быть привязаны, но так, что это скорее отпугивало, чем согревало его. Например, один из родителей был слишком эгоцентричен, чтобы хоть сколько-то понимать потребности ребенка, но сам предъявлял громад­ные требования к ребенку, чтобы тот его понимал и оказывал ему эмо­циональную поддержку. Или же кто-то из родителей был настолько не­предсказуем в своих колебаниях настроения, что в один момент изливал на ребенка демонстративную привязанность, а в следующий'— распекал его или бил во взрыве раздражения без всякой причины, понятной ребенку. Короче, это было окружение, которое предъявляло к нему явные и неяв­ные требования угождать так или этак и угрожало поиютить его, не раз­бираясь в его индивидуальности, не говоря уж о поощрении его личност­ного роста.

Так что ребенок, долгое или короткое время, рвался между тщетным желанием завоевать привязанность и интерес к себе и желание вырваться из опутывающих его цепей. Он решил этот конфликт, уйдя от людей. Устано­вив эмоциональную дистанцию меж собой и другими, он обездвижил свой конфликт\*. Ему больше не нужна привязанность других, не хочет он боль­ше и бороться с ними. Следовательно, его больше не раздирают противоре­чивые чувства к ним, и он ухитряется даже ладить с ними довольно спокой­но. Более того, уйдя в свой собственный внутренний мир, он спасает свою индивидуальность, не давая полностью раздавить ее и поглотить. *Его раннее отчуждение, таким образом, служит не только его интегра­ции, но имеет более значительный и позитивный смысл, позволяя*

*\** К Хорни *“Наши внутренние конфликты-”* Гчава 5 *“Уход от людей”*

*—* 245 -

***Карен Корни.*** *Невроз и личностный рост*

*сохранить в неприкосновенности свою внутреннюю жизнь.* Свобода от внешних уз дает ему возможность внутренней независимости. Но он должен сделать больше, чем просто надеть узду на свои хорошие и плохие чувства к другим. Он должен посадить на цепь все чувства и желания, для исполнения которых нужны другие: естественную потребность быть поня­тым, поделиться впечатлениями, потребность в привязанности, сочувст­вии, защите. Последствия идут далеко. Это означает, что он должен оста­вить при себе свою радость, боль, печали, страхи. Например, он часто дела­ет героические и безнадежные усилия победить свои страхи: перед темнотой, собаками и т.п.— никому не говоря ни слова. Он приучает себя (автоматически) не только не показывать своих страданий, но и не чувство­вать их. Он не хочет сочувствия или помощи не только потому, что у него есть причины сомневаться в их искренности, но потому, что даже если он иногда их встречает, они становятся для него сигналом тревоги, что ему угрожает бремя привязанности. Помимо и превыше необходимости обуз­дать собственные потребности, он считает, что безопаснее никому не давать понять, что для него что-то имеет значение, чтобы никто не сумел фрустри-ровать его желания или использовать их как средство сделать его зависи­мым. И так начинается глобальное “окорачивание” всех желаний, такое характерное для процесса “ухода в отставку”. Он все еще знает, что хотел бы куртку, котенка, игрушку, но никому этого не скажет. Постепенно с его желаниями происходит то же, что и со страхами: он приходит к тому, что безопаснее не желать вообще. Чем более лихорадочные на самом деле у него желания, тем безопаснее ему будет отступиться от них, тем труднее будет кому-нибудь набросить на него узду.

Это состояние — еще не “отставка”, но в нем уже заложены семена, из которых она может произрасти. Даже если картина не меняется, в ней есть серьезная опасность для будущего роста. Мы не можем вырасти в безвоз­душном пространстве, без близости и трений с другими человеческими существами. Но это его состояние вряд ли может не измениться. Если бла­гоприятные обстоятельства не изменят положение к лучшему, процесс пой­дет по нарастающей, образуя порочные круги — как мы видели в других типах невротического развития. Мы уже упоминили один из этих кругов. Чтобы сохранить отчужденность, необходимо заковать в цепи желания и стремления. Но это палка о двух концах. Самоограничение делает его более независимым, но оно и ослабляет его. Оно вытягивает его жизненные силы и искажает его чувство направления в жизни. Ему нечего становится противопоставить желаниям и ожиданиям других. Ему нужно быть вдвойне бдительным насчет любого влияния или вмешательства. Используя удачное выражение Салливена, ему приходится “вырабатывать свою систему допу­сков” (elaborate his distance machinery).

Главную поддержку раннее развитие получает от внутрипсихических процессов. Те же самые потребности, которые влекут в погоню за славой других, включаются и здесь. Его раннее отчуждение от людей, если он

—236—

*Глава 11. Решение <г)'йти в отставку”: зов свободы*

сумеет быть в нем последовательным, снимает и его конфликт с ними. Но прочность его решения зависит от ограничения желаний, и в ранние годы это еще не устоявшийся процесс: он еще не вызрел в определенную уста­новку. Он все еще хочет от жизни большего, чем это “хорошо” для его душевного покоя. При достаточно сильном искушении он может, например, быть втянутым в близкие отношения. Следовательно, его конфликты легко всплывают, и он нуждается в большей интеграции. Но раннее развитие оставило его не только раздробленным, но и отчужденным от самого себя, неуверенным в себе и с чувством неподготовленности к настоящей жизни. Он может иметь дело с другими, только находясь на эмоционально безопас­ном расстоянии от них; ему трудно при близком контакте, и, вдобавок, он испытывает отвращение к борьбе. Следовательно, и он тоже вынужден искать ответа на все свои запросы в самоидеализации. Он может попы­таться реализовать свое честолюбие, но, по многим внутренним причинам, склонен бросить свою цель перед лицом трудностей. Его идеальный образ, это, в основном, прославление развившихся в нем потребностей. Это сплав самодостаточности, независимости, сдержанной умиротворенности, сво­боды от страстей и желаний, стоицизм и справедливость. Справедливость для него — скорее совестливость (то есть идеализация ненарушения чьих-то прав и отсутствия посягательств на них), чем прославление мститель­ности (как “справедливость” агрессивного типа).

Отвечающие такому идеальному образу Надо ввергают его в новую опасность. В то время как изначально он должен был защищать свой внут­ренний мир от внешнего, теперь он должен защищать его от значительно худшей внутренней тирании. Исход зависит от того, до какой степени в нем еще сохранилась, не омертвев, внутренняя жизнь. Если она еще сильна, и он бессознательно исполнен решимости пронести ее сквозь огонь и воду, то ему удается отчасти ее сохранить, хотя и ценой отхода от активной жиз­ни, ценой ограничения влечения к самореализации.

Нет клинических доказательств того, что внутренние предписания этого типа невротической личности более суровы, чем при других типах невроза. Различие состоит, скорее, в том, что они ему больше “жмут”, в силу самой его потребности в свободе. Он пытается справиться с ними, отчасти путем вынесения вовне. Из-за его запретов на агрессию он может делать это лишь пассивно, а это означает, что ожидания других или то, что он считает их ожиданиями, приобретают характер приказов, которым он должен подчиняться без рассуждений. Более того, он убежден, что восста­новит людей против себя, если не уступит их ожиданиям. По сути, это зна­чит, что он выносит вовне не только свои Надо, но и свою ненависть к себе. Другие возмутятся им — так же холодно и резко, как он сам возмутился бы собой за несоответствие своим Надо. А поскольку его предчувствие враждебности представляет собой вынесение вовне, его не удается зале­чить противоположным жизненным опытом. Например, у пациента может быть длительный опыт того, что аналитик терпелив с ним и понимает его, и все-таки, при неком давлении со стороны аналитика, он испытывает

—237—

***Кареч Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

чувство, что аналитик бросил бы его сразу же, в случае открытой оппози­ции с его стороны.

Следовательно, его изначальная чувствительность к внешнему давле­нию многократно усилилась по ходу развития. Теперь мы понимаем, поче­му он продолжает чувствовать принуждение, хотя дальнейшее окружение, может быть, почти и не оказывает на него давления. Вдобавок, вынесение вовне его Надо, хотя и ослабляет внутреннее напряжение, приносит в его жизнь новые конфликты. Он Должен уступить ожиданиям окружающих;

Нельзя задевать их чувства; Нужно смягчить их враждебность, предчувст­вуемую им,— но Нужно и сохранить свою независимость. Этот конфликт отражен в амбивалентности его ответов другим. Это многочисленные вари­ации любопытной смеси уступчивости и вызывающего пренебрежения. На­пример, он может вежливо согласиться на просьбу, но забыть о деле или бесконечно его откладывать. Забывчивость может достигать таких пугаю­щих размеров, что поддерживать хоть какой-то порядок в жизни ему уда­ется, только занося все встречи и дела в записную книжку. Или же он маши­нально уступает желаниям других, но саботирует их в глубине души, не имея о том ни малейшего понятия. При анализе, например, он может согла­ситься с очевидными правилами (такими, как приходить вовремя, сообщать о том, что приходит в голову), но так мало усваивает из того, что обсуж­дается, что работа идет впустую.

Неизбежно, что эти конфликты делают отношения с другими людьми весьма натянутыми. Иногда он осознает эту натянутость. Но, знает он о ней или нет, она усиливает его склонность к уходу от людей.

Пассивное сопротивление желаниям других действует и в отношении тех Надо, которые не выносятся вовне. Одного лишь чувства, что ему Надо что-то сделать, часто бывает достаточно, чтобы у него возникло нежелание это делать. Эта бессознательная сидячая забастовка не была бы так важна, если бы ограничивалась тем, чего он в общем-то не любит: участием в общественных мероприятиях, написанием определенных писем, оплачи-ванием счетов — как это бывает. Но чем радикальнее он изгнал личные желания, тем сильнее все то, что он делает (хорошее, плохое, нейтральное), может восприниматься им как то, что он Должен делать: чистить зубы, читать газеты, гулять, работать, есть, заниматься любовью с женщиной. Все это тогда встречает молчаливое сопротивление, превращающееся во всеобъемлющую инертность. Деятельность сводится к минимуму или, чаще, выполняется через силу. Отсюда — непродуктивность, утомляе­мость, хроническая усталость.

Когда при анализе эти внутренние процессы проясняются, обнаружива­ются два фактора, которые, видимо, склонны их закреплять. Пока пациент не вернулся к своей непосредственности, к возможности действовать само­вольно, спонтанно, он может четко видеть, что живет пустой и скучной жизнью, и не видеть, как это можно изменить, потому что (как он считает) он просто не сделал бы вообще ничего, если бы не заставлял себя (вариант:

—238—

*Глава II. Решение “уйти в отставку”: зов свободы*

потому что, чтобы сделать любой пустяк, ему приходится заставлять себя). Другой фактор состоит в том, что его инертность приобрела важную функцию. Он мысленно превращает свой психический паралич в раз и навсегда свалившуюся на него беду и использует его, чтобы отбрасывать самообвинения и презрение к себе.

Бездеятельность, таким образом, принимает вид заслуженной награды, что находит поддержку еще и с другой стороны. Его способ решения кон­фликтов — это их обездвиживание, вот и свои Надо он точно так же пыта­ется “связать”. Он старается избежать ситуаций, в которых они могли бы начать его беспокоить. Вот еще одна причина, по которой он избегает кон­тактов с другими, равно как и серьезного преследования какой-либо цели. Он следует бессознательному девизу, гласящему, что пока он ничего не делает, он не нарушит приказаний никаких Надо и Нельзя. Иногда он рацио­нализирует эти избегания тем, что любая его целеустремленность нару­шила бы права других.

Так внутрипсихические процессы продолжают поддерживать изначаль­ное решение об уходе от людей и постепенно создают то положение связан­ного по рукам и ногам человека, которое и являет нам картина “ухода в отставку”. Это состояние было бы недоступным для терапии (из-за мини­мальных побуждений к переменам), если бы зов свободы не содержал в себе позитивных элементов. Пациенты, в которых он силен, часто быстрее дру­гих понимают вредоносный характер внутренних предписаний. При благо­приятных условиях они могут сразу увидеть их как ярмо, чем они и явля­ются, и могут открыто пойти против них\*. Конечно, сознательная установ­ка сама по себе не изгонит их, но значительно поможет преодолеть их постепенно.

Оглядываясь теперь назад, на общую структуру “ухода в отставку” с точки зрения сохранения целостности, мы видим, как определенные наблюдения приобретают смысл и занимают свое место. Начать с того, что целостность истинно отчужденного человека всегда поражала чуткого наблюдателя. Я первая всегда видела это, но раньше мне было непонятно, что это ядерная, неотъемлемая часть структуры. Отчужденный, замкнув­шийся человек может быть непрактичным, инертным, непродуктивным, с ним может быть трудно иметь дело из-за его настороженности по поводу влияний и близких контактов, но ему присуща, в большей или меньшей степени, искренность, невинность самых глубоких его мыслей и чувств, которые нельзя подкупить, совратить соблазнами власти или успеха, лестью или “любовью”.

Более того, мы узнаем в потребности сохранить внутреннюю цельность еще одну детерминанту основных характеристик типа. Сперва мы видели, что избегания и ограничения были поставлены на службу интеграции. По­том мы увидели, что и они определяются потребностью в свободе, но еще

См. *“Встреча с собой”. “.Американский психоаналитический журнал”.* 1949. Письмо с предисловием К. Хорни.

-239—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

не знали ее смысла. Теперь мы понимаем, что это свобода от вовлечен­ности, влияния, давления, от оков честолюбия и соревнования ради того, чтобы сохранить свою внутреннюю жизнь незапятнанной и непорочной.

Нас может озадачить, что пациент ничего не говорил об этих самых важных вещах. На самом деле, он много раз окольными путями указы­вал, что хочет “остаться собой”; что он боится “утратить индивидуаль­ность” в анализе; что анализ сделает его похожим на всех прочих; что аналитик неумышленно может превратить его с свое подобие и т. п. Но аналитик часто не улавливает полного подтекста таких высказываний. Их контекст наводит на мысль, что пациент или хочет остаться со своим акту­альным невротическим Собственным Я, или стать своим идеальным гран­диозным Собственным Я. А на самом деле пациент защищает status quo. Но его настояния на том, чтобы остаться собой, выражают и тревожную заботу о сохранении целостности его реального Собственного Я, хотя он еще и неспособен его определить. Только в процессе аналитической работы он познает старую истину, что он должен потерять себя (свое нев­ротическое прославляемое Собственное Я), чтобы обрести себя (свое истинное Я).

Результатом этого основного процесса становятся три различных образа жизни. Первую группу можно назвать *“упорная отставка”: в* ней “уход в отставку” и все, что он влечет за собой, проводится в жизнь доста­точно последовательно. Во второй группе зов свободы превращает пассив­ное сопротивление в более активное восстание; это *“бунт”.* В третьей груп­пе берут верх процессы упадка и ведут к *“.барахтанью в луже”.*

Индивидуальные различия в первой группе создаются за счет преобла­дания склонностей к захвату или, напротив, к смирению, а также за счет сте­пени отхода от активной деятельности. Несмотря на тщательную заботу об эмоциональном расстоянии между собой и другими, некоторые лица этой группы все же способны что-то делать для своей семьи, друзей или для тех, с кем сблизились по работе. И, возможно, в силу личной незаинтересо­ванности они часто оказывают очень эффективную помощь. В контрасте с захватническим и со смиренным типом, они не ждут многого в ответ. В противоположность смиренному типу личности их, скорее, раздражает, когда другие принимают их готовность помочь за личную симпатию и хотят еще и дружбы вдобавок к оказанной помощи.

Несмотря на сужение поля деятельности, многие такие люди способны к ежедневной работе. Но она обычно ощущается как обуза, поскольку сила внутренней инерции препятствует ее выполнению. Инерция становится особенно заметной, как только работа накапливается, требует инициативы или включает борьбу за что-то или против чего-то. Мотивация к выпол­нению рутинной работы обычно смешанная. Помимо экономической необ­ходимости и традиционных Надо, часто присутствует еще и потребность быть нужным людям, самому оставаясь замкнутым и отчужденным. Кроме того, повседневная работа может быть средством отделаться от ощущения

—240—

*Глава 11. Решение “уйти в отставку”: зов свободы*

тщетности, охватывающего их, когда они остаются предоставленными самим себе. Они часто не знают, что делать в свободное время. Отношения с людьми слишком натянутые, чтобы приносить удовольствие. Им нравится быть себе хозяином, но они непродуктивны. Даже чтение книг может встре­чать внутреннее сопротивление. И вот они мечтают, думают, слушают музыку, любуются природой, если это доступно без усилий. Они, как пра­вило, не знают о своем тайном страхе перед ощущением тщетности, но автоматически так организуют свою работу, чтобы оставаться самому по себе не получалось.

Наконец, инерция и сопровождающее ее отвращение к регулярной работе могут пересилить. Если у них нет финансовых средств, они делают случайную работу или опускаются до паразитического существования. А если есть небольшие средства, то они лучше сведут свои потребности к самому необходимому, чтобы чувствовать себя свободным делать, что хочется. Но то, что они делают, носит, скорее, характер хобби. Или же они погружаются в полную лень. Этот исход представлен нам талантом Гонча­рова в его незабываемом Обломове, которому лень было даже туфли обуть. Его друг уговаривает его ехать за границу, занимается всеми приготовле­ниями, до последней мелочи. В воображении Обломов уже видит себя в Париже, в горах Швейцарии, и мы с замиранием сердца ждем: поедет или не поедет? Конечно, никуда он не едет. Каждый день куда-то отправляться, получать все новые впечатления — это для него одно беспокойство, слиш­ком большая морока.

Даже не доходя до таких крайностей, всепоглощающая инертность гро­зит опасностью опуститься, как это происходит с Обломовым и его слугой. (Здесь эта группа переходит к “барахтанью в луже” третьей группы.) Она опасна еще и потому, что может выйти за пределы сопротивления тому, чтобы что-то делать, и человеку становится лень уже и думать и чувство­вать. Мысли и чувства становятся чистыми ответными реакциями. Остатки мысли могут зашевелиться от разговора, от замечаний аналитика, но нет энергии, чтобы мысль ожила, и ее струйка иссякает. Остатки чувств, поло­жительных или отрицательных, могут всколыхнуться от визита или письма, но так же затихают, рано или поздно. Письмо может вызвать желание отве­тить на него; но если это не делается сразу, то и забывается. Инерция мысли хорошо видна при анализе и часто очень мешает работе. Становятся труд­ны простые мыслительные операции. Что обсуждалось в прошлый раз — забывается, не в силу особого “сопротивления”, но потому что пациент складывает содержание беседы у себя в голове, как будто чужое барахло. Иногда он чувствует себя беспомощным и запутавшимся при анализе, как при чтении или обсуждении каких-то трудных вещей, потому что напряже­ние, требующееся для сопоставления данных, слишком велико. У одного пациента образ такого бесцельного блуждания возник в сновидении, где он оказывался то там, то здесь — в разных местах по всему свету. У него не было намерения отправляться ни в одно из этих мест; он не знал, ни как он туда попал, ни как выберется оттуда.

—241 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Чем шире распространяется инертность, тем больше она захватывает чувства пациента Ему становятся нужны сильные стимулы, чтобы вызвать ответные чувства вообще Прекрасные деревья в парке больше не возбужда­ют никаких чувств, ему требуется к ним роскошный закат. Такая лень чувств содержит и трагический элемент Как мы видели, “ушедший в отставку” сильно ограничивает свою открытость, чтобы сохранить нетронутой искрен­ность своих чувств. Но если процесс доходит до крайности, то мертвеет именно та свежесть, которую ему хотелось сохранить Следовательно, при параличе ei о эмоциональной жизни он страдает от омертвения чувств боль­ше других, и это может быть именно то обстоятельство, которое ему дейст­вительно хотелось бы изменить. По мере продвижения анализа у него време­нами возникает впечатление, что когда он более активен, его чувства как будто оживают. Но и тут он не соглашается признать, что его эмоциональное омертвение — не что иное, как выражение всепоглощающей инертности, и, следовательно, может измениться только вместе с ее уменьшением

Если сохраняется какая-то активность, и условия жизни вполне снос­ные, картина “упорной отставки” может оставаться неизменной. Так уж не­удачно складываются многие качества этого типа личности, его запреты на стремления и ожидания, его отвращение к переменам и внутренней борьбе, его способность примиряться с положением вещей Однако против них воюет один беспокойный элемент — зов свободы На самом деле “отстав ка” — это подавленный бунт. Пока что в нашем исследовании мы видели выражение этого бунта в пассивном сопротивлении внутреннему и внеш­нему давлению. Но оно в любой момент может превратиться в *открытый бунт* Случится ли это на самом деле, зависит от соотношения сил склон­ности к захвату и к смирению и от того, в какой степени ему удалось спа­стись от омертвения. Чем сильнее его тенденция к захвату, чем больше он — живой человек, тем легче возникнет в нем недовольство ограничен­ностью своей жизни. Если преобладает недовольство внешней ситуацией, тогда перед нами “бунт *против”* Если преобладает недовольство собой, это “война за”.

Окружающая ситуация (дом, работа) может стать настолько неудов­летворительной, что человек, наконец, перестает с ней мириться и в той и in иной форме открыто восстает против нее. Он может уйти из дому и *w с* работы и стать воинственно агрессивным по отношению ко всем знакомым и незнакомым, ко всем соглашениям и общественным институтам. Его уста­новка: “Наплевать мне, чего вы от меня ждете и что обо мне думаете” Это может выражаться более или менее светским путем или в более или менее оскорбительной форме. Это очень интересный ход развития с точки зрения интересов общества Если такой бунт направлен в основном вовне, это — неконструктивный шаг, который уводит его еще дальше от самого себя, хотя и высвобождает его энергию.

Однако бунт может быть внутренним и направленным в основном на внутреннюю тиранию Тогда, в определенных пределах, он может послу-

—242—

*Глава 11 Решение “уйти в отставку” зов свободы*

жить освобождению. В таких случаях чаще идет постепенное развитие, чем бурное восстание, происходит, скорее, эволюция, чем революция Человек все сильнее страдает от своих оков. Он понимает, в какую дыру себя загнал, как мало ему нравится его образ жизни, насколько он подлаживается под правила, как мало, на самом деле, ему важны окружающие, их житейские и нравственные стандарты. Он больше и больше склоняется к тому, что­бы стать “самим собой”, то есть, как мы раньше говорили, любопытной смесью протеста, тщеславия и искренности. Освобождается энергия, и он может делать то, что позволяет ему его одаренность. В повести “Луна и грош” Сомерсет Моэм описал этот процесс в развитии характера худож­ника Стрикленда. И кажется, что и сам Гоген, с которого грубо нарисован этот персонаж, и другие художники прошли эту эволюцию. Естественно, цена ее определяется искусством художника и его одаренностью Излишне говорить, что это не единственный путь к созданию чего-то Это *один* из путей, которым творческие способности, задавленные прежде, могут осво­бодиться для их выражения

Такое освобождение, тем не менее, ограниченное. Те, кто достиг его, по-прежнему несут клеймо “отставки” Они по-прежнему тщательно охра­няют свою отчужденность. Общее их отношение к миру по-прежнему обо­ронительное или воинственное Они по-прежнему равнодушны к личной жизни, за исключением вопросов, касающихся их работоспособности, кото­рая, поэтому, может принять характер одержимости. Все это указывает, что они не разрешили свои конфликты, а нашли лишь работающее компро­миссное решение.

Этот процесс может произойти и во время анализа. А поскольку он приносит, в конце концов, заметное освобождение, некоторые аналитики\* считают его самым желательным исходом Мы, однако, не должны забы­вать, что это лишь частичное решение. Проработав всю структуру “ухода в отставку”, мы можем не только освободить творческую энергию, но и сде­лать человека свободным для лучших отношений с самим собой и другими

Теоретически исход активного бунта демонстрирует решающую роль, которую зов свободы имеет в структуре “ухода в отставку”, и его связь с охраной автономности внутренней жизни И напротив, чем больше чело­век отчуждается от самого себя, тем меньше значит для него свобода, как мы сейчас увидим. Уходя от внутренних конфликтов, от активной жизни, от активной заинтересованности в своем развитии, человек рискует уйти и от глубоких чувств. Ощущение тщеты, составляющее проблему уже при “упорной отставке”, перерастает тогда в ужас пустоты, сводящий с ума Обуздание стремлений и целенаправленной деятельности приводит

\* См Даниел Шнайдер *“Действие невротического паттерна, невротическое искажение творческой способности и сексуальности”* Доклад в Нью-йоркской медицинской акаде­мии (Daniel Schneider *“The Motion of the Neurotic Pattern. Its Distortion of Creative Mastery and Sexual Power”,* 1943)

—243—

***Кирен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

к утрате направления в жизни, к движению по воле волн, куда понесет поток. Настаивая на том, чтобы жизнь была легкой, без боли и трений, можно развратиться, особенно если уступить искушению деньгами, успе­хом, престижем. “Упорная отставка” означает жизнь, полную ограничений, но не безнадежную; человеку все же есть, чем и для чего жить. Но когда теряются из поля зрения глубина и автономность своей собственной жизни, негативные стороны “ухода в отставку” остаются, тогда как позитивные теряют свою ценность. Только тогда “уход в отставку” становится безна­дежным. Человек смещается на обочину жизни. Это характеризует послед­нюю группу, “барахтающуюся в луже”.

Человек, оторванный от себя, словно центробежной силой, теряет и глу­бину и силу чувств. Его отношение к людям становится неразборчивым. Любой становится “очень хорошим другом”, “таким славным парнем”, или “отличной девчонкой”. Но с глаз долой — из сердца вон. Интерес к ним утрачивается при малейшей провокации, он даже не пытается разобраться, что же там случилось. Отчужденность превращается в безразличие.

И радости становятся мелкими. Сексуальные похождения, еда, вы­пивка, сплетни, игра или политические махинации становятся основным содержанием его жизни. Он утрачивает чувство главного, настоящего. Интересы становятся поверхностными. У него больше нет своих суждений или убеждений; вместо них он довольствуется сегодняшним мнением. Он трепещет в благоговейном страхе перед тем, что “люди подумают”. Вме­сте с тем, он теряет веру в себя, в других, в любые ценности. Он стано­вится циничным.

Можно выделить три формы “жизни в луже”, отличающиеся друг от друга некоторыми акцентами. В первой значение придается *“веселью”,* тому, чтобы хорошо провести время. Со стороны это может выглядеть как вкус к жизни, противоречащий основной характеристике “ухода в отстав­ку”, не-хотению. Но движущий мотив здесь — не достижение удовольствия, а необходимость стряхнуть с себя гнетущее ощущение пустоты, забыться, рассеяться среди забав. В “Харперз Мэгэзин” \* я нашла стихотворение под названием “Палм Спрингз”, рисующее этот поиск развлечений у празд­ного класса.

Как хочу я туда,

Где веселье всегда,

Где девчонки одеты как надо.

Где умишки молчат,

А деньжонки шуршат

На полу, на столах и в карманах.

Конечно, это мечты богатых бездельников, но они распространяются и на людей с доходом ниже среднего. В конце концов, это вопрос кошелька, ищут ли “веселья” в дорогом ночном клубе, на коктейле, театральном

\* Из статьи “Палм Спрингз: ветер, песок и звезды”. Кливленд Амори. —244—

*Глава 11. Решение “уйти в отставку”: зов свободы*

вечере или собираются у кого-то дома, чтобы выпить, поиграть в карты, поболтать. Можно собирать марки, стать гурмэ, ходить в кино, и все это прекрасно, если это не единственное реальное содержание жизни. Общест­во не обязательно: можно читать фантастику, слушать радио, смотреть телевизор, мечтать. Если развлекается компания, то строжайше избегают двух вещей: нельзя ни на секунду оставаться одному, и нельзя заводить серьезных разговоров. Последнее считается дурными манерами. Цинизм прикрыт тонкой пленкой “терпимости” или “широты взглядов”.

Во второй группе предпочтение отдается *престижу* или *случайному успеху.* Запрет на стремления и усилия, характеризующий “уход в отстав­ку” здесь не снимается. Мотивация смешанная. Отчасти это желание иметь много денег, что облегчит жизнь. Отчасти это потребность искусственным путем поднять самооценку, которая у всей группы “барахтающихся в луже” стремится к нулю. Однако с утратой внутренней независимости этого мож­но достичь, только подняв себя в глазах других. Кто-то пытается написать книгу: вдруг выйдет бестселлер; кто-то женится на деньгах; кто-то вступает в политическую партию, членство в которой обещает какие-то преиму­щества. В общественной жизни погоня идет не за весельем, а за престижем:

принадлежностью к определенному кругу, возможностью посещать опре­деленные места. Единственная моральная заповедь — не быть дураком;

уметь изворачиваться, не попадаясь. Джордж Элиот дает нам в “Ромоле” блестящий портрет оппортуниста, человека случая, в фигуре Тито. Мы видим, как он уворачивается от конфликтов, ищет легкой жизни, отсут­ствия обязательств и постепенно нравственно опускается. Последнее не случайно, этого не может не произойти, если нравственное чутье все сла­беет и слабеет.

Третья форма — это *“хорошо смазанная машина”.* Здесь потеря под­линных мыслей и чувств приводит к расплющиванию личности, мастерски описанном Марканом у многих его персонажей. Такой человек уже легко прилаживается к другим и усваивает их правила и условные соглашения. Он чувствует, думает, делает, верит в то, чего от него ждут или считают пра­вильным окружающие. Эмоциональная омертвелость здесь не больше, а просто заметнее, чем в остальных двух группах.

Фромм \* хорошо описал эту сверхприспособленность и увидел ее соци­альное значение. Если включить сюда, как мы и должны, остальные две формы “барахтанья в луже”, это значение тем больше, что такой образ жизни отнюдь не редок. Фромм правильно указал, что эта картина отлича­ется от обычного течения неврозов. Невротика очевидным образом влекут по жизни и мучают его конфликты; а это — другие люди. У них часто нет и особых “симптомов”, вроде тревоги и депрессии. Впечатление вкратце таково, что они не страдают от нарушений, а им словно недостает чего-то. Фромм заключает, что это скорее дефектное состояние, чем невротиче­ское. Он рассматривает этот дефект не как прирожденный, а как результат

Э. Фромм. *“Индивидуальные и социальные корни невроза”,* 1944. —245—

***Каре” Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

того, что точность была сломлена с детства силой “Дефектность” Фромма и мое “барахтанье в луже” могут показаться лишь разными названиями, но, как это часто бывает, разница в терминологии вытекает из разного осмыс­ления явления. Если подумать, то трактовка Фромма вызывает два интерес­ных вопроса' правда ли, что “барахтанье в луже” — состояние, не имеющее ничего общего с неврозом, или же это исход описанного мной процесса? И второй: на самом ли деле люди, “барахтающиеся в луже”, лишены глу­бины, нравственного чувства, независимости?

Эти вопросы взаимосвязаны. Давайте посмотрим, что нам покажет ана­литическое наблюдение. Оно возможно, поскольку эти люди иногда прихо­дят к аналитику. Конечно, если процесс дошел полностью до “барахтанья в луже”, стимулов для терапии у них уже не остается. Но когда дело не зашло еще так далеко, они могут обратиться по поводу психосоматического расстройства, либо повторяющихся неудач, затруднений в работе и усили­вающегося чувства тщеты. Они, возможно, чувствуют, что катятся вниз, и это нарушает их покой. Наше первое впечатление при их анализе, что это просто праздный интерес. Они скользят по поверхности, им не хватает пси­хологического любопытства, у них на все готово простое объяснение, а интересны им чисто внешние вещи, связанные с деньгами или прести­жем. Все это наводит на мысль, что есть нечто большее в их истории, чем то, на что наталкивается взгляд. Как описывалось выше, в рамках общего движения к “отставке”, в их жизни был период, в подростковом возрасте или в юности, когда у них были активные стремления, а потом они пере­жили эмоциональный дистресс. Это не только положило начало их состоя­нию гораздо позже, чем предполагает Фромм, но и указывает на то, что оно — исход невроза, проявившегося в то время.

По мере продвижения анализа становится заметно удивительное рас­хождение между их явью и снами. Сны недвусмысленно обнажают эмо­циональную глубину и потрясение. Эти сновидения, и часто они одни, рас­крывают глубоко похороненную печаль, ненависть к себе и другим, жалость к себе, отчаяние, тревогу. Другими словами, под гладкой поверхностью *есть* мир конфликтов и страстей. Мы пытаемся разбудить их интерес к своим сновидениям, но они силятся не обращать на них внимания. Они живут в двух мирах, почти не сообщающихся. Более и более мы понимаем, что не поверхностность им свойственна, а страстное желание держаться подальше от собственной глубины. Они бросают туда бепый взгляд и птот-но захлопывают дверь, будто ничего не случилось. Немного позже чувства могут неожиданно всплыть в их яви из заброшенных глубин души; и тогда какое-то воспоминание заставляет плакать, вдруг появляется ностальгия или религиозные чувства — и опять исчезают. Эти наблюдения, подтвержда­емые дальнейшей аналитической работой, противоречат концепции “де­фектности” и указывают на целенаправленное бегство от внутренней жизни

Рассматривая “барахтанье в луже” как неудачный исход невротиче­ского процесса, мы получаем менее пессимистический настрой, как в смыс-

—246—

*Глава 11 Решение “)йти в отставку” зов свободы*

ле профилактики, так и терапии. “Жизнь в луже” сейчас так рапространена, что весьма желательно было бы распознавать это нарушение вовремя, *что­бы* предотвратить такой ход развития. Профилактика его совпадает с пре­вентивными мерами по отношению к неврозу вообще. Была проделана уже бопьшая работа, но еще больше нужно и, видимо, можно сделать, особенно в школах.

Для любой терапевтической работы с “ушедшими в отставку” пациен­тами первое требование — признать их состояние невротическим наруше­нием, а не отбрасывать его, как особенность конституции или культуры. Последняя концепция подразумевает, что изменить его нельзя, или же, что это проблема не для психиатров. До сих пор она менее изучена, чем другие невротические проблемы. Возможно, что она вызывает меньший интерес по двум причинам Многие нарушения, присущие этому процессу, хотя и могут сузить жизнь человека, наступают довольно незаметно, и потому не так уж настоятельно требуют печения. С другой стороны, грубые наруше­ния, которые могут возникнуть на этом фоне, не связаны с основным про­цессом. Единственный фактор процесса, с которым близко знакомы психи­атры, это отчужденность, (отрешенность). Но процесс “ухода в отставку” заключает в себе гораздо больше проблем и создает гораздо больше труд­ностей при лечении. И с ними можно успешно справляться, только пол­ностью понимая их динамику и значение.

Глава 12

Невротические искажения отношения к людям

Хотя в этой книге основное внимание уделяется внутрипсихическим процессам, мы не можем описывать их отдельно от межличностных. Сде­лать этого мы не можем потому, что, на самом деле, между теми и другими идет постоянное взаимодействие. Даже вначале, говоря о погоне за сла­вой, мы видели, что такие ее элементы, как потребность быть выше других или торжествовать над ними, напрямую связаны с межличностными отно­шениями. Невротические требования, вырастая из внутренних потреб­ностей, в основном направлены на других. Мы не можем обсуждать невро­тическую гордость без тех последствий, которые имеет для отношений с людьми ее уязвимость. Мы видели, что каждый отдельный внутрипсихи-ческий фактор может быть вынесен вовне, и как радикально этот процесс изменяет нашу установку по отношению к другим. Наконец, мы обсуждали более специфические формы отношения к людям, свойственные главным решениям внутренних конфликтов. В этой главе я хочу вернуться от част­ного к общему и сделать краткий систематический обзор того, как наша гор­дыня влияет на наше отношение к другим.

Начать с того, что гордыня отдаляет невротика от других, делая его *эго­центричным.* Чтобы быть правильно понятой: под эгоцентричностью я по­нимаю не эгоизм или себялюбие в смысле интереса лишь к собственной выгоде. Невротик может быть невероятно себялюбивым или начисто лишен­ным себялюбия — в себялюбии нет ничего характерного для невроза вообще. Но он всегда эгоцентричен в смысле замкнутости на самом себе. Его эгоцен­тризм вовсе не очевиден: он может быть “одиноким волком” или жить дру­гими и ради других. Тем не менее, в любом случае он живет своей личной религией (верой в свой идеальный образ), подчиняется своим собствен­ным законам (своим Надо) за колючей проволокой своей гордыни и сам себя стережет от опасностей, грозящих снаружи и изнутри. В результате он не только более изолирован эмоционально, но ему становится все труднее уви­деть в другом человеке личность со своими правами, отличную от него само­го. Все его внимание уходит на главную его заботу — на него самого.

Образы других поэтому туманятся, хотя еще не искажаются. Но есть и другие грани его гордыни, которые еще более резко препятствуют ему в том, чтобы увидеть других людей такими, как они есть, и отвечают за несомненное *искажение* его представлений о них. Мы не отделаемся от

—248—

*Глава 12. Невротические искажения отношения к людям*

этой проблемы, сказав уклончиво, что, конечно же, наша концепция другого туманна в той же степени, что и наша концепция самого себя. Это, в первом приближении, правильное предположение, но только в первом, поскольку здесь проводится прямая параллель между искаженным видением себя и искаженным видением других. Мы получим более точную и полную кар­тину искажений образов других, если исследуем, какие грани гордыни порождают эти искажения.

Отчасти актуальные искажения появляются потому, что невротик видит других *в свете потребностей,* порожденных гордыней. Эти потребности могут быть направлены на других людей или повлиять на отношение к ним непрямым образом. Его потребность в восхищении превращает их в восхи­щенную публику. Его потребность в помощи волшебника наделяет их зага­дочными магическими способностями. Его потребность оказаться правым делает их неправыми и грешными. Его потребность в торжестве делит их на последователей и соперников-интриганов. Его потребность обижать других, оставаясь безнаказанным, делает их “невротиками”. Его потребность ума­лить себя превращает их в гигантов.

И наконец, он видит других *в свете своего вынесения во вне* (про­екций). Он не воспринимает своей собственной самоидеализации; вместо этого он идеализирует других. Он не воспринимает своей собственной тира­нии; это другие его тиранят. Самую большую роль в отношении к другим играет вынесение вовне ненависти к себе. Если это преимущественно актив­ная тенденция, он склонен видеть других как жалких и ничтожных люди­шек. Если что-то идет не так, это они виноваты. Они должны быть совер­шенными. Верить им нельзя. Нужно их изменить и переделать. Поскольку это бедные, заблуждающиеся смертные, он, как Бог, должен отвечать за них. В случае преобладания пассивной тенденции другие — это судьи, гото­вые обвинить его и вынести приговор. Они держат его в рабстве, издеваются над ним, принуждают и запугивают его. Они его не любят, он им не нужен. Он должен их умасливать и соответствовать их ожиданиям.

Вероятно, вынесение вовне — самый влиятельный среди всех факторов, искажающих взгляд невротика на других. И увидеть его у себя ему труднее всего. Ибо, по его же собственному опыту, другие и *есть* такие, какими он видит их в свете своего вынесения вовне, а он просто отвечает им в соответ­ствии с тем, что это за люди. Он не понимает, что фактически отвечает тому, что сам сказал за другого.

Вынесение вовне тем труднее увидеть, что оно часто смешивается с его реакциями на других на почве его потребностей или фрустрации этих потребностей. Было бы неоправданным обобщением заявить, например, что все раздражение на других, по сути,— вынесение вовне нашей злости на себя. Только тщательный анализ конкретной ситуации позволит нам разли­чить, на самом ли деле человек разъярен на себя, и в какой степени, или же он действительно сердится на других, скажем, за фрустрацию своих тре­бований. И наконец, его раздражение несомненно может проистекать из

—249—

***Карен Хорчи.*** *Невроз и личностный рост*

обоих источников. Когда мы анализируем себя или других, мы всегда обя­заны уделить *беспристрастное* внимание обеим возможностям, то есть не должны склоняться исключительно к одному или другому объяснению. Только тогда мы постепенно увидим, как и до какой степени оба источника влияют на наше отношение к другим.

Но даже если мы понимаем, что привносим нечто в наше отношение к другим, нечто, к ним не относящееся,— от такого осознания вынесение вовне еще не прекращается. Мы можем ослабить его только в той степени, в какой “возьмем его обратно” и сможем воспринять происходящий в дан­ном случае свой внутренний процесс.

Мы можем грубо выделить три способа, которыми представление о дру­гих может быть искажено вынесением вовне. Искажения могут быть резуль­татом того, что другие наделяются свойствами, которыми не обладают, или обладают в ничтожно малой степени. Невротик может видеть других пол­ностью идеальными, наделять их богоподобным совершенством и властью. Он может видеть их презренными и виноватыми. Он может превращать их в гигантов или в карликов.

Вынесение вовне может сделать его слепым к реальным достоинствам или слабостям других. Он может переносить на них свои собственные (не­осознанные) запреты на эксплуатацию или ложь и, следовательно, может не увидеть в них даже кричащих намерений эксплуатировать его или обма­нуть. Или же, удушив свои собственные позитивные чувства, он может ока­заться неспособным к осознанию дружеского расположения других или их преданности. Он будет склонен считать их притворщиками и следить, как бы “не попасться на эту удочку”.

Наконец, его вынесение вовне может сделать его очень зорким по отно­шению к определенным тенденциям других людей. Так, один пациент, кото­рый про себя считал, что он один обладает всеми христианскими добро­детелями и был слеп к своим выраженным хищническим склонностям, моментально замечал притворство в других, особенно претензии на доброту и любовь. Другой пациент, со значительной неосознанной предрасполо­женностью к неверности и вероломству, живо реагировал на эти тенденции у других. Такие случаи, кажется, противоречат моему утверждению об ис­кажающей силе вынесения вовне. Не будет ли более корректным сказать, что вынесение вовне может действовать и так и так: ослеплять человека в определенном плане или делать его особенно зорким? Я так не думаю. Его острый глаз на определенные качества других пристрастно косит, посколь­ку эти качества имеют очень важное значение для него самого. Поэтому они так вырастают, что человек, ими обладающий, исчезает как личность и пре­вращается для него в символ этих особых, вынесенных им вовне, его собст­венных склонностей или тенденций. Следовательно, рисунок всей личности другого получается таким искаженным, что он решительно неверен. Есте­ственно, что такое вынесение вовне осознать труднее всего как таковое, поскольку сам пациент всегда может найти убежище в том “факте”, что его наблюдения над другим точны.

—250—

*Глава 12. Невротические искажения отношения к людям*

Все упомянутые факторы (требования невротика, его реакции на дру­гих, его вынесение вовне) затрудняют другим общение с ним, по крайней мере, в любых близких отношениях. Но сам невротик видит это иначе. По­скольку в его глазах его потребности или требования, вытекающие из них,— совершенно законные, если они вообще осознаются; поскольку его реакции на других, точно так же,— оправданные; поскольку его вынесение вовне — только ответ на имеющиеся у других установки, то он обычно не знает о том, как им с ним непросто, считая, что с ним действительно легко жить. Хотя и вполне понятная, это все же иллюзия.

Другие, насколько позволяют их собственные трудности, часто очень стараются мирно ужиться с явно невротичным членом семьи. И здесь его вынесение вовне снова воздвигает великую преграду их стараниям. По­скольку вынесение вовне, по самой своей природе, имеет мало общего, если вообще имеет, с реальным поведением других, то они беспомощны против него. Например, они стараются примириться с воинственной право­той невротика, не противореча и не критикуя его, заботясь о его одежде и еде в точности так, как он того желает, и т. п. Но сама горячность их ста­раний возбуждает в нем самообвинения и он начинает ненавидеть других, чтобы предотвратить собственное чувство вины (например, как мистер Хикс в “Мороженщике”).

В результате всех этих искажений чувство *небезопасности,* кото­рое невротик испытывает в связи с другими людьми, значительно усилива­ется. Хотя он может считать себя проницательным наблюдателем, знаю­щим людей, может быть уверен, что всегда правильно оценивает других, все это, в лучшем случае, только отчасти верно. *Наблюдательность и рассудочная критичность не заменят внутренней уверенности в других, которая свойственна тому, кто реалистично подходит к себе, как к себе, а к другим, как к другим, и кто не колеблется в их оценке под действием всевозможных компульсивных потребностей.* Несмотря на глубокую неуверенность в других, невротик может быть спо­собен к достаточно точному описанию их поведения и даже некоторых невротических механизмов, если он обучен наблюдению над другими людьми на уровне рассудка. Но отсутствие чувства безопасности неиз­бежно скажется в его взаимодействии с ними, если он испытывает это чувство, вызываемое искажениями образов других. Тогда оказывается, что картина, которая сложилась у него путем наблюдений и умозаключе­ний, и основанные на ней оценки не обладают постоянством. Слишком много субъективных факторов участвует в формировании его установок, поэтому они и могут так быстро меняться. Он может легко настроиться против человека, к которому относился с величайшим уважением, или потерять к нему интерес, и так же легко кто-то новый вдруг возвышается в его глазах.

Эта внутренняя неувереность в других заявляет о себе разными путями;

два из них кажутся нам достаточно постоянными и независимыми от осо­бенностей невротической структуры. Во-первых, невротик не знает, как

—251 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

он относится к другому человеку, и как тот относится к нему. Он может называть его другом, но слово утрачивает при этом свои глубокий смысл. Любой спор, любой слушок, любое недопонимание того, что друг говорит, делает или не делает, могут не только вызвать временные сомнения, но поколебать отношения до основы.

Во-вторых, это неопределенность, нерешительность невротика в вопро­сах доверительности или доверия. Дело не столько в том, что он дает дру­гому слишком много или слишком мало веры, сколько в том, что и в глуби­не души ему непонятно, в чем другому можно верить, а в чем уже нет. При более сильном чувстве неопределенности становится непонятным, на что вообще способен и неспособен другой — на какое благородство, на какую подлость; пусть даже он был тесно связан с ним много лет.

В своей фундаментельной неуверенности в других он, как правило, склонен ожидать худшего — сознательно или бессознательно,— поскольку его гордыня также *усиливает его страх перед людьми.* Неуверенность тесно переплетена со страхом, поскольку, пусть даже другие на самом деле серьезно угрожают ему, его страх не взвивался бы так легко до небес, если бы его представление о других и без того не было искажено. Наш страх перед другими, вообще говоря, зависит как от их власти причинить нам боль, так и от нашей беспомощности. И оба эти фактора крепко поддержи­вает гордыня. Неважно, насколько задиристую самоуверенность создает она на поверхности; изнутри она ослабляет личность. Происходит это, в первую очередь, из-за отчуждения от себя, но участие принимают и пре­зрение к себе и создаваемые гордыней внутренние конфликты, разрываю­щие личность на части. Причина лежит в расширении уязвимости личности невротика. Он становится уязвим с разных сторон. Так легко становится задеть его гордыню, или вызвать у него чувство вины или презрения к себе. Его требования такой природы, что обречены на фрустрацию. Его равнове­сие такое хрупкое, что нарушить его ничего не стоит. Наконец, его выне сение вовне и враждебность к другим, вызванная не только этим, но и мно­гими другими факторами, делает других куда более грозными, чем они есть на самом деле. Все эти страхи отвечают за то, что его основная позиция по отношению к другим — оборонительная, неважно, принимает она форму заискивания или более агрессивную форму.

Глядя на эти факторы, мы поражаемся их сходством с компонентами базальной тревоги, которая, повторим, представляет собой чувство одино­чества и беспомощности в потенциально враждебном мире. И принципиаль­ное влияние гордыни на человеческие взаимоотношения на самом деле таково: *она усиливает базалъную тревогу.* То, что во взрослом невротике мы идентифицируем как базальную тревогу, не базальная тревога в ее изна­чальной форме, а скорее, тревога “с процентами”, наросшими за годы про­текания внутрипсихических процессов. Она стала более сложной установ­кой по отношению к другим, и состав этой установки определяют более сложные факторы, чем те, которые участвовали изначально. Точно так же.

—252—

*Глава 12. Невротические искажения отношения к людям*

как ребенок, вследствие своей базальной тревоги, вынужден искать особые пути обращения с другими людьми, так и взрослый невротик должен, в свою очередь, найти такие пути. И он находит их — в главных решениях, которые мы уже описывали. Хотя эти решения тоже несут черты сходства с ранними решениями (двинуться к людям, против них или прочь от них), на самом деле, новые решения (смириться, захватить все вокруг или уйти в отставку) отличны по своей структуре от старых. Хотя и они определяют формы отношения к людям, они становятся принципиальными решениями внутрипсихических конфликтов.

Чтобы завершить картину: гордыня усиливает базальную тревогу, но в то же время наделяет других сверхважным значением, через потребности, создаваемые ею. Другие становятся сверхважны, просто незаменимы для невротика, потому что призваны непосредственно подтвердить ложные ценности, на которые он претендует, своим восхищением, одобрением, любовью. Его невротическое чувство вины и презрение к себе настойчиво требуют оправданий. Но сама ненависть к себе, породившая эту потреб­ность, делает почти невозможным найти эти оправдания в своих собствен­ных глазах. Он может найти их только в глазах других. Они должны дока­зать ему, что он обладает теми ценностями, которые стали так важны для него. Он должен показать им, какой он хороший, удачливый, успешный, способный, интеллигентный, могущественный и что может с ними или для них сделать.

Более того, для погони хоть за славой, хоть за оправданиями, он нуж­дается в побуждениях со стороны и, действительно, большую долю побуж­дений получает снаружи. Это яснее всего видно у смиренного типа, кото­рый вряд ли что-то может сделать сам и для себя. Но разве таким актив­ным и энергичным был бы более агрессивный тип, если бы не побуждение поразить, покорить или унизить других? Даже “бунтовщик” все еще нуж­дается в других, чтобы взбунтоваться против них, ради высвобождения своей энергии.

Не в последнюю очередь невротик нуждается в других, чтобы защи­титься от ненависти к себе. Фактически подтверждение своего идеального образа, которое он получает от других, как и возможность самооправдания, вооружают его против ненависти к себе. Кроме того, очевидным и менее очевидным образом он нуждается в других, чтобы смягчить тревогу, вызы­ваемую приступами ненависти и презрения к себе. И, главное, если бы не Другие, он бы не мог обеспечить себя самым могучим средство защиты;

вынесением вовне.

Так получается, что гордыня приносит ему принципиальную несовмес­тимость с другими: он чувствует себя далеким от людей, неуверен в них, боится их, враждебен к ним, и все-таки они ему жизненно важны.

Все эти факторы, нарушающие отношения с людьми вообще, неизбеж­но включаются и в любовные отношения, как только они становятся сколь­ко-нибудь продолжительными. Это самоочевидно с нашей точки зрения,

—253—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

но нужно об этом сказать, поскольку у многих есть ложное убеждение, что любовные отношения будут хорошими, если только партнеры будут полу­чать сексуальное удовлетворение. Действительно, сексуальные отношения могут временно ослабить напряжение или даже закрепить отношения людей, если они основаны на невротическом фундаменте, но они не могут оздоровить их. Поэтому обсуждение невротических проблем в браке или в равноценных отношениях в принципе не прибавит ничего к тому, что уже было изложено. Но внутрипсихические процессы имеют особое влияние на *значение и функции, которые любовь и секс приобретают для невро­тика.* И я хочу заключить эту главу, представив некую общую точку зрения на природу этого влияния.

Смысл и значимость, которые *любовь* имеет для невротической лич­ности, так разнятся в зависимости от типа принятого им решения, что мы не можем их обобщить. Но во все отношения невротика всегда вмешивается одно нарушение: глубоко укоренившееся чувство, что его полюбить невоз­можно. Я говорю здесь не о том, что он считает, что его не любит тот или другой человек, а о его убеждении, которое может доходить до бессозна­тельной веры, что его не любит и не мог бы полюбить никто и никогда. О да, он может быть уверен, что другие любят его за внешность, голос, помощь или за сексуальное удовлетворение, приносимое им. Но они не любят его самого, потому что это просто невозможно. Если действительность проти­воречит этому убеждению, он склонен отбрасывать ее свидетельства, на разном основании. Возможно, этот человек одинок, ищет, к кому бы при­слониться, или склонен к благотворительности и т. п.

Но вместо того, чтобы взяться за эту проблему (если он ее осознает) прямо, он подходит к ней то с одного бока, то с другого, не замечая в этих подходах противоречия. С одной стороны, даже если он и не особенно забо­тится о любви, он склонен держаться за иллюзию, что когда-нибудь, где-нибудь да встретит “того” человека, который его полюбит. С другой сто­роны, он приобретает ту же установку, что и по отношению к уверенности в себе: он считает, что любят независимо от существующих достойных любви качеств. А поскольку он отделяет возможность полюбить его от личных качеств, он не видит возможности что-то изменить в этом плане в ходе своего развития. Поэтому он склонен к фатализму и считает то, что его не любят, загадочным, но непоколебимым фактом.

Смиренный тип легче всего осознает свое убеждение в том, что его невозможно любить, и, как мы видели, больше всех старается взрастить в себе приятные качества или, по крайней мере, их видимость. Но даже он, с его поглощающей заинтересованностью в любви, не приходит сам собой к вопросу: отчего же именно он так уж убежден в том, что его невозможно полюбить?

У этого убеждения есть три основных источника. Первый из них — ухудшение способности невротика любить самому. Эта способность ухуд­шается неизбежно, в силу всех тех факторов, которые мы обсуждали в этой главе: он слишком погружен в себя, слишком уязвим, слишком боится

- 254—

*Глава 12. Невротические искажения отношения к людям*

людей и т. д. Хотя связь между чувством, что ты достоин любви, и способ­ностью любить самому достаточно часто признается интеллектуально, она имеет глубокий жизненный смысл для очень немногих из нас. Однако если наша способность к любви хорошо развита, нас не беспокоит вопрос, мож­но нас любить или нет. Не является тогда и вопросом решающей важности, на самом ли деле нас любят другие.

Второй источник убеждения невротика в том, что его невозможно любить,— его ненависть к себе и ее вынесение вовне. Пока он не принимает сам себя (считает себя на самом деле достойным ненависти или презре­ния), как он может поверить, что кто-то другой может его полюбить?

Эти два источника, мощных и всегда действующих при неврозе, отве­чают за то, что невротика не так-то легко излечить от его чувства, что его невозможно любить. Мы видим его у пациента и можем изучать его послед­ствия для любовной жизни. Но оно может ослабеть только в той степени, в какой ослабеет его источник.

Третий источник действует не так прямо, но его важно упомянуть по другой причине. Невротик ждет от любви больше, чем она, в лучшем слу­чае, может дать (ждет “совершенной любви”), или ждет чего-то другого, что она может дать (например, любовь не освободит его от ненависти к себе). А потому, как бы его на самом деле ни любили, никакая любовь не выполнит его ожиданий, и он склонен чувствовать, что его не любят “по-настоящему”.

Эти ожидания от любви могут быть самими различными. Вообще гово­ря, она призвана удовлетворить многие невротические потребности, часто сами по себе противоречивые, или, в случае смиренного типа — все его потребности. И тот факт, что любовь ставится на службу невротическим потребностям, делает ее не только желанной, но смертельно необходимой. Таким образом, мы находим в любовной жизни ту же несовместимость, которая существует по отношению к людям вообще: преувеличенная потребность в ней и сниженная способность к ней.

Возможно, было бы столь же неверно проводить четкое различие меж­ду любовью и сексом, как и слишком тесно связывать их (Фрейд). Однако поскольку при неврозе сексуальное возбуждение или желание чаще отделе­но от чувства любви, чем связано с ним, я хочу сделать несколько особых замечаний по поводу роли *сексуальности* при неврозе. Естественные функ­ции сексуальности — физическое удовлетворение и удовлетворение потребности в близости с другим человеком. Кроме того, сексуальное функ­ционирование человека повышает его уверенность в себе с разных сторон. Но при неврозе все эти функции расширяются и приобретают иную окраску. Сексуальная активность начинает облегчать не только сексуальное напря­жение, но и многочисленные несексуальные виды психических напряжений. Она служит проводником презрения к себе (при мазохизме) или средством отыграть самомучительство, унижая или мучая партнера сексуально (сади­стская практика). Это самый частый путь смягчения тревоги. Сам человек

— 255 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

не осознает таких связей. Он может даже не осознавать, что испытывает особое напряжение или тревожится, а чувствовать только сексуальное возбуждение или желание. Но при анализе мы можем точно проследить эти связи. Например, пациент подходит вплотную к восприятию ненависти к себе, и вдруг у него возникают планы или фантазии переспать с какой-то девушкой. Или же он говорит о какой-то своей слабости, которую глубоко презирает, и появляются садистские фантазии о том, как пытают кого-то более слабого, чем он.

Естественная функция сексуальности — установление близкого кон­такта с другим человеком, также часто приобретает преувеличенные про­порции. Про замкнувшихся в себе людей хорошо известно, что для них сексуальность может быть единственным мостиком к другому человеку, но роль ее не ограничивается тем, что она становится очевидной заменой чело­веческому общению. Мы увидим это, глядя на поспешность, с которой люди могут ринуться в сексуальные отношения, не давая себе подумать, есть ли у них хоть что-нибудь общее, хоть какой-то шанс понравиться друг другу, понять друг друга. Конечно, есть вероятность, что эмоциональная близость сложится у них позже. Но чаще этого не происходит, потому что обычно первоначальный порыв сам по себе уже знак того, что у них слиш­ком большие трудности в установлении хороших человеческих отношений.

Наконец, нормальна связь между сексуальностью и уверенностью в себе, а здесь возникает связь между сексуальностью и гордыней. Сексу­альное функционирование, привлекательность, желанность, выбор парт­нера, качество и разнообразие сексуального опыта — все это становится не предметом желаний или удовольствия, а предметом гордости. Чем больше личный фактор в любви слабеет, а сексуальный усиливается, тем больше бессознательная озабоченность по поводу возможности любви к себе сменя­ется озабоченностью своей привлекательностью\*.

Эти расширенные функции, которые приобретает сексуальность при неврозе, не обязательно ведут к усиленной, по сравнению с относительно здоровым человеком, сексуальной активности. Может произойти и это, но они могут также повести к усилению запретов. Сравнение со здоровым человеком вообще трудно провести, поскольку даже в “норме” существует масса различий: по сексуальной возбудимости, по силе и частоте сексуаль­ных желаний, по формам сексуального самовыражения. Но все же есть одно значительное различие. Мы говорили о нем в связи с воображением\*\*:

сексуальность ставится на службу невротическим потребностям. По этой причине она часто приобретает *не подобающую* ей важность, в смысле заимствования значимости из несексуальных источников. Хуже того, по той же причине сексуальные функции легко нарушаются. Тут и страхи, тут и ворох запретов, тут же замешивается и проблема гомосексуальности, и перверсии. Наконец, поскольку сексуальная активность (включая мастур-

\* См. обсуждение презрения к себе в главе 5. \*\* См. главу 1.

-256-

*Глава 12. Невротические искажения отношения к людли*

бацию и фантазии) и особеннности ее формы определяются (или, по край­ней мере, отчасти определяются) невротическими потребностями или запретами, она часто делается компульсивной. Все эти факторы могут при­вести к тому, что невротический пациент начинает вступать в сексуальные отношения не потому, что он этого хочет, а потому что Надо угодить парт­неру; потому что Надо получить знак, что его хотят или любят; потому что Надо успокоить какую-то тревогу; потому что Надо доказать свою власть или потенцию и т. п. Сексуальные отношения, другими словами, меньше определяются реальными желаниями и чувствами, чем влечением к удов­летворению каких-то компульсивных потребностей. Даже если не возни­кает никакого намерения унизить его, партнер перестает быть личностью и становится сексуальным “объектом” (Фрейд)\*.

Подходы невротика к этим проблемам так бесконечно разнообразны, что я не буду и пытаться здесь обрисовать все возможности. *Особые затруднения в любви и сексе, в конце концов, лишь одно из выражений общего невротического расстройства.* Такое разнообразие существует потому, что оно определяется не только индивидуальной структурой харак­тера невротика, но и особенностями его прошлых и нынешних партнеров.

Это может показаться искусственным разграничением, поскольку из нашего анализа выяснилось, что чаще, чем это предполагалось ранее, выбор партнера делается бессознательно. Верность этой концепции подтвержда­лась вновь и вновь. Но мы были склонны перейти к другой крайности, пола­гая, что каждый партнер — это индивидуальный выбор; а такое обобщение неверно. Его нужно ограничить в двух направлениях. Сперва необходимо спросить: кто делает “выбор”? Само слово предполагает возможность выбирать и разбираться в выбранном партнере. Обе возможности у невро­тика ограничены. Он способен выбирать только в той степени, в какой его представления о других не искажены всеми теми факторами, которые мы уже обсудили. И в этом строгом смысле то, что остается, вряд ли заслужи­вает названия выбора. Под “выбором партнера” подразумевается чувство влечения к другому на почве неудовлетворенных требований невротика:

его гордости, его потребности властвовать или эксплуатировать, его потребности капитулировать и т. п.

Но даже в этом ограниченном смысле у невротика немного шансов “выбрать” партнера. Он может вступить в брак, потому что так положено, и может быть так отчужден от самого себя и так далек от других, что всту­пает в брак с тем, кого ему случилось узнать чуть получше, или с тем, кто этого хочет. Его самооценка из-за презрения к себе может быть столь низ­кой, что он просто не может подойти к тем лицам противоположного пола, которые привлекают его, пусть даже по невротическим причинам. Добавив к этим психологическим ограничениям фактическое — он часто знает очень

Подходя к теме с точки зрения половой морали, английский философ Джон Макмюррей в работе *“Рассудок и чувство”* делает критерием ценности сексуальных отношений искрен­ность чувств. (John Macmurray. *“Reason and Emotion”.* Faber and Faber Ltd. London, 1935).

—257—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

мало доступных ему партнеров,— мы поймем, как мало остается на долю случайности.

Не пытаясь воздать должное бесконечному разнообразию эротических и сексуальных переживаний, являющемуся результатом многообразия вовлеченных факторов, я только укажу на некоторые общие тенденции, действующие в невротической установке по отношению к любви и сексу. *Он может быть склонен исключить любовь* из своей жизни. Он может умалять или отрицать ее значение или даже ее существование. Любовь тогда кажется ему не предметом желаний, а, скорее, тем, чего следует избе­гать или презирать, как самообман слабых.

Такая тенденция к исключению любви тихо, но определенно действует у “ушедшего в отставку”, отчужденного и замкнутого типа. Индивидуаль­ные различия в этой группе в основном касаются установки по отношению к сексуальности. Он может выбросить из своей жизни реальную возмож­ность не только любви, но и секса, и жить так, словно их не существет, или они не имеют значения для него лично. К сексуальному опыту других он не чувствует ни зависти, ни неодобрения и может даже проявлять понимание, если они попадают в трудное положение.

У других могло быть несколько связей в молодости. Но они не пробили броню их отчуждения, были не слишком значимы и не оставили после себя желания дальнейших опытов.

У третьих сексуальные переживания важны и приятны. Они могут испытывать их с множеством разных партнеров, но (сознательно или бес­сознательно) следят за тем, чтобы ни к кому не привязаться. Характер этих временных связей зависит от многих факторов. Более всего сказывается здесь преобладание склонности к захвату или к смирению. Чем ниже само­оценка, тем больше сексуальные контакты ограничиваются лицами, стоя­щими на более низком общественном или культурном уровне, например, проститутками.

Четвертые вступают в брак по случаю и даже умудряются сохранять приличные, хотя и неблизкие отношения, если партнер того же типа. Если же такой мужчина женится на той, с кем у него мало общего, он может характерным образом смириться с ситуацией и пытаться выполнять свои обязанности мужа и отца. Только если партнер слишком агрессивен, неис­тов или садистичен, чтобы позволить супругу скрыться в своей скорлупе, он может или попытаться разорвать отношения, или сам развалится под их тяжестью.

Агрессивно-мстительный тип исключает любовь самым воинственным и деструктивным путем. Его общая позиция по отношению к любви — пре­небрежительная, уничижительная. Что касается его сексуальной жизни, то здесь, видимо, есть две принципиальных возможности. Его сексуальная жизнь может быть потрясающе бедной — ограничиваться случайными свя­зями, с целью избавиться от физического или психического напряжения;

или же сексуальные отношения могут быть очень важны для него, при том условии, что он может дать полную волю своим садистским побуждениям.

—258—

*Глава 12. Невротические искажения отношения к людям*

В этом случае он или занимается сексуальным садизмом (который может больше всего возбуждать его и приносить наибольшее удовлетворение), или неестествен и чрезвычайно сдержан в сексе, при том, что угрожает партнеру по-садистски.

Другая общая тенденция по отношению к любви и сексу направлена на то, чтобы исключить любовь (а иногда также и секс) из реальной жизни, но отвести им *выдающееся место в воображении.* Любовь тогда становится такой возвышенной и чистой, что любое ее реальное осуществление кажет­ся мелким и гадким. Гофман талантливо описал это в “Сказках”, называя любовь “тем стремлением к бесконечному, которое венчает нас с небе­сами”. Это заблуждение посеяно в нашей душе “коварством врага рода человеческого... что через радости плоти можно на земле достичь того, что существует в наших сердцах только как божественное обещание”. Любовь, таким образом, может быть реализована только в фантазиях. Дон Жуан, в его интерпретации, разбивает жизнь женщин потому, что “каждое пре­дательство любимой невесты, каждая радость, сокрушенная жестоким уда­ром по любящему, это.... высшее торжество над злобным чудовищем, и поэтому навсегда поднимает соблазнителя над нашей узкой жизнью, над природой и Создателем.”

Третья и последняя возможность, которая будет здесь упомянута, это *преувеличение места любви и секса в реальной жизни.* Любовь и секс тогда становятся главной ценностью в жизни и соответственно прославля­ются. Мы проведем здесь грубую границу между любовью завоевывающей и любовью покоряющейся. Последняя логично вытекает из решения о сми­рении и была описана в этом контексте. Первая случается в жизни нарцис-сического типа, если по особым причинам его влечение к власти сосредото­чилось на любви. Тогда это предмет его гордости — быть идеальным любов­ником, перед которым никто не устоит. Женщины, которых легко добиться, его не привлекают. Он должен доказать свое могущество, завоевывая тех, которые по тем или иным причинам недоступны. Победа может состоять только в половом акте, но целью может быть и полное эмоциональное под­чинение. Когда цель достигнута, интерес пропадает.

Я не уверена, что это краткое представление, всего на нескольких стра­ницах, показывает степень и силу влияния внутрипсихических процессов на межличностные отношения. Когда мы понимаем, какое мощное это воз­действие, нам приходится расстаться с определенными, обычно скрытыми, ожиданиями, например, с тем, что хорошие человеческие отношения могли бы благотворно повлиять на невроз или, в более широком смысле, на разви­тие личности. Есть надежда, что смена окружения, брак, роман, участие в общественной деятельности (социальной, религиозной, профессиональ­ной и т. п.) помогут человеку перерасти свои невротические проблемы. При аналитической терапии эти ожидания выражаются в убеждении, что принципиально лечащий фактор состоит в возможности пациента устано­вить хорошие отношения с аналитиком, а именно такие, в которых отсутст-

—259—

***Карей Хорчи.*** *Невроз и личностный рост*

вуют травматичные факторы детства\*. Это убеждение вытекает из пред­посылки, которой придерживаются определенные аналитики, что невроз в первую очередь был и остается нарушением отношений с людьми, и по­этому его можно вылечить опытом хороших человеческих отношений. Дру­гие упомянутые ожидания не основаны на такой именно предпосылке, а, скорее, на том, что мы понимаем, и по сути верно понимаем, что отношения с людьми — решающий фактор в нашей жизни.

Все эти ожидания оправданы по отношению к ребенку и подростку. Даже если у него можно заметить признаки идей величия, или требований особых привилегий, или повышенную обидчивость и т. п., он может быть достаточно гибким для реакции на благоприятное человеческое окружение. Оно может уменьшить его тяжелые предчувствия, враждебность, может сделать его более доверчивым и все еще может порвать порочные круги, затягивающие его в невроз. Конечно, мы должны добавить ограничение “более-менее”,— в зависимости от степени его личностных нарушений и продолжительности, качества и интенсивности хорошего человеческого влияния на него.

Такое благотворное влияние на внутренний рост личности может быть оказано и в зрелом возрасте, при том, что гордыня и ее следствия не слиш­ком глубоко внедрились, или (подойдя с позитивной стороны) при том, что идея самореализации (какие бы слова ни употреблял для нее сам человек) все еще жива и осмысленна для него. Мы часто видели, например, как один из супругов стремительно шагает в своем развитии, когда другой проходит анализ и меняется к лучшему. В таких случаях действует несколько факто­ров. Обычно анализируемый партнер рассказывает о том, что ему откры­лось, о своих внутренних озарениях, и другой партнер может извлечь из этого ценную информацию для себя самого. Увидев своими глазами, что изменение возможно, он получает толчок к тому, чтобы сделать что-нибудь и для себя. А возможность лучших отношений стимулирует его перерасти свои собственные нарушения. Подобные изменения могут произойти и помимо анализа, когда невротик вступает в близкие и продолжительные отношения с относительно здоровым человеком. И здесь многие факторы могут побудить его к росту: изменение системы ценностей; чувство, что он принадлежит кому-то и его принимают; снижается возможность вынесения вовне, и он поворачивается лицом к своим собственным проблемам; созда­ется возможность услышать и получить пользу от серьезной и конструктив­ной критики и т. д.

Но эти возможности более ограниченные, чем обычно полагают. При­нимая во внимание, что опыт аналитика несколько сужен тем, что он видит

\* Жанет Риош. *“Феномен перенесения в психоаналитической терапии”* (Janet M. Rioch *“.The Transference Phenomenon in Psychoanalytic Therapy”.* Psychiatry. 1943). “Лечит в про­цессе анализа то, что пациент открывает часть самого себя, которую вынужден был вытес­нить в первоначальном жизненном опыте. Он может это сделать только в межличностных отношениях с аналитиком, подходящих для такого открытия заново... Реальность постепен­но становится “неискаженной”. Собственное Я отыскивается заново в личных отношениях аналитика и пациента”.

—260—

*Глава 12. Невротические искажения отношения к людя.”*

в основном те случаи, когда такие надежды не воплощались в жизнь, я риск­нула бы все же сказать, что теоретически эти шансы слишком малы, чтобы как-то оправдывать слепую уверенность, возлагаемую на них. Мы снова и снова видим, как человек, утвердившись в своем способе решения внут­ренних конфликтов, вступает в новые отношения с жестким набором своих требований и своих Надо, со своей правотой и уязвимостью, ненавистью к себе и вынесением вовне, со стремлением к власти, капитуляции или сво­боде. Следовательно, отношения, вместо того чтобы стать отрадой для двоих и средой их совместного роста, становятся средством удовлетворения невротических потребностей. Влияние, которое такие отношения оказы­вают на невротика,— это, в основном, уменьшение или снижение внутрен­него напряжения, в соответсвии с удовлетворением или фрустрацией его потребностей. Захватнический тип, например, будет и чувствовать себя лучше, и функционировать лучше, если он владеет ситуацией или окружен восхищенными учениками. Смиренный тип может расцвести, когда он не так изолирован и чувствует себя нужным и желанным. Всякий, кому зна­комо невротическое страдание, несомненно оценит субъективную ценность таких улучшений. Но они не обязательно означают внутренний рост. Чаще они лишь указывают, что подходящее окружение может позволить невроти­ку почувствовать себя лучше, хотя его невроз совершенно никуда не исчез.

Та же самая точка зрения приложима и к ожиданиям (более безличного свойства), возлагаемым на смену общественных институтов, экономиче­ских условий, политических режимов. Конечно, тоталитарный режим успешно прерывает рост личности и по самой своей природе должен иметь такую цель. И нет сомнений, что стоит стремиться только к такому полити­ческому режиму, который дает свободу для самореализации как можно большему числу людей. Но даже самые лучшие изменения внешней ситуа­ции сами по себе не принесут личностного роста. Они не могут сделать большего, чем дать лучшую среду для роста.

Ошибка всех таких ожиданий состоит не в переоценке межличностных отношений, а в недооценке внутрипсихических факторов. Хотя человече­ские отношения крайне важны, они не властны искоренить гордыню чело­века, который удерживает от общения свое реальное Собственное Я. В этом решающем вопросе гордыня снова оказывается врагом нашего роста.

Развитие наших особых дарований не является ни исключительной, ни даже главной целью самореализации. Сердцевина процесса — раскрытие нашего человеческого потенциала; следовательно, в центре него находится развитие нашей способности к хорошим человеческим взаимоотношениям.

Глава 13 Невротические нарушения в работе \*

У нарушении в нашей трудовой жизни могут быть разные источники. Они могут наступить в результате внешних условии, таких как экономиче­ское или политическое давление, отсутствие покоя и уединения или вре­мени, или (возьмем характерный и часто встречающийся современный при­мер) трудности, с которыми сталкивается писатель, когда он вынужден учиться выражать себя на новом языке. Трудности могуть проистекать из условий культуры, например, таких как давление общественного мнения, заставляющее человека зарабатывать гораздо больше своих реальных потребностей,— как наш городской деловой человек, бизнесмен. Скажем, для мексиканского индейца такая установка не имеет смысла.

Однако в этой главе я буду обсуждать не внешние препятствия, а невро­тические затруднения, поскольку они привносятся и в работу. Ограничим тему еще более: многие невротические нарушения в работе связаны с от­ношением к другим людям: старшим, младшим и равным по положению. И хотя мы фактически не можем четко отделить их от трудностей, касаю­щихся самой работы, мы опустим эти последние здесь настолько, насколь­ко это возможно, и сосредоточимся на влиянии внутрипсихических факто­ров на процесс труда и на отношение человека к труду. Наконец, невроти­ческие нарушения сравнительно неважны в любой рутинной работе. Их влияние возрастает в той степени, в какой работа требует инициативы, предвидения, ответственности, уверенности в своих силах, изобретатель­ности. Поэтому я ограничу свои заметки такой работой, где мы должны под­ключать ресурсы нашей личности,— творческой работой, в широком смы­сле этого слова. В виде иллюстраций мной приведены примеры научной работы и художественного творчества, но сказанное можно приложить и к труду хозяйки дома и матери, и к работе учителя, бизнесмена, юриста, организатора.

Размах невротических нарушений в работе велик. Как мы сейчас уви­дим, не все они осознаются; многие проявляются в низком качестве про­деланной работы или в недостатке продуктивности. Другие выражаются

\* Часть этой главы взята из статьи по данной теме, *“Затруднения в работе” (“Inhibitions in Work”),* опубликованной в *“American Journal of Psychoanalysis”,* 1948.

—262—

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

в различных расстройствах, связанных с работой, таких как сильнейшее напряжение, усталость, истощение, страхи, паника, раздражительность или осознанные страдания из-за затруднений в работе. Очень мало общих и достаточно очевидных факторов, которые были бы присущи в этом плане всем неврозам. Но помимо трудностей, неотделимых от данной работы, невротик всегда испытывает *дополнительные,* хотя и не всегда явные.

Уверенность в себе, служащая, видимо, залогом всякой творческой работы, у него всегда шаткая, неважно, насколько его подход к работе кажется самоуверенным или реалистичным.

Он редко дает адекватную предварительную оценку того, во что выль­ется данная работа; ее трудности, скорее, недооцениваются или пере­оцениваются. Нет, как правило, и адекватной оценки ценности проделан­ной работы.

Условия, при которых он может выполнить работу, в основном слиш­ком жесткие. Они и более необычные и более неукоснительные, чем обы­денные рабочие привычки здоровых людей.

Вследствие эгоцентричности невротика слаба его внутренняя готов­ность к работе. Вопросы, как он справится с ней, как он должен действо­вать, гораздо больше заботят его, чем сама работа.

Радость или удовлетворение, которые можно получать от подходящей работы, обычно отравлены для него, потому что работа идет слишком судо­рожно, слишком перегружена конфликтами и страхами или субъективно обесценивается.

Но как только мы отойдем от этих обобщений и рассмотрим в деталях, как именно проявляются нарушения в работе, мы больше удивимся их раз­личиям при различных видах невроза, чем их сходству. Я уже упоминала различия по степени осознания существующих трудностей и по степени, в какой человек страдает от них. Но особые условия, при которых работа может или не может быть выполнена, тоже очень разнообразны. Это же относится и к способности прилагать постоянные усилиям, рисковать, пла­нировать, принимать помощь, поручать работу другим и т. п. Эти разли­чия определены в основном тем главным решением, которое нашел чело­век для своих внутрипсихических конфликтов. Мы обсудим отдельно каж­дую группу.

*Захватнический тип,* безотносительно его особых характеристик, склонен переоценивать свои способности или таланты. Он склонен также относиться к своей работе как к исключительно важной и переоценивать качество ее выполнения. Те, кто не склонен разделить его мнение о своей работе, кажутся ему или просто неспособными его понять (“вот перед какими свиньями приходится метать бисер”), или завистниками, которым нельзя давать веры. Любая критика, неважно насколько серьезная или доб­росовестная, ео ipso ощущается как враждебные нападки. И, в силу необхо­димости отбросить любые сомнения в себе, он склонен задумываться не о справедливости критики, а о том, как оградить себя от нее, так или иначе.

—263—

***Карги Хорни*** *Невроз и личностный рост*

По той же причине его потребность в признании его работы, в любой форме, безгранична Он склонен считать, что имеет право получать такое признание и негодовать, если оно не ожидается

Сопутствует этому его почти полная неспособность доверять другим, по крайней мере коллегам и сверстникам Он может откровенно восхи щаться Платоном или Бетховеном, но ему трудно оценить любого совре менного философа или композитора, тем более трудно, если тот представ ляет угрозу его собственному уникальному значению Он может быть свер чувствителен к тому, что в его присутствии хвалят чьи то достижения

Наконец, зов власти, характерный для всей группы, включает в себя неявное убеждение, что просто не существует препятствии, которые он не мо1 бы преодолеть силой воли или в силу своих выдающихся способно­стей Надо полагать, что тот, кто первым выдвинул лозунг, висящий в неко торых американских учреждениях “Трудное мы сделаем сейчас, невозмож ное — чуть погодя”, принадлежал к данному типу В любом случае, он один из тех, кто понимает этот лозунг буквально Потребность доказать свою власть часто делает его изобретательным и побуждает приняться за такие задачи, за которые другие поостереглись бы взяться Но она же таит опасность недооценки предстоящих трудностей Нет такого дельца, которое он не провернул бы моментально, нет болезни, которую он не определил бы с первого взгляда, нет статьи или лекции, которую он не навалял бы тотчас же, нет такой поломки, кторую он не устранил бы лучше любого механика

Совместное действие этих факторов (переоценка своих способностей и качества проделанной работы, недооценка других людей и имеющихся трудностей и относительная невосприимчивость к критике) отвечает за то, что он часто не видит существующих в его работе нарушении Эти наруше ния различаются в соответствии с преобладанием нарциссических, перфек ционистских или высокомерно-мстительных склонностей

*Нарциссичньш тип,* которого дальше всех уносит его воображение, демонстрирует их наиболее явно При тех же примерно дарованиях, он наиболее продуктивный среди личностей, чье главное решение — захватить все вокруг Но и он сталкивается с различными трудностями Одна из них та, что он разбрасывается его интересы слишком разнообразны, его силы уходят слишком во многих направлениях Например, женщина считает, что должна быть совершенной хозяйкой, женой и матерью, еще она должна быть лучше всех одета, заседать во всех комитетах, приложить руку к по *ш* тике и стать великой писательницей Деловой человек, помимо того что взял в свои руки слишком много предприятии, ведет широкую политиче скую и общественную деятельность Когда, в конце концов, такой человек осознает, что ему не сделать столько дел сразу, он утешает себя тем, что все дело в его разносторонней одаренности С плохо скрытым высоко мерием он может выражать зависть к тем счастливым беднягам, у кото рых всего один дар На самом деле, разнообразие его способностей может быть вполне реальным, но не оно источник проблемы Она возникает из настоятельного отказа от осознания, что его достижениям есть предел

*Гшва 13 Невротические нарушения в раооте*

Следовательно, временное решение ограничить свою деятельность, обычно временным и остается Против всякой очевидности противоположного он быстро скатывается назад, к своему убеждению, что другие бы не могли делать столько дел сразу, а он, вот, может, и может в совершенстве Огра ничение своей деятельности пахнет для него поражением и презренной ела бостью Перспектива быть таким же, как другие люди, с такими же преде­лами возможностей, унижает его, а потому — нестерпима

Другие нарциссичные личности растрачивают свои силы не на разные виды одновременной деятельности, а на то, чтобы успешно начинать и тут дее бросать одно дело за другим У одаренных молодых людей это все еще выглядит так, словно им просто нужно время, чтобы перепробовать всякие занятия, чтобы выяснить, что же их больше всего интересует И только более внимательное исследование личности в целом может показать, верно ли это простое объяснение Например, у него вспыхивает страстный инте рее к сцене, и он пробует себя в качестве драматурга, первые попытки выглядят многообещающими — и вдруг он все бросает Потом, тем же порядком, он пробует писать стихи или заниматься сельским хозяйством Затем идет воспитание детей или медицина, все с тем же взлетом энтузи азма, сменяющимся потерей интереса

Но идентичный процесс может происходить и у взрослого человека Он делает наброски к большой книге, создает какую то организацию, у него широкие деловые проекты, он работает над изобретением — но снова и снова интерес испаряется, прежде чем хоть что то сделано Воображение рисует ему сияющую картину быстрых и величественных достижении Но интерес куда то пропадает при первой же реальной трудности, с которой приходится столкнуться Однако его гордость не позволяет ему признать, что он y6ei ает от трудностей Потеря интереса помогает сохранить лицо

Два фактора вносят вклад в лихорадочные метания, характерные для нарциссического типа вообще его отвращение к упорной проработке дета леи и к последовательным усилиям Первая установка уже в школьном воз­расте подозрительна на невроз У ребенка могут быть, например, идеи для сочинения, показывающие хорошее воображение, и в то же время он опре деленно бессознательно сопротивляется тому, чтобы написать ею чисто и без ошибок Та же неряшливость может снижать качество работы взрос лого Он может считать, что ему подобают блестящие идеи или проекты, а “отделывают” их пусть посредственные, обычные людишки Следователь но, ему не трудно перепоручить работу дру1 им, если только это возможно Если у нею есть подчиненные или сотрудники, которые способны довести идею до ума, все идет хорошо Ьсли же ему надо сделать работу самому (написать статью, разработать фасон одежды, составить документ), он может считать работу сделанной в совершенстве к своему полному удовлетворе­нию, еще и не начав реальную *работу* по обдумыванию идеи, их проверке, перепроверке и собиранию воедино То же может произойти и с пациентом в анализе И здесь мы видим, что еще определяет его проблемы, помимо общих идеи величия ему страшно увидеть себя во всех подробностях

265-

***Кирен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Его неспособность к последовательным усилиям идет от тех же корней. Его особая гордость — “превосходство без усилий”. Его воображение увле­кает слава драматичная, необычная, а скромные задачи текущего дня кажут­ся унизительными. Соответственно, он способен к спорадическим усилиям:

может быть энергичным и предусмотрительным в опасной ситуации, уст­роить грандиозный прием, в неожиданном приливе сил настрочить ответы на письма, которые копились месяцами и т.п. Такие усилия питают его гор­дость, а постоянные — только оскорбляют. Да каждый Том, Дик и Гарри могут чего-то достичь, корпя над работой каждый день! Хуже того, не при­лагая никаких усилий к делу, он всегда отговаривается тем, что уж, конеч­но, достиг бы чего-то великого, если бы только постарался по-настоящему. Причина глубоко спрятанного страха перед постоянными усилиями в том, что они угрожают разрушить иллюзию неограниченной силы и власти. Давайте предположим, что человек хочет вырастить сад. Хочет он того или нет, но скоро ему придется понять, что земля не превратится в цветущий рай за ночь. Сад будет постепенно улучшаться — настолько, насколько он будет над этим работать. Такой же отрезвляющий опыт он получит, посто­янно сидя над докладами и статьями, занимаясь хоть рекламой, хоть препо­даванием. Есть фактические ограничения времени и сил, и что-то можно, а что-то уже нельзя сделать в рамках этих ограничений. Пока нарциссиче-ский тип держится за иллюзию беспредельности своих сил и достижений, он вынужден беречься от такого разочаровывающего опыта. Если же это не получается, он не может не страдать от него, как породистый рысак от воловьего ярма. Конечно, такое отношение к труду будет, в свою очередь, утомлять и изнурять его.

Подводя итог, скажем, что нарциссичный тип, несмотря на свои пре­красные задатки, часто разочаровывает результатами своей работы, потому что, в соответствии со своей невротической структурой, просто не умеет работать. Трудности *поклонника совершенства,* некоторым образом, про­тивоположны. Он работает методично, и, скорее, слишком уж дотошен к деталям. Но он так стиснут тем, что дело Надо сделать и сделать Как Надо, что места для оригинальности и непосредственности просто не оста­ется. Поэтому он делает все медленно и непродуктивно. Из-за своих тре­бований к себе он легко перетруждается и страшно устает (как хорошо известные идеальные хозяйки), а в результате заставляет страдать других. Кроме того, поскольку он так же дотошно требователен к другим, как и к себе, он часто действует на них удушающе, особенно если он работает администратором.

У *высокомерно-мстительного типа* тоже есть свой актив и пассив. Среди остальных невротиков он самый лучший работник. Если бы не было странновато говорить о страсти по отношению к эмоционально холодному человеку, то можно было бы сказать, что у него страсть к работе. Из-за его неуемного честолюбия и сравнительной пустоты жизни вне работы, каждый час, когда он не работает, кажется ему потерянным. Это не значит, что он наслаждается работой (он не умеет наслаждаться ничем), но он и не устает

—266—

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

от нее. Фактически он кажется неутомимым, как хорошо смазанная маши­на. Тем не менее, при всей своей работоспособности, продуктивности и часто при остром, критическом уме, работает он вхолостую. Я не говорю здесь о худшем варианте этого типа — человеке случая, которого инте­ресует только внешний результат работы — успех, престиж, торжество — неважно, производит ли он мыло, пишет картины или научные статьи. Но даже если ему интересна сама работа, помимо славы, он часто останавлива­ется на краю поля своей деятельности, не пытаясь дойти до его сути. Как учитель или социальный работник, он будет, например, интересоваться методиками преподавания или социальной работы, а не детьми или клиен­тами. Он, скорее, будет писать критические разборы, чем сам примет в чем-то участие. Он будет из кожи вон лезть, чтобы ответить на все возможные вопросы, чтобы за ним осталось последнее слово, но не попытается сам ска­зать новое слово. Короче, он заботится о том, чтобы *владеть предметом, а не о том, чтобы обогатить его.*

Поскольку его высокомерие не позволяет ему доверять другим, а своих идей у него недостает, он может легко присваивать идеи других, не осозна­вая этого. Но и тогда, в его руках, эти идеи превращаются во что-то механи­ческое и безжизненное.

В противоположность большинству невротиков он способен хорошо и быстро планировать и может составить достаточно ясное представление о том, как будут развиваться события (и уверен, что его прогнозы всегда оправдываются). Поэтому он может быть хорошим организатором. Но его способность имеет ряд следствий. Ему трудно поручить работу другим. Высокомерно презирая людей, он убежден, что только он может все сделать как следует. Организуя что-то, он использует диктаторские методы: он склонен унижать и эксплуатировать, а не стимулировать; убивать радость и инициативу, а не пробуждать их.

Способность строить долгосрочные планы позволяет ему перенести временные неудачи сравнительно неплохо. Однако при серьезных испыта­ниях он может впасть в панику. Когда живешь почти исключительно кате­гориями победы или поражения, возможность поражения, конечно, пугает. Но поскольку он Должен быть выше страха, он страшно сердится на себя за свой страх. Кроме того, в таких ситуациях (экзамены, например) он ненави­дит тех, кто предназначен быть его “судьей”. Все эти эмоции обычно пода­вляются, и результатом внутренней бури могут стать такие психосоматиче­ские симптомы, как головная боль, кишечные спазмы, сердцебиение и т. п.

Трудности *смиренного типа* почти точка в точку противоположны трудностям захватнического типа. Он склонен ставить слишком невысо­кие цели, недооценивать свою одаренность, важность и ценность своей работы. Его терзают сомнения и самоуничижительный критицизм. Ему далеко до веры в то, что он может невозможное, его легко захлестывает чувство “я не могу”. Качество его работы не обязательно страдает, а вот он сам — всегда.

- 267 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Личности смиренного типа чувствуют себя довольно легко и факти­чески работают хорошо, пока они работают для других: как домохозяйка, экономка, секретарь, социальный работник или учитель, медсестра или уче­ник (для восхищенного учителя). В этом случае на то, что у них существуют трудности, указывает хотя бы одна из двух часто встречающихся особенно­стей их работы. Во-первых, есть заметная разница между их работой в оди­ночку и совместно с другими. Антрополог, например, может во время поле­вых исследований быть неистощимо изобретателен, работая с местными жителями, но полностью теряется, когда дело доходит до формулировки его открытий; социальный работник может быть компетентен с клиентами или в качестве супервизора, но ударяется в панику, когда надо написать отчет или отзыв; студент-художник хорошо пишет в классе в присутствии педа­гога, но забывает все, чему выучился, оставаясь один. Во-вторых, они могут остановиться на уровне работы, который значительно ниже их способ­ностей. Им и в голову не приходит, что они зарывают талан в землю.

Однако по разным причинам начать делать что-то самостоятельно они могут. Они могут продвинуться до того момента, когда уже потребуется писать или выступать публично; их честолюбие, в котором они себе не при­знаются, толкает их к более независимой деятельности; не в последнюю очередь, это может быть влиянием самых здоровых и самых неудержимых побуждений: талант рвется наружу и, наконец, заставляет их искать ему выражения. И тут, когда они пытаются выйти из тесных рамок, создан­ных “процессом усушки” в их невротической структуре, начинаются реаль­ные трудности.

С одной стороны, их требования совершенства так же сильны, как и у захватнического типа. Но если те легко согреваются самодовольным удо­влетворением от достигнутого превосходства, смиренный тип не устает себя ругать и всегда готов найти в своей работе промахи. Даже после хоро­шего выступления на публике (может быть, он устроил вечер или прочел лекцию) он все еще будет подчеркивать, что забыл то или это, не выделил четко того, что имел в виду, держался слишком робко или слишком нагло и т. п. Так начинается почти безнадежная битва, в которой он сражается за совершенство, повергая в прах самого себя. Вдобавок, требования достичь идеала питаются еще из одного источника. Его табу на честолюбие и гор­дость делают его “виноватым”, если он стремится к личным достижениям, и только высшие достижения могут искупить вину. (“Если ты музыкант так себе, лучше уж тебе мыть полы.”)

С другой стороны, если он перешагивает через эти самые табу, или, по крайней мере, начинает осознавать это, начинается саморазрушение. Это тот же процесс, который я описывала, говоря о соревновательных играх: как только такой тип личности понимает, что выигрывает, он не может больше играть. Таким образом, он все время стоит между пеклом и петлей, ему надо и на гору взобраться и носа не высовывать.

Дилемма вырисовывается четче всего, когда конфликт между влечени­ями к захвату и к смирению выходит на поверхность. Например, художник,

—268—

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

пораженный красотой какой-то вещи, уже видит перед собой дивную ком­позицию. Он начинает писать. Выходит прекрасно. Он в приподнятом на­строении. Но потом, то ли слишком уж хорошо все пошло (лучше, чем он может вынести), то ли не достигнуто было совершенство, которое он видел перед собой вначале, но он начинает себе вредить. Он начинает улучшать картину. Она становится хуже. Тут он приходит в неистовство. Он продол­жает “улучшения”, но краски становятся все более скучными и неживыми. В одну секунду вещь погибла; он все бросает в полном отчаянии. Через некоторое время он начинает другую картину — только чтобы пройти через те же муки.

Точно так же писателю пишется легко, пока он не начинает понимать, что дело пошло и правда хорошо. С этого места (не понимая, конечно, что “опасным местом” стало само его чувство удовлетворения) он начинает придираться к себе. Возможно, он действительно дошел до трудного места, скажем, до описания того, как его главный герой должен вести себя в сло­жившейся ситуации; однако более вероятно, что эта трудность только кажется ему громадной, потому что ему уже мешает деструктивное презре­ние к себе. В любом случае он становится беспокойным, не может несколь­ко дней засадить себя за работу, рвет в припадке ярости последние стра­ницы в клочья. У него могут быть кошмары, где он заперт в одной комнате с маньяком, готовым убить его — простое и ясное выражение убийствен­ности его злости на себя \*.

В обоих примерах (а таких примеров можно легко привести множество) мы видим два отчетливых шага: творческий шаг вперед и деструктивный шаг назад. Обращаясь к тем личностям, в которых влечения к захвату были подавлены и возобладало влечение к смирению, мы скажем, что шаги впе­ред у них становятся крайне редкими, а назад — менее неистовыми и драма­тичными. Конфликт протекает более скрытно, весь внутренний процесс, разворачивающийся во время работы, перешел в хроническую форму и усложнился — распутать его стало еще труднее. Хотя в этих случаях нару­шения в работе могут быть самой главной жалобой, их не так-то легко можно понять. Природа их выясняется только постепенно, после того как ослабнет вся невротическая структура.

Сам человек замечает, что, выполняя творческую работу, не может сосредоточиться. Он легко теряет мысль или у него пусто в голове; или мысли его шныряют по всяким повседневным мелочам. Он нервничает, суетится, тупеет, раскладывает пасьянс, звонит куда-то по телефону, хотя с этим можно было бы и подождать, подпиливает ногти, ловит мух. Он сам себе противен, делает героические усилия, чтобы начать работу, но скоро так устает, что вынужден бросить.

Не видя того, он стоит перед двумя своими хроническими препят­ствиями: самоумалением и неумением взяться за суть вопроса. Его само-

В статье “ *Затруднения в работе” я* приводила оба примера, но говорила о таком пове­дении только как о реакции на то, что не было достигнуто ожидаемое совершенство.

—269—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

умаление во многом происходит, как мы знаем, из его потребности не давать себе развернуться, чтобы не нарушить табу на что-то “вызыва­ющее”. Он, потихоньку от самого себя, подкапывается под себя, ругает, сомневается в себе — и это высасывает все его силы. (У одного пациента был характерный зрительный образ себя: у него на каждом плече висит по злому карлику, они беспрестанно пилят его и говорят ему обидные гадо­сти.) Он может забыть, что он только что прочел, увидел, подумал, или даже то, что сам писал по данному вопросу. Он может забыть, что собирал­ся написать. Все материалы для статьи лежат под рукой, но приходится долго рыться, прежде чем они найдутся, и, главное, они куда-то пропадают, стоит им только понадобиться. Точно так же, когда доходит до его выступ­ления во время дискуссии, он начинает с ужасным чувством, что ему нече­го сказать, и только постепенно оказывается, что у него есть много умест­ных замечаний.

Его потребность удерживать себя не дает ему, говоря другими словами, пользоваться принадлежащим ему богатством. В результате он работает с тоскливым чувством своего бессилия и незначительности. В то время как для захватнического типа все, что бы он ни делал, приобретает великую важность, путь даже объективно эта важность пренебрежимо мала, сми­ренный тип, скорее, извиняется за свою работу, пусть даже она объективно очень важна. Характерное его высказывание, что ему “надо” работать. В его случае это не выражение сверхчувствительности к принуждению, как в случае “ушедшего в отставку”. Но он счел бы это слишком вызывающим, слишком амбициозным, если бы признался, что хочет чего-то достичь. Он не может даже *почувствовать,* что хочет сделать хорошую работу — не только потому, что его влекут строгие требования совершенства, но пото­му, что такое намерение кажется ему высокомерным и рискованным вызо­вом судьбе.

Его неумение взяться за суть вопроса обусловлено в основном его та­бу на все, что подразумевает напор, агрессию, власть. Как правило, говоря о его табу на агрессию, мы думаем, что он не умеет требовать, манипу­лировать другими, подчинять их. Но те же установки преобладают у него по отношению к неодушевленным предметам и интеллектуальным проб­лемам. Как беспомощен он может быть со спустившей шиной или с заев­шей молнией, так и с собственными идеями. Его трудность не в том, что он непродуктивен. У него бывают хорошие свежие идеи, но ему трудно их ухватить, взяться за них, биться над ними, ломать себе голову и преодо­леть проблемы, проверить их, придать им форму и связать воедино. Мы обычно не думаем о совершении этих операций, как о натиске, напоре, агрессивных шагах, хотя сам язык указывает на это; мы можем это понять, только когда эти шаги затруднены из-за общего запрета на агрессию. Сми­ренному типу может хватить храбрости высказать свое мнение, если он уж так далеко зашел, что оно у него имеется. Запреты обычно начинаются раньше — он не осмеливается прийти к заключению или иметь свое собст­венное мнение.

-270—

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

Эти препятствия сами по себе достаточны для медленной, с большими потерями времени, неэффективной работы или для того, чтобы вообще ничего не делалось. Можно в этом контексте вспомнить высказывание Эмерсона, что мы не совершаем ничего, потому что урезаем себя. Но муча­ется смиренный тип личности (и, в тоже самое время, у него остается воз­можность что-то совершить) потому, что его влечет потребность в высшем совершенстве. Не только качество проделанной работы Должно удовле­творять его строгим требованиям; методы работы тоже Должны быть совер­шенными. Студентку-музыканта, например, спросили, работает ли она систематически. Она смутилась и ответила: “Не знаю”. Для нее “работать систематически” означало сидеть, не вставая, за пианино по восемь часов, все время усердно занимаясь, вряд ли даже с перерывом на обед. Посколь­ку она не могла так предельно и непрерывно сосредоточиться, она накиды­валась на себя и называла себя дилетанткой, которая никогда ничего не достигнет. На самом деле, она много изучала музыкальные произведения, их различное прочтение, движения правой и левой руки — другими слова­ми, она могла бы вполне быть удовлетворена серьезностью своей работы. Имея в виду непомерные Надо, вроде вышеописанных, мы легко предста­вим, сколько презрения к себе вызывают у смиренного типа обычно неэф­фективные способы его работы. Напоследок, для довершения картины его трудностей: даже если он работает хорошо или достигает чего-то стоящего, знать ему об этом *неположено.* Так сказать, его левая рука не должна ведать, что творит правая.

Он особенно беспомощен, принимаясь за творческую работу, напри­мер, начиная писать статью. Его отвращение к власти над предметом не дает ему все спланировать заранее. Следовательно, вместо того чтобы набросать план или полностью организовать материал в уме, он просто начинает писать. На самом деле, это вполне приемлемый путь для другого сорта людей. Захватнический тип, например, может так и поступить, без малейших колебаний, а его черновик покажется ему таким замечатель­ным, что он и не станет продолжать работу над ним. Но смиренный тип полностью неспособен к черновикам, с их неизбежным несовершенством в формулировке мыслей, стиле и связности. Он остро чувствует каждую неуклюжесть, недостаток ясности или последовательности и т.п. По содер­жанию его критицизм мог бы стать уместным, но бессознательное презре­ние к себе, которое он вызывает, так мучительно, что он не может продол­жать. Он говорит себе: “Бога ради, оставь ты это; всегда можно будет потом поработать”,— но такой подход ему не помогает. Когда он начинает сначала, он опять может написать одно-два предложения или записывает несколько небрежных мыслей на тему. Только тогда, после большой траты труда и времени, может он наконец спросить себя: “Ну, что же на самом деле ты хочешь написать?” Только тогда он сделает грубый набросок, затем второй, более детальный, потом третий, четвертый и т. д. Каждый раз затаенная тревога, идущая от его конфликтов, немного затихает. Но когда доходит до окончательного оформления, готовности к отправке или

—271 —

***Карен Хории.*** *Невроз и личностный рост*

к печати, тревога может снова возрасти, поскольку теперь вещь должна быть безупречной.

Во время этого болезненного процесса острая тревога может возник­нуть по двум противоположным причинам: он впадает в беспокойство, когда дело затрудняется и когда дела идут слишком хорошо. Дойдя до запу­танного вопроса, он может отреагировать шоком, рвотой, потерей сознания или его может “охватить паралич”. Когда, с другой стороны, он понимает, что все идет хорошо, он может начать саботировать работу еще решитель­нее, чем обычно. Позвольте мне проиллюстрировать такой саморазруши­тельный отклик случаем одного пациента, чьи затруднения стали понемногу убывать. Он уже заканчивал статью и заметил, что некоторые параграфы, над которыми он работал, чем-то знакомы ему. Вдруг он понял, что уже один раз их писал. Порывшись на столе, он действительно нашел отличный черновик этих параграфов, сделанный им не далее, как вчера. Он, не ведая того, провел почти два часа, формулируя идеи, которые уже были им сфор­мулированы. Потрясенный такой “забывчивостью” и думая о ее причинах, он вспомнил, что написал это место достаточно свободно и принял это за счастливый знак того, что он преодолевает свои трудности и становится способен закончить статью за короткое время. Хотя такие мысли имели солидную основу в действительности, это было больше, чем он смог выне­сти, и он устроил сам себе маленький саботаж.

Когда мы понимаем, какие ужасные препятствия приходится преодоле­вать в работе этому типу личности, становятся яснее некоторые особен­ности его отношения к работе. Одна из них — тяжелые предчувствия и даже паника перед началом участка работы, трудного для него: с точки зре­ния замешанных в этой работе конфликтов, она кажется ему невыполнимой задачей. Один пациент, например, регулярно простужался перед тем, как надо было читать лекцию или ехать на конференцию; другого тошнило перед премьерами; еще одна валилась с ног перед походом за покупками на Рождество.

Понимаем мы и то, почему он может делать работу только по кусочкам. Внутреннее напряжение, в котором он работает, так велико и стремится так вырасти во время работы, что он просто долго не выдерживает. Это прило-жимо не только к умственной работе, но происходит и с любой другой работой, которую он выполняет самостоятельно. Он может убрать в одном ящике стола, а другой оставить на потом. Он подергает сорняки в саду, копнет раз-другой и остановится. Он попишет полчаса-час, и должен пре­рваться. Но тот же человек может быть способен работать не отрываясь, когда делает что-то для других или вместе с ними.

И наконец, мы понимаем, почему он так легко отвлекается от своей работы. Он часто обвиняет себя в том, что у него нет настоящего интереса к работе, и это вполне понятно, потому что он часто ведет себя, как обижен­ный школьник, которого силой засаживают за уроки. На самом деле, его интерес может быть искренним и серьезным, но процесс работы изводит его даже больше, чем до него доходит. Я уже упоминала маленькие отвлечения

—272—

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

от работы, такие как телефонный звонок или сочинение письма. Более того, в соответствии со своей потребностью угождать другим и завоевывать их привязанность, он слишком легко доступен для любых просьб со стороны семьи и друзей. В результате он иногда (по совсем другим, чем у нарцисси-ческого типа, причинам) слишком распыляет свои силы. И в довершение, зов любви и пола имеет для него силу принуждения, особенно в юные годы. Хотя любовь обычно все равно не делает его счастливым, она сулит испол­нение всех его потребностей. Неудивительно, что он часто заводит стре­мительный роман, когда трудности в работе становятся нестерпимыми. Иногда это повторяется раз за разом: он поработает немного и даже что-то сделает, затем погрузится в любовь, иногда по типу болезненной зависи­мости; работа сходит на нет или становится невозможной; он вырывается из отношений, снова садится за работу — и так далее.

Подведем итог: любая творческая работа, которую смиренный тип лич­ности делает самостоятельно, делается вопреки преградам, часто непре­одолимым. Он работает не только при достаточно постоянных помехах, но также под гнетом тревоги. Степень страдания, связанного с таким процес­сом творчества, конечно, бывает различной. Обычно есть лишь короткие промежутки, когда он не страдает. Он может радоваться в то время, когда задумывает какой-то проект, так сказать, играет идеями, составляющими его, без того, чтобы рваться на части из-за противоречивых внутренних предписаний. У него может быть краткий жар удовлетворения, когда рабо­та близка к завершению. Но после он склонен утратить не только чувство удовлетворения от сделанного, но и чувство, что это сделано им, несмотря на внешний успех или признание. Для него унизительно думать об этом, смотреть на это, потому что он не верит себе, что сделал это, раз завершил свой труд вопреки внутренним проблемам. Для него одно воспоминание о самом существованиии этих проблем уже чистой воды унижение.

Естественно, при всех изводящих его трудностях, опасность не достичь ничего очень велика. Он может не осмелиться даже начать что-то делать самостоятельно. Он может все бросить в ходе работы. Качество работы само по себе может пострадать от тех мучений, с какими она выполнялась. Но есть шансы, что он, имея достаточно таланта и выдержки, сделает что-то по-настоящему хорошее, потому что, несмотря на поразительную неэф­фективность, он работает и работает.

Работе *“ушедшего в отставку”* мешают препятствия совсем другого рода, чем у смиренного и захватнического типов. Тот, кто принадлежит к группе “упорная отставка”, тоже может успокоиться на меньшем, чем обещают его способности, и с этой стороны напоминает смиренный тип личности. Но со смиренным типом это происходит потому, что он чувст­вует себя в безопасности только в такой рабочей ситуации, когда он может опереться на кого-то, когда нравится и нужен всем, и, с другой стороны, его удерживают табу на гордость и агрессию. “Ушедший в отставку” доволь­ствуется малым, потому что это неотъемлемая часть общего ухода от

—273—

***Карен Корни.*** *Невроз и личностный рост*

активной жизни. Условия, при которых он может работать продуктивно, тоже диаметрально противоположны условиям, необходимым для сми­ренного типа личности. Из-за его отчужденности ему лучше работается одному. Его чувствительность к принуждению затрудняет ему работу на хозяина или в организации с определенными правилами и распорядком. Однако он может “приспособиться” к такой ситуации. Он надел узду на желания и надежды и питает отвращение к переменам, а потому смиряется с неподходящими ему условиями. А поскольку ему не хватает соревнова-тельности и он всячески избегает трений, он может поладить с большинст­вом людей, хотя свои чувства он держит строго при себе. Но он ни счаст­лив, ни продуктивен.

Он предпочел бы работать по свободной лицензии, если уж ему прихо­дится работать; но и здесь он легко чувствует, что его принуждают ожида­ния других. Например, крайний срок сдачи в печать, или отправки черте­жей, или пошива заказа может быть хорош для смиренного типа, посколь­ку внешнее давление ослабляет его внутреннее напряжение. Без крайнего срока он будет улучшать свою продукцию до бесконечности. Он позволяет ему быть менее строгим и даже позволяет приложить к делу собственное желание чего-то достичь, сделать что-то, если работа делается для кого-то, кто этого ждет. Для “ушедшего в отставку” крайний срок — принуждение, которое его просто возмущает и может вызвать у него такое сильное бессо­знательное противодействие, что он станет вялым и ленивым.

Такое отношение к крайнему сроку окончания работы далеко не единст­венная иллюстрация его общей чувствительности к принуждению. Он отне­сется так к чему угодно, что ему предлагают, просят, требуют, ждут от него, к любой необходимости, с которой он сталкивается — скажем, к необ­ходимости поработать, если хочешь чего-то достичь.

Возможно, самое крутое препятствие для работы — его инерция, значе­ние и проявления которой мы обсуждали\*. Чем больше она захватывает его, тем больше он склонен все делать только в воображении. Неэффектив­ность его работы в результате инертности отличается от неэффективности смиренного типа не только по своей причине, но и по своим проявлениям. Смиреннный тип, которого дергают туда-сюда противоречивые Надо, тре­пыхается, как пойманная птичка. “Ушедший в отставку” кажется безраз­личным, безынициативным, медлительным физически или умственно. Он может все бесконечно откладывать или принужден записывать в записную книжку все, что он должен сделать, чтобы не забыть. И опять, в ярком кон­трасте со смиренным типом, картина меняется на противоположную, стоит ему заняться собственным делом.

Один врач, например, был способен выполнять свои обязанности в больнице только с помощью записной книжки. Он должен был записывать каждого пациента, которого надо осмотреть, каждую летучку, на которую надо пойти, каждое письмо и отчет, которые надо написать, каждый препа-

*\** См. в главе 11 *“уход в отставку”.*

-274-

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

рат, который надо назначить. Но в свободное время он был очень активен:

читал интересовавшие его книги, играл на пианино, писал на философские темы. Он делал все это с живым интересом и мог этим наслаждаться. Здесь, в своей собственной комнате, он мог быть самим собой — так он считал. Характерно, что он оказался способен на самом деле сохранить в целости большую часть своего реального Собственного Я, только не позволяя ей соприкасаться с миром вокруг него. То же самое было с его деятельностью в свободное время. Он не собирался стать хорошим пианистом и не плани­ровал опубликовать им написанное.

Чем более такой тип подходит к бунту против того, чтобы отвечать чьим-то ожиданиям, тем больше он склонен укорачивать любую работу, которая делается совместно с другими, или для них, или вставляет его в какие-то рамки. Он, скорее, урежет свои жизненные стандарты до мини­мума ради того, чтобы делать, что ему нравится. При том, что его реальное Собственное Я достаточно живо, чтобы расти в условиях большей свободы, такое развитие может дать ему возможность для конструктивной работы, для творческого самовыражения. Но это уже будет зависеть от его таланта. Не всякий, кто разорвал семейные узы и отправился к Южным Морям, ста­новится Гогеном. Без таких благоприятных внутренних условий есть опас­ность, что он станет лишь грубым индивидуалистом, который получает определенное удовольствие, делая то, что от него не ждут, или живя не так, как обычно живут люди.

Работа для группы *“барахтающихся в луже”* не представляет проб­лем. Сам человек опускается, и его работа идет тем же путем. Он не сдер­живает ни стремление к самореализации, ни стремление к реализации идеального Собственного Я,— он просто махнул на них рукой. Следо­вательно, работа становится бессмысленной, потому что у него нет ни на­мерения развивать заложенный потенциал, ни порыва к возвышенной цели. Работа может стать неизбежным злом, прерывающим “славное времечко, когда можно повеселиться”. Она может делаться, потому что этого ждут, без всякого личного участия. Она может выродиться в добывание денег или престижа.

Фрейд видел, как часто невротики не могут работать, и признавал важ­ность таких нарушений, ставя одной из целей своего лечения возвращение способности к работе. Но он рассматривал эту способность отдельно от мотивации, целей, установок по отношению к работе; от условий, в которых она может быть выполнена, и от ее качества. Он рассматривал, таким обра­зом, лишь очевидные расстройства рабочего процесса. Такой взгляд на труд­ности в работе представляется слишком формальным. Мы можем охватить весь широкий ряд существующих нарушений, только приняв во внимание все упомянутые факторы. Иначе говоря, особенности работы и нарушений в ней не могут быть ничем иным, как выражением личности в целом.

Еще один фактор выступает четче, когда мы подробно рассматриваем все факторы трудовой деятельности. Тогда мы понимаем, что неверно думать о невротических нарушениях в работе вообще, а именно, о нару-

—275—

***Карен Хорнч.*** *Невроз ч личностный рост*

шениях, случающихся при неврозе per se. Как я упоминала вначале, очень мало что можно с осторожностью, оговорками и ограничениями утвер­ждать обо всех неврозах. Мы можем получить точную картину нарушении в данном случае, только когда научимся различать виды трудностей, возни­кающих на основе разных невротических структур. Каждая невротическая структура создает свой особый набор трудностей в работе. Это соотноше­ние такое однозначное, что когда нам известна данная структура, мы можем с большой точностью предсказать природу возможных нарушений. А по­скольку при лечении мы имеем дело не с невротиком вообще, а с живым конкретным человеком, такое уточнение помогает нам не только быстрее увидеть конкретные трудности, но и глубже понять их.

Трудно передать, как много страданий причиняют невротику его затруд­нения в работе. Однако это не всегда осознанные страдания; многие люди даже не понимают, что им трудно работается. Но затруднения в работе неизменно приносят огромные потери человеческой энергии: напрасные потери сил в процессе работы; потери от того, что человек не осмеливается делать работу, соизмеримую с его способностями; потери от того, что не используются существующие ресурсы; потери от снижения качества рабо­ты. Для человека лично это означает, что он не может осуществить себя в важнейшей жизненной области. Но индивидуальные потери множатся на тысячи, и нарушения в работе становятся потерями человечества.

Не споря с самим фактом таких потерь, многие люди, тем не менее, обеспокоены отношением невроза к искусству или, точнее говоря, отноше­нием творческих способностей художника к его неврозу. “Допустим,— скажут они,— что невроз приносит страдания вообще и трудности в работе в частности; но разве он не является необходимым условием для творче­ства? Разве большинство творцов не невротики? Если творческого человека проанализировать, разве это не уничтожит его способность к творчеству?” Хотя бы некоторая ясность у нас появится, если мы изучим эти вопросы по-одному и во всех деталях.

Начнем с того, что вряд ли вызывает сомнения независимость наличия одаренности от невроза. Недавние эксперименты в системе образования показали, что большинство людей может рисовать, если их в этом как сле­дует поддерживать, хотя и тогда не каждый может стать Рембрандтом или Ренуаром. Однако это не значит, что достаточно крупный талант всегда заявит о себе. Как демонстрируют эти же эксперименты, невроз в значи­тельной степени не позволяет таланту проявиться. Чем меньше чувства неловкости, чем меньше робости, чем меньше попыток угодить ожиданиям окружающих, чем меньше потребность быть правым или совершенным, тем ярче выражаются какие бы то ни было дарования человека. Аналитиче­ский опыт еще подробнее показывает, как именно невротические факторы препятствуют творческой работе.

Пока что в опасении за сохранность творческих способностей видна или нечеткость мысли, или недооценка веса и власти существующего дара,

—276—

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

то есть способностей к художественному выражению особыми средствами. Но здесь встает второй вопрос: допустим, сам по себе талант не зависит от невроза, но не связана ли способность художника к творческой работе с определенным невротическим состоянием? Чтобы ответить на него, нуж­но четче выделить, какие именно невротические состояния могли бы быть благоприятны для творческой работы. Преобладание склонности к смире­нию явно неблагоприятно. И фактически люди с такими склонностями не питают никаких подобных опасений. Они слишком хорошо знают (“на своей шкуре”), что это их невроз обрезал им крылья, это он не позволяет им осмелиться на самовыражение. Только люди с преобладанием влечений к захвату и группа “бунтарей”, принадлежащая к типу “ушедших в от­ставку”, боятся лишиться из-за анализа своих творческих способностей.

Чего же они на самом деле боятся? В рамках моей терминологии они считают, что даже если их тяга к власти может быть невротическая, это их движущая сила, она придает им храбрости и жару для творческой работы и позволяет им преодолеть все связанные с ней трудности. Или же они счи­тают, что могут творить, только жестко оборвав все связи, соединяющие их с другими, и отказавшись беспокоиться о том, чего ждут от них окружаю­щие. От этого их (бессознательный) страх, что, сдвинувшись на дюйм от чувства богоподобной власти, они утонут в сомнениях в себе и сгорят от презрения к себе. “Бунтовщик” считает, что станет налаженной машиной и так утратит свою творческую силу.

Эти страхи понятны, поскольку те крайности, которых они так боятся, в них есть, в смысле реальной возможности. Тем не менее, эти страхи осно­ваны на ложном рассуждении. Мы видим эти метания из крайности в край­ность у многих пациентов, когда они все еще так захвачены невротическим конфликтом, что могут думать только в рамках “или-или” и не способны увидеть реального выхода из своего конфликта. Если анализ идет долж­ным образом и помогает, то им придется увидеть и испытать презрение к себе и склонность уступать, но, конечно же, они не останутся с такими установками навсегда. Они преодолеют компульсивные компоненты обеих крайностей.

Здесь возникает следующее возражение, более продуманное и относя­щееся к делу, чем прежние: если анализ сумеет разрешить невротические конфликты и сделать человека счастливее, не уйдет ли вместе с ними слиш­ком много внутреннего напряжения, так что он будет довольствовать про­сто *бытием,* утратив внутренний порыв к творчеству? Я не знаю, так ли это вообще, но, даже если так, разве любое напряжение непременно должно быть следствием невротических конфликтов? Мне кажется, что в жизни хватает от чего напрячься и без них. И это особенно верно для художника, с его чувствительностью выше среднего не только к красоте и гармонии, но и к безобразию и страданию, с его повышенной способностью к эмоциональ­ным переживаниям.

В возражении содержится специфическое предположение, что невроти­ческие конфликты могут быть продуктивны. Серьезно рассмотреть это

—277—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

предположение нас заставляют наши знания о сновидениях. Мы знаем, что в сновидениях наше бессознательное воображение способно находить реше­ния внутреннего конфликта, издавна беспокоящего нас. Образы сновидений так насыщены, уместны, так четко выражают суть, что в этом отношении очень напоминают художественное творчество. Следовательно, почему бы одаренному художнику, владеющему изобразительными формами своего искусства и способному к необходимой работе, не создать поэму, полотно, музыкальное произведение эквивалентным путем? Лично я склонна пове­рить в такую возможность.

Но мы должны ограничить такое предположение следующими сообра­жениями. В сновидениях человек может прийти к различным видам реше­ний. Они могут быть конструктивными или невротическими, со множест­вом промежуточных вариантов. Этот факт нельзя считать не относящимся к делу и при оценке художественного произведения. Можно было бы ска­зать, что даже если художник хорошо представил нам только свое особое невротическое решение, оно может иметь мощный резонанс, потому что есть много других людей, склоняющихся к такому же решению. Но можно ли до конца верить тому, что говорят нам, например, полотна Дали или новеллы Сартра, при всем их художественном мастерстве и острой пси­хологической наблюдательности? Чтобы быть верно понятой: я не считаю, что пьеса или рассказ не должны показывать нам невротических проблем. Напротив, когда большинство людей страдает от них, художественное изо­бражение может многим раскрыть глаза на их существование и значение, прояснить их в сознании людей. И конечно же, я не считаю, что пьесы или рассказы, раскрывающие психологические проблемы, обязаны иметь счаст­ливый конец. “Смерть коммивояжера”, например, не заканчивается счаст­ливо. *Но она и не оставляет нас в заблуждении.* Кроме того, что это обвинение обществу и образу жизни, это ясное заявление о том, что логи­чески ждет человека, сбегающего в воображение (в смысле нарциссичес-кого решения) вместо того, чтобы хоть взглянуть на свои проблемы. Произ­ведение искусства смущает нас, если мы не чувствуем позиции автора, или если он выдает и защищает невротическое решение как *единственное.*

Возможно, представленное возражение содержит ответ на еще один вопрос. Поскольку невротические конфликты или их невротические реше­ния могут парализовать или исказить творчество художника, мы, конечно, не можем утверждать без ограничений, что они в то же время стимулируют его. Гораздо более вероятно, что большинство таких конфликтов и их реше­ний неблагоприятно влияет на работу художника. Так где нам провести границу между теми конфликтами, которые могут давать все еще конструк­тивный толчок к творчеству, и теми, которые душат его, подрезают творцу крылья, снижают ценность сделанного им? Может быть, граница тут чисто количественная? Безусловно, нельзя сказать, что чем больше конфликтов у художника, тем лучше ему работается. Может быть, ему полезно иметь их немножко и вредно, если их многовато? Но тогда где граница между “многовато” и “немножко”?

— 278 —

*Глава 13. Невротические нарушения в работе*

При количественном подходе вопрос явно повисает в воздухе. Размыш­ления о конструктивных и невротических решениях и о том, что в них заключено, указывают нам иное направление. Какова бы ни была природа конфликтов художника, он не должен погибнуть. Что-то в нем должно быть достаточно конструктивным, чтобы вдохнуть в него желание выстоять про­тив них и выбраться из них. Однако это равнозначно той мысли, что реаль­ное Собственное Я художника должно быть достаточно живым, чтобы дей­ствовать, несмотря на его конфликты.

Из этих размышлений следует, что часто выражаемое убеждение в цен­ности невроза для художественного творчества — необосновано. Остается совсем неосязаемая возможность того, что невротические конфликты худо­жника могут вносить вклад в его мотивацию к творчеству. Так, конфликты и поиск выхода из них могут быть темой его творчества. Живописец может, например, выразить свои личные впечатления от горного пейзажа, а может выразить и свой личный опыт внутренней борьбы. Но он может творить только до той степени, в которой живо его реальное Собственное Я, дающее ему способность к глубоким личным переживаниям и внезапным желаниям и возможность их выразить. Однако сами эти дарования подвергаются ри­ску, поскольку при неврозе идет процесс отчуждения от себя.

И здесь мы видим слабость утверждения, что невротические конфлик­ты — необходимая движущая сила для художника. В лучшем случае, они могут вызвать временное побуждение к работе, но сам творческий порыв и творческие силы могут исходить только от его стремления к самореали­зации и присущей ему энергии. В той степени, в какой эта энергия направ­ляется не на простое и непосредственное *проживание* жизни, а на необхо­димость что-то *доказывать* (а именно, что он тот, кем он не является), творческие способности художника обречены на умирание. Напротив, к нему может вернуться его продуктивность, когда во время анализа осво­бодится его стремление (влечение) к самореализации. И если бы силу этого влечения понимали, весь спор о ценности невроза для художника никогда бы и не возник. *Художник творит не благодаря неврозу, а вопреки ему.* “Своей непроизвольностью искусство обязано ... *творчеству личности,* выражению себя.” \*

\* Д. Макмюррей. *“.Рассудок и чувство”.*

279

Глава 14 Дорога психоаналитической терапии

Несмотря на то что иногда невроз вызывает острые нарушения, а иног­да положение дел остается довольно статичным, заболевание по своей при­роде не подразумевает ни того, ни другого состояния. Это *процесс,* который нарастает по инерции и с собственной беспощадной логикой захватывает все новые области личности. Это процесс, порождающий конфликты и потребность в их решении. Но поскольку решения, которые находит невро­тик, чисто искусственные, то у него возникают новые конфликты, и они тре­буют новых решений, которые позволили бы ему более гладко функциони­ровать. Это процесс, который влечет его дальше и дальше прочь от реаль­ного Собственного Я и подвергает тем самым опасности рост личности.

Нам должно быть ясно, насколько сложен этот процесс, чтобы воздер­жаться от фальшивого оптимизма, сулящего быстрое и легкое излечение. Фактически слово “излечение” годится, только пока мы имеем в виду облегчение симптомов, вроде фобий или спазмов кишечника, а это, как нам известно, можно сделать разными путями. Но мы не можем “вылечить” не­верный ход развития пациента. Мы можем только помочь ему постепенно перерасти свои трудности так, чтобы развитие могло пойти в более конст­руктивном русле. Мы не можем обсуждать здесь, как сложно определя­лась цель психоаналитической терапии. Естественно, для каждого анали­тика эта цель вытекает из того, в чем он видит суть невроза. Пока, напри­мер, мы верили, что нарушения человеческих отношений являются решающим фактором при неврозе, целью терапии было помочь пациенту установить хорошие отношения с другими. Теперь, увидев природу и важ­ность внутрипсихических процессов, мы склонны формулировать цель не путем исключения нежелательных факторов, а путем включения желатель­ных. Мы хотим помочь пациенту найти себя и вместе с этим — возмож­ность работать над самореализацией. Его способность к хорошим человече­ским отношениям — существенная часть самореализации, но она также включает способность к творческой работе и к принятию ответственности. Аналитик должен помнить о цели своей работы с самой первой сессии и до последней, поскольку цель определяет предстоящую работу и ее дух

Чтобы получить самую первую оценку трудностей терапевтического процесса, мы должны подумать, что он включает в себя для пациента. Не входя в детали, пациент должен преодолеть все те потребности, влечения

— 280 —

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

или установки, которые препятствуют его росту: только когда начинают рассеиваться его иллюзии о себе самом и его иллюзорные цели, у него появляются шансы овладеть заложенными в нем возможностями и развить их. Только в той степени, в какой он оставит свою ложную гордость, он смо­жет быть менее враждебным к себе, и его уверенность в себе окрепнет. Только когда его Надо потеряют свою власть, сможет он открыть свои реальные чувства, желания, мнения, идеалы. Только встретившись лицом к лицу со своими конфликтами, он получит возможность реальной интегра­ции — и так далее.

Но хотя это совершенно несомненно и ясно для аналитика, пациент так не считает. Он убежден, что его образ жизни (его решение) правильный, и только так он может найти мир в душе и осуществиться. Он считает, что его гордость придает ему внутреннюю силу и достоинство, что без Надо его жизнь превратилась бы в хаос и т.п. Объективному постороннему наблюда­телю легко сказать, что все эти ценности — фальшивые. Но пока пациент считает, что других у него нет, он должен за них держаться.

Более того, он должен держаться за свои субъективные ценности, пото­му что иначе подвергается опасности все его психическое существование. Решение, которое он нашел для своих внутренних конфликтов (мы кратко охарактеризовали его выбор как “власть”, “любовь” или “свободу”), не только кажется ему правильным, мудрым и желанным, но и единственно безопасным. Оно дает ему чувство цельности; перспектива столкнуться со своими конфликтами ужасает его — он рассыплется от этого на части. Его гордость не только дает ему чувство собственного достоинства или значе­ния, но и охраняет его от столь же ужасной опасности быть поглощенным ненавистью или презрением к себе.

От понимания своих конфликтов или ненависти к себе пациент обере­гает себя во время анализа теми особыми средствами защиты, которые доступны ему в соответствии с его невротической структурой в целом. Захватнический тип избегает осознания того, что у него есть какие-то стра­хи, чувство беспомощности, потребность в привязанности, заботе, помощи или сочувствии. Смиренный тип старательнее всего отводит глаза от своей гордости или от того, что всеми силами стремится к собственной выгоде. “Ушедший в отставку”, чтобы не всплыли его конфликты, ставит непо­колебимый груз вежливой незаинтересованности и лени. У всех пациентов избегание конфликтов имеет двойную структуру: они не позволяют кон­фликтующим тенденциям подняться к поверхности и не позволяют осве­тить их глубину никакой вспышке внутреннего озарения. Некоторые пыта­ются убежать от всеобъемющего характера конфликта, прибегая к интел­лектуализации или психической фрагментации. У других защита еще более диффузная и видна в бессознательном сопротивлении тому, чтобы обду­мать что-либо до полной ясности, или в бессознательном цинизме (в смыс­ле отрицания ценностей). И нечеткость мышления и циничные установки в этих случаях так затуманивают конфликт, что становится невозможно разглядеть его.

—281—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Всеми силами пациент стремится оградить себя от переживания ненави­сти или презрения к себе, а удастся ли ему это, зависит от того, избежит ли он осознания, что его Надо не выполняются. Следовательно, при анализе он должен бороться против любого реального понимания своих недостатков:

с точки зрения его внутренних предписаний они являются непроститель­ными грехами. Поэтому любое предположение по поводу его недостатков ощущается им как несправедливое обвинение, и он встает в защитную пози­цию. И будь защита воинственной или извиняющейся, она позволяет ему спрятаться от болезненного исследования истины.

Эта напряженная потребность пациента защитить свои субъективные ценности и уберечься от опасностей (или от субъективного ощущения тре­воги и даже ужаса) отвечает за ухудшение его способности к сотрудниче­ству с аналитиком, несмотря на добрые сознательные намерения. Защи­щаться ему необходимо, и он выставляет защиту.

До сих пор мы видели, что защитные установки нацелены на сохранение status quo\*. И это, в основном, характерно для большинства периодов ана­литической работы. Например, в начальной фазе работы с “ушедшим в отставку” потребность пациента сохранить в неприкосновенности каждый кусочек своей замкнутости, отчужденности, своей “свободы”, своей поли­тики не-хочу или не-буду-бороться полностью определяет его установку по отношению к анализу. Но у захватнического и смиренного типов, особен­но в начале работы, аналитическое продвижение задерживает другая сила. Как в жизни они открыты позитивным целям (достижение абсолютной вла­сти, торжества или любви), так и в анализе они стремятся к ним всеми си­лами. Анализу предстоит убрать все преграды к их неомраченному торже­ству или к достижению безукоризненной, волшебной силы воли; обаяния, перед которым никто не устоит; умиротворенной святости и т. п. Следова­тельно, здесь уже не просто пациент стоит на страже своих целей, а паци­ент и аналитик изо всей силы тянут в разные стороны. Пусть даже оба гово­рят об эволюции, росте, развитии, для них это совершенно разные вещи. Аналитик имеет в виду развитие реального Собственного Я; пациент может думать только о совершенствовании своего идеального Собственного Я.

Все эти обструктивные силы присутствуют уже в мотивах обращения пациента за помощью к аналитику. Пациент хочет пройти анализ, чтобы избавиться от таких неприятностей, как фобия, депрессия, головная боль, трудности в работе, сексуальные нарушения, повторяющиеся неудачи того или иного рода. Он приходит, потому что не может справиться с тяжелой жизненной ситуацией — жена изменяет, муж ушел из дома. Он может прийти и потому, что смутно чувствует свою остановку в развитии. Все это, казалось бы, достаточные причины для прохождения анализа, не требующие дальнейшего исследования. Но, по только что упомянутым причинам, мы

\* Я предлагала такое определение “сопротивления” в *“Слчоанализе”*. Глава 10. *“Работа с сопротивлениями”.*

—282—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

все же спросим: кто страдает? Сам человек, с его реальным желанием быть счастливым и расти, или его гордость?

Конечно, здесь нельзя провести особо четкую грань, но нужно пом­нить, что, в основном, это гордость делает некоторые существующие рас­стройства невыносимыми. Уличная фобия, например, может быть невыно­сима для человека, потому что задевает его гордость своей властью над любой ситуацией. То, что ушел муж, становится катастрофой, если фруст-рирует невротическое требование честной сделки. (“Я была такой хорошей женой, я имею право на его преданность”.) Сексуальные затруднения, не беспокоящие одного, будут невыносимы для другого, который должен быть образцом “нормальности”. Остановка в развитии может так сильно рас­страивать из-за того, что блеска без усилий как-то не получается. Роль гор­дости видна в том, что за помощью могут обратиться по поводу незначи­тельного, но задевающего гордость нарушения (дрожат руки, в лицо броса­ется краска, страшно выступать перед публикой), легко проходя мимо нарушений гораздо более важных, но играющих слабую роль в решении пройти анализ.

С другой стороны, гордость не пускает пойти к аналитику тех, кому нужно и можно помочь. Их гордость своей самодостаточностью и “незави­симостью” превращает перспективу помощи в унижение. Обратиться за помощью недопустимо: нельзя “распускаться”, Надо уметь со всем справ­ляться самому. Гордость властью над собой не позволяет даже допустить существования каких-то там невротических проблем. В лучшем случае они придут проконсультироваться по поводу невроза приятеля или родствен­ника. В таких случаях аналитик должен быть готов к тому, что это един­ственная возможность для них поговорить, хоть и не прямо, о своих собст­венных затруднениях. Гордость мешает им реалистически подойти к своим проблемам и получить помощь. Конечно, не какой-то особый вид гордости запрещает обращаться к аналитику. Мешать этому может любой фактор, вытекающий из решения внутренних конфликтов. Например, “уход в от­ставку” может быть так прочен, что они лучше махнут рукой на свои нару­шения (“Уж так я создан”). Смирение не дает “эгоистично” сделать что-то для себя самого.

Обструктивные силы видны и в тайных ожиданиях пациента от ана­лиза — я упоминала об этом, обсуждая общие трудности аналитической работы. Повторю, что он отчасти ожидает, что анализ должен удалить мешающие факторы, ничего нс меняя в невротической структуре; а отчасти, что он должен сделать реальной бесконечную мощь его идеального Собст­венного Я. Более того, эти ожидания касаются не только цели анализа, но и способа ее достижения. Редко встречается (если оно вообще есть) у паци­ентов неприятное предчувствие, что придется работать. Здесь замешано несколько факторов. Конечно, любому, кто только читал об анализе или пы­тался анализировать себя или других, трудно предвидеть тяжелую работу. Но, как это бывает со всякой новой работой, со временем пациент усвоил бы ее содержание, если бы не вмешивалась его гордость. Захватнический

—283—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

тип недооценивает свои трудности и переоценивает свою способность их преодолеть. При его могучем уме или всесильной воле, он Должен суметь напрячь их в секунду. “Ушедший в отставку”, скованный ленью и парали­чом инициативы, ждет от аналитика волшебного ключика к его проблемам с терпеливым интересом постороннего наблюдая за ним. Чем более преоб­ладают в пациенте элементы смирения, тем больше он ждет, что аналитик, поглядев, как он страдает и умоляет о помощи, просто возьмет, да и взмах­нет волшебной палочкой. Все эти верования и надежды скрыты, конечно же, под слоем разумных ожиданий.

Тормозящий эффект таких тайных ожиданий достаточно очевиден. Не­важно, возлагает ли пациент надежды на то, что желанный результат полу­чится силой волшебства аналитика или его самого, слабеет его побуждение собрать необходимые для работы силы, и анализ становится, скорее, маги­ческим процессом. Излишне говорить, рассудочные объяснения тут беспо­лезны, потому что нисколько не затрагивают внутренней необходимости волшебства, определяющей Надо и стоящие за ними требования. Пока эти тенденции действуют, требования быстрого излечения необычайно сильны, Пациент отворачивается от факта, что в сообщениях о мгновенных исцеле­ниях говорится только об изменении симптоматики, и воодушевляется тем, что он принимает за легкий переход к здоровью и совершенству.

Формы, в которых может во время анализа проявляться действие этих обструктивных сил, бесконечно разнообразны. Хотя аналитику важно их знать, чтобы быстро их определять, я упомяну только о немногих из них. И я не буду обсуждать их, поскольку нас здесь интересует не аналитическая техника, а суть процесса терапии.

Пациент может спорить, стать саркастичным, вести себя оскорбитель­но; может спрятаться за фасадом вежливой уступчивости; может стать уклончивым, терять тему, забывать о ней; он может говорить со стерильной рассудительностью, будто все это касается не его; может отвечать вспыш­ками ненависти или презрения к себе, тем самым предостерегая аналитика заходить дальше — и так далее. Все эти трудности могут проявиться в непо­средственной работе над проблемой пациента или в его отношениях с ана­литиком. В сравнении с другими человеческими отношениями, аналитиче­ские в одном аспекте легче для пациента. Аналитик меньше вступает с ним в игру, поскольку сосредоточен на том, чтобы понять проблемы пациента. В других аспектах они труднее, поскольку расшевеливают конфликты и тревоги пациента. Тем не менее, это *человеческие* отношения, и все труд­ности, какие только есть у пациента в отношениях с людьми, проявляются и здесь тоже. Упомянем только самые выдающиеся: компульсивная потреб­ность пациента во власти, любви или свободе во многом определяет течение аналитических отношений и делает его сверхчувствительным к руковод­ству, отвержению или принуждению со стороны аналитика. Поскольку его гордость обречена быть задетой в процессе анализа, он склонен легко чув­ствовать себя униженным. Из-за своих ожиданий или требований он часто

—284—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

разочарован и оскорблен. Поднявшиеся в нем самообвинения и презрение к себе вызывают в нем чувство, что его обвиняют и презирают. А когда его охватывает порыв саморазрушительной ярости, он легко становится бранч-ливым и держится оскорбительно по отношению к аналитику.

Наконец, пациенты регулярно переоценивают значимость аналитика. Он для них не просто человек, который в силу обучения и знания себя может помочь им. Неважно, насколько искушен пациент, втайне он отно­сится к нему как к врачу, наделенному сверхчеловеческими способностями к добру и злу. И страхи, и ожидания, сливаясь, создают эту установку. Ана­литик властен причинить им боль, раздавить их гордость, вызвать презрение к себе — но ведь и чудом исцелить! Короче говоря, это маг, во власти кото­рого швырнуть их в ад и вознести на небеса.

Мы можем понять значение этих защит, взглянув на них с разных точек зрения. Работая с пациентом, мы поражаемся, как они затягивают аналити­ческий процесс. Они затрудняют, а иногда делают невозможным для паци­ента самоизучение, самопонимание и изменения. С другой стороны, как признавал Фрейд, говоря о “сопротивлении” — они указывают нам прямую дорогу. В той степени, в которой мы постепенно понимаем те субъективные ценности, которые пациенту нужно защитить или приумножить, и ту опас­ность, от которой он ограждает себя, мы понемногу узнаем о том, какие силы движут им и каково их значение.

Более того, хотя защиты создают многосложные помехи лечению, и (на­ивно говоря) аналитику иногда хочется, чтобы их было поменьше, но если бы не они, процедура анализа требовала бы куда большей осторожности. Аналитик старается избегать преждевременных интерпретаций, но посколь­ку нет у него божественного всеведения, то и не получается уйти от факта, что иногда он задевает в пациенте гораздо больше того, с чем тот может справиться. Аналитик может сделать замечание, которое кажется ему без­обидным, но пациента оно встревожит. Или, даже без всяких замечаний, в силу собственных ассоциаций или сновидений, пациенту могут открыть­ся перспективы, которые лишь напугают его, не давая хотя бы каких-то указаний. Следовательно, неважно, насколько обструктивно влияют защи­ты, в них есть позитивные факторы постольку, поскольку они являются выражением интуитивного процесса самозащиты, необходимого из-за хруп­кости внутреннего состояния, созданного гордыней.

Любая тревога, возникающая в процессе аналитической терапии, обыч­но вызывает у пациента новую тревогу, поскольку он склонен расценивать ее как признак ухудшения. Но чаще это, на самом деле, не ухудшение. Зна­чение тревоги можно оценить только в контексте ее возникновения. Она может означать, что пациент подошел к своим конфликтам или к своей ненависти к себе ближе, чем он может вынести в данный момент. В этом случае его привычный способ успокоить тревогу обычно помогает ему спра­виться с ней. Перспектива, которая, казалось, открывается перед ним, закрывается; у него не получилось ею воспользоваться. С другой стороны, возникновение тревоги может иметь глубокий положительный смысл. Она

—285—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

может указывать, что пациент теперь уже чувствует достаточно сил, чтобы отважиться на риск открытой встречи со своими проблемами.

Дорога аналитической терапии стара и нахожена за века истории чело­вечества. Словами Сократа и индийской философии, это *путь к изменению через самопознание.* Нов только метод самопознания, которым мы обязаны гению Фрейда. Аналитик помогает пациенту осознать все силы, действую­щие внутри него, обструктивные и конструктивные, и первые — победить, а вторые — мобилизовать. Хотя разрушительная деятельность обструктив-ных сил идет одновременно с созидательной деятельностью конструктив­ных, мы обсудим их по отдельности.

Когда я читала курс лекций по предмету этой книги\*, после девятой лекции меня спросили, когда же, наконец, речь пойдет о лечении. Я отве­тила, что о нем речь и шла. Вся информация о возможных психологических осложнениях дает каждому шанс разобраться с самим собой. А когда мы спрашиваем здесь, что пациент должен осознать, чтобы искоренить гор­дыню и все, что из нее вытекает, мы так же можем ответить, что он должен осознать каждую грань того, что мы обсуждали в этой книге: свою погоню за славой, свои требования, свои Надо, свою гордость, свою ненависть к себе, свое отчуждение от себя, свои конфликты, свое особое их реше­ние — и влияние, которое все эти факторы оказывают на его отношения с людьми и способность к творческой работе.

Более того, пациент должен осознать не только эти индивидуальные факторы, но их связи и взаимодействия. Самое главное в этом плане — осознать, что ненависть к себе неразлучна с гордостью, и нельзя иметь только одну из них, без другой. Нужно увидеть каждый отдельный фактор в контексте всей своей невротической структуры. Например, пациенту при­дется увидеть, что его Надо определены особыми видами гордости и что их невыполнение влечет самообвинения, а те — потребность защититься от их бешеной атаки.

*Осознать все эти факторы — это не получить информацию о них всех. а узнать их, приобрести о них знание.* Как говорит об этом Мак-мюррей:

“Такую концентрацию на объекте, такое безразличие к обсуждаемому человеку, какие характерны для “информационной” установки, часто назы­вают объективностью. Но на самом деле — это только обезличивание... Информация — всегда информация о чем-то, а не знание этого. Наука не может сделать так, чтобы Вы знали свою собаку, она может только расска­зать о собаках вообще. Вы можете узнать ее, нянчась с ней во время чумки, уча ее, как положено вести себя в доме, играя с ней в мячик. Конечно, Вы можете *использовать* научную информацию о собаках вообще, чтобы луч­ше узнать свою собаку, но это другой разговор. Науке есть дело до общего, до более или менее универсальных характеристик предметов вообще, а не

\* В Новой школе социальных исследовании, в 1947 и 1948 it. —286—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

до отдельного случая. Но все реальное — всегда отдельный случай. Стран­но, но наше знание о вещи зависит от нашего личного к ней интереса”\*.

Но такое знание о себе включает следующие два фактора. Пациенту ни­чем не поможет общая идея, что в нем есть много ложной гордости, или что он сверчувствителен к критике и неудачам, или что он склонен упрекать себя, или что у него есть конфликты. Поэтому, первый фактор — это осоз­нание *особенных* путей, которыми все эти факторы действуют внутри него, и *конкретных деталей* их проявления в его *отдельной* жизни, прошлой и настоящей. Может показаться самоочевидным, что никому не помогут, например, сведения о Надо вообще или даже о том, что они есть и у тебя лично, и что нужно выяснять их особенное содержание, особенные фак­торы, которые делают их необходимыми, и конкретное влияние их на твою отдельную жизнь. Но сделать ударение на отдельном и особенном необхо­димо, во-первых, потому что по ряду причин (отчуждение от себя, потреб­ность скрыть бессознательные притязания) пациент склонен к неопреде­ленности или к безличности.

Во-вторых, знание о себе не должно остаться интеллектуальным зна­нием, хотя с такого уровня можно начать, а должно стать *эмоциональным переживанием.* Оба фактора тесно переплетены, потому что никто не может пережить, например, гордость вообще: пережить можно только свою гордость чем-то определенным.\*\*

Почему же важно, чтобы пациент не только раздумывал о силах, дейст­вующих в нем, а чувствовал их? Интеллектуальное понимание или позна­ние какой-то вещи в строгом смысле слова не “понимание” и не “позна­ние” \*\*\* вообще: подумав о ней, мы ее не “поимели” и не “познали”, она не стала живой для нас, не стала нашей. Может быть, умом-то пациент верно понимает проблему; но ум, как зеркало, не впитывает лучей света, а отра­жает их, поэтому и прилагает он такие “озарения” не к себе, а к другим. Или же его гордость своим умом овладевает им со скоростью света: он гордится, что для него воссияла истина, от которой другие отворачиваются

Д. Макмюрреи. *“Рассудок и чувство”.*

В истории психоанализа интеллектуальное знание сперва казалось лечащим фактором. В то время оно означало появление детских воспоминаний. Переоценка интеллектуаль­ного знания в те времена также просматривается в ожидании, что одного рассудочного признания иррациональности какой-то тенденции уже будет достаточно, чтобы все пришло в норму. Потом маятник качнулся в другую сторону: самым важным стало эмо­циональное переживание, и с тех пор это всячески подчеркивалось. Фактически, это смещение акцентов представляется характерным для прогресса большинства аналитиков. Каждому из них, видимо, понадобилось открыть самому важность эмоционального пере­живания. См. Отто Ранк и Шандор Ференци. *“Развитие психоанализа”* (Otto Rank and Sandor Ferenczi. *“The Developement of Psychoanalysis”.* Neurosis and Mental Disease Publ. N40. Washington. 1925). Т. Райх. *“Удивление и психоаналитик”* (Theodore Reik. *“Surprise and Psychoanalyst”.* Kegan Paul. London. 1936.). Дж. Г. Ауэрбах. *“Изменение ценностей через психотерапию”* (J. G. Auerbach. *“Change of Values through Psychothe­rapy”.* Personality. Vol. 1, 1950.).

См. в *“Толковом словаре”* В. Даля “имать”, “познать”. В английском тексте указывает­ся, что корень слова realisation (осознание) — real (реальный, настоящий). *(Прим. перев.).*

—287—

***Карен*** *Хорни. Невроз и личностный рост*

и закрываются; он начинает крутить да вертеть свое открытие и вывора­чивает его так, что тут же его мстительность или, например, обидчивость, становятся полностью разумными реакциями. Или, наконец, власть чис­того разума может показаться ему достаточной для изгнания беса проб­лемы: увидеть и *есть* решить.

Более того, только пережив полностью иррациональность доселе бес­сознательных или полуосознанных чувств или влечений, мы постепенно узнаем, какой принудительной силой обладает наше бессознательное. Пациенту недостаточно согласиться с возможностью того, что его отчаяние из-за любви, оставшейся без награды, в реальности — чувство, что его уни­зили, потому что задета его гордость своей неотразимостью, или тем, что он владеет душой и телом'другого человека. Он должен *прочувствовать* уни­жение и, позднее, власть его гордости над ним. Недостаточно краем глаза увидеть, что его гнев или самоупреки, возможно, сильнее, чем оправдано происшедшим. Он должен *прочувствовать* всю силу своей ярости или глубину презрения к себе: только тогда он как следует разглядит мощь (и иррациональность) некоторых бессознательных процессов. Только тогда у него появится мотив узнать больше о себе.

Важно также испытывать чувства в их правильном контексте и пытать­ся пережить те чувства или влечения, которые еще только понимаешь умом, но не чувствуешь. Вернемся к примеру женщины, испугавшейся собаки сразу после того, как она не смогла взойти на вершину горы — сам страх был прочувствован в полную силу. Ей помогла преодолеть этот страх мысль, что он — результат презрения к себе. Хотя последнее вряд ли было пережи­то, ее открытие все равно означало, что страх она испытала в правильном контексте. Но другие страхи продолжали находить на нее, пока она не почув­ствовала, до какой глубины презирает себя. А переживание презрения к себе в свою очередь помогло ей только тогда, когда она испытала его в кон­тексте своего иррационального требования — владеть любой ситуацией.

Эмоциональное восприятие некоторых чувств или влечений, прежде бессознательных, может случиться внезапно и произвести впечатление разоблачения. Но чаще оно наступает постепенно, в процессе серьезной работы над проблемой. Сперва, например, пациент признает, что в его раз­дражительности есть элементы мстительности. Он может заметить связь между этим состоянием и уколом гордости. Но в какой-то момент он дол­жен пережить, как сильно он задет, и как влияет на его чувства желание отомстить. Другой пример: он сперва может заметить, что в каком-то слу­чае негодует и оскорблен больше, чем оно того стоит. Он может признать, что эти чувства возникли в ответ на разочарование в неких ожиданиях. Он соглашается с предположением аналитика, что это, может быть, неразумно, но считает свое негодование и обиду совершенно законными. Постепенно он сам будет замечать у себя ожидания, которые даже его поражают своей безрассудностью. Позднее он осознает, что это не безвредные желания, а, скорее, жесткие требования. Со временем ему откроются их размах и фан­тастический характер. Затем ему предстоит пережить, как он бывает пол-

—288—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

ностью раздавлен или бешено разъярен, когда они фрустрированы. Наконец до него доходит их могущество. Но и в этот момент ему все еще далеко до переживания того, что он скорее умрет, чем откажется от них.

Последняя иллюстрация: он знает, что очень любит “устроиться” или что иногда ему нравится дурачить или обманывать других. По мере того как он все больше отдает себе в этом отчет, он может понять, как он зави­дует тем, которые “устроились” лучше него, и как он бесится, когда его дурачат или обманывают. Он все больше будет понимать, как на самом деле гордится своей способностью обманывать и надувать. И в какой-то момент его должно, что называется, до мозга костей пронять: его погло­щает эта страсть.

Но что же делать, если пациент просто не испытывает определенных чувств, порывов, стремлений — или чего-то еще? Мы не можем, в конце концов, искусственно внушать чувства. И все же здесь немного может помочь совместная убежденность пациента и аналитика в *желательности* того, чтобы чувства (к чему бы они ни относились) появились и проявились в полную свою силу. Это настроит обоих на разницу между работой мысли и эмоциональной вовлеченностью. Кроме того, это возбудит их интерес к анализу факторов, связанных с эмоциональными переживаниями. Они мо­гут быть различны по своему охвату, силе и роду. Аналитику важно устано­вить, мешают ли они испытывать чувства вообще или только определенные чувства. Выдающаяся роль принадлежит неспособности или малой способ­ности пациента переживать что-либо *предосудительное.* Одного пациента, который считал себя донельзя деликатным человеком, вдруг осенило, что он бывает неприятно деспотичным. Он поспешил с оценочным суждением, что это неправильная установка и что он должен это прекратить.

Такие реакции выглядят честным настроем против невротических тен­денций и желанием их изменить. На самом деле в таких случаях пациента раздирают гордость и страх перед презрением к себе, а потому он поспеш­но пытается затушевать неудобную тенденцию, прежде чем успевает понять и прочувствовать ее во всей полноте. Другой пациент, у которого было табу на то, чтобы занимать выгодное положение или воспользоваться им, обнаружил, что под его сверхскромностью таится потребность искать свою выгоду; что фактически он приходит в ярость, если ничего не извлекает из сложившейся ситуации, и заболевает всякий раз, как побывает с людьми, некоторым образом лучше него сумевшими устроиться. И тогда он тоже, с быстротой молнии, заключил, что он мерзавец — и тем самым в корне пресек возможное переживание и последующее понимание подавленных агрессивных тенденций. Дверь захлопнулась также и для осознания сущест­вующего конфликта между компульсивной “неэгоистичностью” и равно жадным приобретательством.

Люди, которые думали о себе и почувствовали некоторые свои внутрен­ние проблемы и конфликты, зачастую скажут: “Я так много (или даже — все) знаю о себе, и это помогло мне лучше владеть собой; но в глубине-то

—289—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

*я* остался все таким же беззащитным и несчастным”. Обычно в таких слу­чаях оказывается, что их внутренние озарения были как слишком односто­ронними, так и слишком искусственными, то есть они не были осознанием в глубоком и всеобъемлющем смысле, как здесь разъяснялось. Но допус­тим, что такой человек действительно прочувствовал действие некоторых важных сил внутри него и увидел их влияние на свою жизнь; как и насколь­ко его озарения сами по себе помогают ему освободиться? Они, конечно, иногда расстраивают его, а иногда приносят облегчение, но что же они понастоящему меняют в его личности? Вопрос этот с первого взгляда может показаться слишком общим, чтобы дать на него удовлетворительный ответ. Но я подозреваю, что мы все склонны переоценивать их терапевтиче­ский эффект. И поскольку мы хотим узнать точно, от чего он наступает, давайте исследуем изменения, которые они приносят с собой, то есть их возможности и границы этих возможностей.

Никто не может узнать о своей гордыне и нисколько не изменить свои ориентиры. Человек начинает понимать, что определенные его идеи о себе были фантастическими. Он начинает подумывать, что с такими требова­ниями, которые он предъявляет к себе, пожалуй, не справился бы никто, а требования, которые он предъявляет к другим, не только покоятся на шат­ком основании, но еще и нереальны.

Он начинает видеть, что необыкновенно гордится некоторыми качест­вами, которых у него нет, или, про крайней мере, нет в такой степени, как он считал — например, что его независимость, которой он так гордился, похожа, скорее, на чувствительность к принуждению, чем на реальную вну­треннюю свободу; что он, фактически, не такой уж кристалльно честный, каким себе виделся, поскольку пронизан бессознательными претензиями:

что гордясь своей властью, он не властен распоряжаться в собственном доме; что добрая доля его любви к людям (которая и превращает его в тако­го чудесного человека) — результат компульсивной потребности в любви или в восхищении.

Наконец, он начинает сомневаться в правильности своей системы ценно­стей и своих целей. Может быть, его самоупреки не просто признак нравст­венного чутья? Может быть, его цинизм не говорит о том, что он выше обыч­ных предрассудков, а только удобный способ не считаться с собственными убеждениями? Может быть, считать каждого мошенником, это не чистая житейская мудрость? Может быть, он многое теряет от своей замкнутости? Может быть, власть или любовь — не единственый ответ на все вопросы"?

Все такие изменения можно описать как постепенную работу сверки с реальностью и проверки системы ценностей. Эти шаги постепенно подта­чивают гордыню. Это совершенно необходимое условие для переориента­ции, являющейся целью терапии. Но пока что все они ведут к *избавлению от иллюзий.* И они одни не будут и не могут иметь законченного и продол­жительного освобождающего эффекта (если вообще будут эффективны). если одновременно не делается конструктивных шагов.

—290—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

Когда в ранний период истории психоанализа психиатры рассматри­вали анализ как одну из возможных форм психотерапии, некоторые отста­ивали взгляд, что за анализом должен следовать синтез. Они принимали как данность необходимость определенных “разоблачений”. Но после этого врач должен дать пациенту что-то позитивное, чем он мог бы жить, во что мог бы верить, для чего мог бы работать. В то время как такие предложения возникали, возможно, из неверного понимания анализа, и в них было много ошибочного, они были подсказаны хорошей интуицией. На самом деле, эти предложения более относятся к аналитическому мышлению нашей школы, чем школы Фрейда, потому что он видел процес лечения иначе, чем видит­ся нам: убрать препятствия, чтобы создалась возможность для роста. Глав­ная ошибка тех предложений была в значении роли терапевта. Вместо того чтобы довериться конструктивным силам самого пациента, считалось, что врач достаточно искусственным путем, как deus ex machina, обеспечит ему позитивный жизненный путь.

Мы вернулись в старинной врачебной мудрости, что силы выздоров­ления присущи самому сознанию точно так же, как они присущи телу чело­века, и что в случаях телесных или душевных расстройств врач только про­тягивает руку помощи, чтобы удалить вредное и поддержать целебное. *Терапевтическая ценность процесса освобождения от иллюзий состоит в том, что по мере ослабления обструктивных сил, кон­структивные силы реального Собственного Я получают возможность для роста.*

Задача аналитика при поддержке этого процесса отличается от его за­дачи при анализировании гордыни. Та работа требует, помимо обучения технике, широких знаний возможных бессознательных хитросплетений и личного умения их открывать, понимать, расплетать. Для того чтобы помочь пациенту найти себя, аналитику также нужно добытое опытом зна­ние о путях, которыми реальное Собственное Я может дать о себе знать, например, в сновидениях. Такое знание желательно, потому что эти пути вовсе не очевидны. Он должен также знать, как и когда привлекать сознание пациента к участию в процессе. Но важнее всего, чтобы сам аналитик был конструктивной личностью и считал, что его конечная цель — помочь паци­енту найти себя.

Здоровые силы есть в пациенте с самого начала. Но в начале анализа их энергия обычно недостаточна, и надо их расшевелить, прежде чем от них будет реальная помощь в битве с гордыней. Следовательно, сперва анали­тик должен просто работать, прилагая добрую волю или позитивный инте­рес к тому, что доступно для анализа. По каким-то причинам пациент заин­тересован в том, чтобы избавиться от определенных нарушений. Обычно (опять же, по каким-то причинам) он действительно что-то хочет улуч­шить: свой брак, отношения с детьми, сексуальное функционирование, спо­собность читать, сосредоточиваться, общаться, зарабатывать деньги и т. п. Ему может быть интеллектуально любопытен анализ или даже он сам;

бывает, пациенту хочется произвести на аналитика впечатление оригиналь-

—291 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

ностью своего ума или быстротой, с которой он достигает внутреннего озарения; бывает, он хочет понравиться сам или быть превосходным паци­ентом. Может пациент и хотеть сотрудничать, даже страстно хотеть этого изначально, из-за своего ожидания, что воля аналитика или его собствен­ная могут принести волшебное исцеление. Он может, например, понять один только факт своей сверхуступчивости или сверхблагодарности за любое уделенное ему внимание — и тут же “вылечиться” от нее. Такая мотивация не поможет пройти этап первичного разочарования, но ее доста­точно для вступительной фазы, которая, в любом случае, не так уж трудна. Когда пациент узнает о себе хоть что-то, у него развивается интерес к себе на более солидной основе. Аналитику необходимо использовать эти моти­вации как таковые, не обманываясь относительно их природы, и выбрать подходящее время для того, чтобы сами эти ненадежные мотивации под­вергнуть анализу.

Казалось бы, чем раньше призвать к работе реальное Собственное Я, тем лучше. Но осуществимы ли такие призывы и имеют ли смысл, зависит, как и все остальное, от заинтересованности пациента. Пока его силы на­правлены на укрепление самоидеализации и, соответственно, на подавление реального Собственного Я, эти призывы, скорее, бесполезны. Однако наш опыт такого рода невелик, и найдется, может быть, больше доступных путей, чем мы себе представляем. В начале работы, как и впоследствии, наибольшую помощь оказывают сновидения пациента. Я не могу здесь раз­вивать нашу теорию сновидений. Достаточно упомянуть кратко ее основные положения: в сновидениях мы ближе к реальности самих себя; сновидения представляют собой попытки решить наши конфликты невротическим или здоровым путем; в них могут действовать конструктивные силы даже в то время, когда они еще вряд ли заметны в чем-то другом.

Из сновидений с конструктивными элементами даже в самом начале анализа пациент может поймать видение мира внутри себя, мира особен­ного, его собственного и более верного его чувствам, чем мир его иллюзий. Бывают сновидения, в которых пациент в символической форме выражает жалость к себе за то, что он делает с собой. Бывают сновидения, где откры­вается глубокий кладезь печали, ностальгии, страсти; сновидения, в кото­рых он борется за то, чтобы остаться в живых; сновидения, в которых он сидит в тюрьме и хочет выбраться на волю; сновидения, в которых он неж­но выращивает какое-то растение или открывает комнату в доме, о которой и не знал раньше. Аналитик, конечно, поможет ему понять смысл этих сим­волов. Но вдобавок он может подчеркнуть значение того, что в своих сно­видениях пациент испытывает чувства или стремления, которых не осмели­вается испытывать наяву. И он может задать вопрос, например, не является ли печаль более правдивым чувством пациента по отношению к себе, чем сознательно выражаемый им оптимизм.

Со временем становятся возможны другие подходы. Сам пациент может начать удивляться тому, как мало он знает о своих чувствах, желаниях, убеждениях. Тогда аналитик поддержит его озадаченность. Как он это сде-

—292—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

лает? Здесь нам кажется самым подходящим слово “естественно”, которое так часто неверно употребляют. Для человека естественно (согласно его природе) чувствовать, что он чувствует, знать, на что он надеется и во что верит. И естественно удивляться, когда эти природные способности не работают. И если это удивление не возникает само, аналитик может про­будить его в нужное время.

Может показаться, что этого очень мало. Но так постигается не только общеизвестная истина, что удивление — начало мудрости; важно (и это более специфично), что пациент начал осознавать свое самоотчуждение, вместо того чтобы не обращать на него внимания. Эффект можно сравнить с тем, как юноша, выросший при диктатуре, вдруг узнает о демократиче­ском образе жизни. Сообщение может поразить его немедленно; может быть принято скептически, потому что демократию дискредитировали в его глазах. Тем не менее, до него постепенно доходит, что он обделен чем-то очень хорошим.

Некоторое время такие замечания при случае, может быть, и все, что необходимо. Только когда пациент уже заитересовался: “Кто же я?”,— аналитик будет активнее пытаться довести до его сознания, как мало он знает или мало заботится о своих настоящих чувствах, желаниях, убежде­ниях. Вот иллюстрация: пациент испуган, когда видит в себе незначитель­ный конфликт. Он боится, что у него начнется расщепление психики, и он сойдет с ума. К проблеме можно подойти с разных сторон, например, идя от его ощущения, что он находится в безопасности только когда все взято под контроль разума, или от его страха, что любой незначительный кон­фликт ослабит его в борьбе с внешним миром, который он воспринимает как враждебный. Фокусируясь на его реальном Собственном Я, аналитик сумеет разобраться, почему конфликт пугает пациента: из-за своего раз­маха или из-за того, что реальное Собственное Я пациента располагает еще слишком малыми силами, чтобы справиться даже с незначительным конфликтом.

Или, скажем, пациент не может выбрать одну из двух женщин. По мере продвижения анализа все более проясняется, что для него вообще чрезвы­чайно трудно полностью посвятить себя чему-либо или кому-либо: жен­щине, идее, работе или дому. И здесь аналитик сумеет подойти к проблеме с разных сторон. Во-первых, пока всеобщность затруднения не выявлена, нужно найти, что входит в частное решение. Когда начинает вырисовывать­ся общая нерешительность, аналитику может открыться гордость пациента тем, что он может управиться со всем (как говорится, съесть пирог и сохра­нить до крошки), и, следовательно, необходимость сделать выбор создает у него чувство позорного падения. С другой стороны, с точки зрения реаль­ного Собственного Я, аналитик предположит, что пациенту трудно посвя­тить себя чему-либо потому, что он слишком далек от себя, чтобы знать свои предпочтения и цели.

Пациент жалуется на свою уступчивость. В будни и выходные он обе­щает или делает ненужные ему вещи просто потому, что другие этого хотят

— 293 -

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

или ждут. И здесь тоже, соответственно контексту в данное время, за проб­лему можно взяться с двух концов: пациент хочет избежать трении, не ценит своего времени, гордится своей способностью сделать все на свете. Однако аналитик сумеет просто задать вопрос: “А Вам никогда не случа­лось спросить у себя о том, чего Вы хотите или что считаете правильным?” Помимо пробуждения реального Собственного Я таким косвенным путем, аналитик не упустит возможности явно ободрить пациента при любом при­знаке того, что тот проявил большую независимость мысли или чувства, принял на себя ответственность, заинтересовался правдой о самом себе, поймал себя на своих претензиях. Надо или вынесениях вовне. Это вклю­чает поддержку любой попытки самоанализа в промежутке между сесси­ями. Более того, аналитик покажет или подчеркнет особое влияние таких шагов на отношения пациента с людьми: он стал меньше бояться других, меньше зависеть от них, а потому больше способен испытывать к ним дру­жеские чувства, сочувствовать им.

Иногда пациента и не нужно подбадривать, поскольку он и так чувствует себя свободнее и живее. Иногда он склонен преуменьшать важность прой­денных шагов. Тенденцию отнестить к ним небрежно нужно анализировать, потому что она может указывать на страх, касающийся появления реального Собственного Я. Вдобавок аналитик спросит пациента, что дало ему в дан­ный момент возможность быть более непосредственным, принять решение или сделать что-то для себя. Такой вопрос может помочь понять, какие факторы отвечают за то, что пациенту хватило смелости быть самим собой.

Пациент понемногу обретает твердую почву под ногами, а значит и способность *вступить в борьбу со своими конфликтами.* Это не значит, что конфликты только теперь стали видны. Аналитик видел их давно, и даже пациент чувствовал их признаки. То же самое верно для любой другой невротической проблемы: процесс ее осознания — это пошаговый, посте­пенный процесс, а работа над ней идет в продолжении всего анализа. Но без уменьшения самоотчуждения у пациента нет возможности почувствовать эти конфликты *своими —* и сразиться с ними. Как мы видели, многие фак­торы вносят вклад в то, что осознание конфликтов становится разруши­тельным переживанием. И самоотчуждение среди них играет выдающуюся роль. Простейший путь понять эту связь — представить себе конфликт в рамках межличностных отношений. Положим, что человек теснейшим образом связан с двумя другими людьми (отцом и матерью или двумя жен­щинами), которые тянут его в разные стороны. Чем меньше он знает о своих чувствах и убеждениях, тем больше он будет метаться туда-сюда и разры­ваться на части. И напротив, чем тверже он укоренен в самом себе, тем меньше он будет мучиться от этих рывков и толчков.

Пациенты начинают осознавать свои конфликты очень по-разному. Они могли отдавать себе отчет, или только теперь начали это делать, о двойст­венности своих чувств в определенных ситуациях (например, это амби­валентные чувства к родителям, к супругу), о противоречащих друг другу

—294—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

установках по отношению к сексуальности или направлениям в научно-философском мышлении. Например, пациент может знать, что ненавидит мать и предан ей. Выглядит это так, будто он осознает конфликт, хотя бы по отношению к конкретному человеку. Но на самом деле он видит это так:

с одной стороны, ему жалко мать — она мученица, а потому несчастна;

с другой стороны, он в ярости от ее удушающих требований исключитель­ной преданности. И обе реакции могут быть вполне понятными для чело­века его склада. Далее, то, что он принимает за любовь или сочувствие, ста­новится яснее. Ему Надо быть идеальным сыном, он Должен принести ей счастье и удовлетворение. Поскольку это невозможно, он чувствует себя “виноватым” и удваивает внимание. Это Надо не ограничивается (как далее оказывается) единственной ситуацией; в жизни просто нет таких ситуаций, где бы ему не было Надо быть *абсолютным* совершенством. Тогда всплы­вает следующая составляющая конфликта. Он еще и достаточно замкнутый человек, со скрытым требованием, чтобы его не беспокоили и ничего от него не ждали, и он ненавидит тех, кто это делает. *Прогресс здесь в том, что приписывая сперва свои противоречивые чувства внешней ситуа­ции* (характеру матери), *он пришел к осознанию своего собственного конфликта в отношении к конкретному человеку и наконец — к пони­манию главного своего конфликта,* который заключен в нем самом, а потому разыгрывается во всех сферах его жизни.

Другие пациенты могут сперва лишь вспышками видеть противоречия в своей главной жизненной философии. Смиренный тип, например, может неожиданно понять, что в нем довольно много презрения к людям, или что он бунтует против необходимости быть “милым” с ними. Или же у него может быть беглое осознание того, что он требует себе необыкновенных привилегий. Хотя сперва это не поражает его, даже как противоречие, не говоря уже о конфликте; он постепенно понимает, что это действительно противоречит его чрезвычайной скромности и любви ко всем на свете. Затем у него появляются преходящие переживания конфликта, такие, как слепая ярость на себя за то, что он “позволяет себя доить”, когда в ответ на его компульсивную готовность помочь “любовь” не приходит. Он совер­шенно оглушен этим переживанием — и оно уходит в глубину. Затем могут появиться очертания его табу на гордость и выгоду, такие жесткие и ирра­циональные, что это начинает его удивлять. Когда подтачивается его гор­дость своей добротой и святостью, он может начать осознавать, что зави­дует другим; начинает видеть свою расчетливую жадность при получении и скупость при отдаче. Продолжающийся в нем процесс можно описать отчасти как расширяющееся знакомство со своими противоречивыми склон­ностями. И каким образом пойдет это знакомство, таким образом и осла­беет постепенно шок от увиденного. Динамически более важно, что став сильнее за время анализа, он способен уже понемногу смотреть в лицо своим противоречиям,— и, следовательно, работать над ними.

А некоторые пациенты так смутно видят и форму и значение своих кон­фликтов, что сперва непонятно, о чем же идет речь. Они могут говорить

—295—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

*о* конфликте между разумом и чувствами или между любовью и работой. В такой форме конфликт недоступен для работы над ним, поскольку ни разум с чувствами, ни работа с любовью не являются вещами несовмести­мыми. Аналитику пока не подойти к конфликту прямо. Он только отмечает себе, что в этой области должен быть конфликт. Помня об этом, он пыта­ется постепенно понять его содержание у данного пациента. Нередко паци­енты сперва не считают свой конфликт личностным, а приписывают его внешним обстоятельствам. Например, женщины могут подводить под кон­фликт между любовью и работой культуральную основу. Они укажут, что женщине на самом деле трудно сочетать карьеру с ролью жены и матери. Постепенно до них доходит, что у них есть внутренний конфликт в этой области, и он важнее реальных внешних препятствий. Короче говоря, в своей любовной жизни они могут быть склонны к болезненной зависи­мости, тогда как в их работе видны все родимые пятна невротического чес­толюбия и потребности в торжестве. Эти последние тенденции обычно по­давлены, но достаточно живы, чтобы допускать какую-то продуктивность — или, по крайней мере, успех. С точки зрения теории, они пытаются вложить все смирение в любовь, а все захватнические тенденции — в работу. На самом деле, провести четкую грань невозможно. И в ходе анализа стано­вится ясно, что влечение к власти действует также и в их любовных отноше­ниях, а склонность пренебрегать собой — в их карьере, в результате чего они все больше несчастны.

Пациенты могут также откровенно предъявлять то, что аналитику видится кричащими противоречиями в их жизненном пути и системе цен­ностей. Сперва они просто медовые, сама легкость, уступчивость, даже что-то жалкое может проглядывать в них. Затем на передний план выходит влечение к власти и престижу и может проявиться, например, в том, что они бьются за высокое положение в обществе, за победы над женщинами, с отчетливым оттенком садизма и хамства. Один раз они высказывают убеж­дение, что не вынесли бы недоброжелательства, а другой раз (не *беспо­коясь о противоречии)* взрываются от дикой мстительной ярости. Или же, с одной стороны им хочется через анализ получить способность мстить, не дрогнув душой, а с другой стороны — святую отрешенность отшельника. И они просто не понимают, что эти качества, влечения или убеждения нахо­дятся в конфликте. Вместо этого они гордятся, что способны к такому раз­маху чувств или убеждений, к какому неспособны те, кто “топчется на узкой тропе добродетели”. Внутренняя раздробленность доходит до край­ностей. Но аналитик не может взяться за нее непосредственно, потому что пациенту требуется ее сохранить, пусть даже ценой невероятного притуп­ления чувства справедливости и ориентации в системе ценностей, отбрасы­вания свидетельств реальности, увиливания от любой ответственности. Здесь тоже смысл и сила влечений к захвату и смирению постепенно будет обрисовываться все более четко. Но от одного этого не будет никакой поль­зы, пока не будет проделана большая работа над уклончивостью пациента и его бессознательной нечестностью. Обычно это включает работу над его

—296—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

чрезвычайно широким и упорным вынесением вовне, над тем, что свои Надо он выполняет лишь в воображении, над его изобретательностью в том, чтобы находить себе неубедительные извинения и верить в них, чтобы защи­титься от самообвинений. (“Я так старался, я болен, у меня столько непри­ятностей, я не знал, я ничего не мог, ведь уже есть улучшения” и т. п.) Все эти меры позволяют ему сохранить подобие внутреннего мира и спокойст­вия, но и ослабляют его нравственное чутье и, следовательно, способность почувствовать ненависть к себе и свои конфликты. Эти проблемы требуют продолжительной работы, но тем самым пациенты могут постепенно достигнуть достаточной внутренней цельности, чтобы осмелиться пере­жить свои конфликты и вступить с ним в схватку.

Подведем итог: конфликты, в силу своей разрушительной природы, затемнены в начале аналитический работы. Если их вообще можно разгля­деть, то только в особых ситуациях, или же они видятся в слишком неясной, слишком общей форме. Они могут являтся сознанию вспышками, слиш­ком короткими, чтобы что-то переосмыслить. Они могут быть раздроблен­ными. Перемены отношения к конфликтам во время терапии идут в следую­щих направлениях: пациент понимает их именно как конфликты и как *свои* личные конфликты; и пациент доходит до их сути: прежде он видел только их отдаленные проявления, теперь он начинает видеть, что же именно вхо­дит в нем в конфликт.

Хотя такая работа трудна и полна разочарований, она освобождает. Вместо готового ригидного решения, перед пациентом и аналитиком пред­стают конфликты, подвластные аналитической работе. Главное решение данной личности, ценность которого постоянно снижалась в процессе ана­лиза, наконец лопается. Более того, раскрываются и получают возможность развития ранее непроявившиеся или мало развитые стороны личности. Не­сомненно, первыми всплывают на поверхность еще более невротичные вле­чения. Но это полезно, так как смиренной личности необходимо сперва увидеть собственную своекорыстную эгоцентричность, прежде чем созда­стся здоровое самоутверждение; он должен сперва испытать свою невроти­ческую гордость, прежде чем приблизится к настоящему самоуважению. Соответственно, захватнический тип сперва должен почувствовать себя жалким, пережить острую потребность в других людях, прежде чем у него разовьется искренняя скромность и нежность.

Когда вся эта работа позади, пациент способен непосредственно взять­ся за самый общий конфликт — между гордыней и реальным Собственным Я, между влечением довести до совершенства свое идеальное Собственное Я и желанием раскрыть заложенный в нем человеческий потенциал. Проис­ходит постепенное размежевание сил, центральный внутренний конфликт попадает в фокус работы, и главная задача аналитика в последующее вре­мя — следить, чтобы он в фокусе и оставался, потому что пациент склонен терять его из виду. Вместе с размежеванием сил наступает самый благо-проиятный, но и самый беспокойный период анализа (продолжительность

—297—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

его и степень напряженности могут быть различными). Напряженность работы — прямое выражения ярости внутренней битвы. Она соответствует фундаментальной важности того, что поставлено на карту. По сути, это вопрос: хочет ли пациент сохранить то, что еще осталось от величия и блеска его иллюзий, требований, ложной гордости, или же он сумеет при­нять себя как человека — со всей человеческой ограниченностью, со своими особенными трудностями, но и с возможностью роста? Я дерзну сказать, что нет более серьезного распутья на нашем жизненном пути.

Этот период характеризуется подъемами и спадами, часто быстро сме­няющими друг друга. Иногда пациент делает шаг вперед, и мы можем это увидеть по многим признакам. Его чувства ожили; он ведет себя более непо­средственно; он способен думать о конструктивных вещах, которые он сде­лает; он держится более дружественно или сочувственно с другими. Он жи­вее осознает многие аспекты своего самоотчуждения, и сам ловит себя на них. Он может, например, быстро заметить, когда его “нет” в какой-то ситу­ации, или что, вместо того чтобы заглянуть в себя, он начал обвинять дру­гих. Он может понять, как мало на самом деле он сделал для себя. Он может вспомнить случаи, когда он был нечестен или жесток, с более строгим и мрачным суждением и сожалением, но без сокрушительного чувства вины. Он начинает видеть в себе что-то хорошее, осознавать у себя определенные достоинства. Он может воздать себе должное за упорство своих стремлений.

Этот более реалистичный подход к себе может проявиться и в сновиде­ниях. Так, в одном из своих сновидений пациент увидел себя в символиче­ской форме: ему приснились летние домики, подразвалившиеся, потому что в них долгое время не жили, но сделанные из хорошего материала. Другое сновидение указывает на попытку отделаться от ответственности за себя, которую, в конце концов, пациент честно признал: ему снилось, что он подросток, и забавы ради запрятал в чемодан другого мальчика. Он не хотел причинить ему вреда и не чувствовал к нему вражды. Он просто забыл о нем, и мальчик умер. Спящий вяло пытается увильнуть, но тогда к нему обращается некое официальное лицо, исполняющее свои обязанности, и указывает ему, очень человечно, на простые факты и их последствия.

Такие конструктивные периоды сменяются *откатом назад,* сущест­венной частью которого является возобновление приступов ненависти и презрения к себе. Эти саморазрушительные влечения могут переживаться как таковые, или могут быть вынесены вовне, через мстительность, чувство обиды, садистские или мазохистские фантазии. Или же пациент слабо осо­знает свою ненависть к себе, но остро чувствует тревогу, которой он реаги­рует на саморазрушительные импульсы. Наконец, даже тревога может не появляться как таковая, а только снова обостряются обычные защиты от нее — пьянство, сексуальная активность, компульсивная потребность в обществе, самомнение или мстительность.

Все эти расстройства следуют за реальными переменами к лучшему, но чтобы оценть их точно, мы должны принять во внимание прочность улучше­ний и факторы, вызывающие “откаты назад”.

—298—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

чрезвычайно широким и упорным вынесением вовне, над тем, что свои Надо он выполняет лишь в воображении, над его изобретательностью в том, чтобы находить себе неубедительные извинения и верить в них, чтобы защи­титься от самообвинений. (“Я так старался, я болен, у меня столько непри­ятностей, я не знал, я ничего не мог, ведь уже есть улучшения” и т. п.) Все эти меры позволяют ему сохранить подобие внутреннего мира и спокойст­вия, но и ослабляют его нравственное чутье и, следовательно, способность почувствовать ненависть к себе и свои конфликты. Эти проблемы требуют продолжительной работы, но тем самым пациенты могут постепенно достигнуть достаточной внутренней цельности, чтобы осмелиться пере­жить свои конфликты и вступить с ним в схватку.

Подведем итог: конфликты, в силу своей разрушительной природы, затемнены в начале аналитический работы. Если их вообще можно разгля­деть, то только в особых ситуациях, или же они видятся в слишком неясной, слишком общей форме. Они могут являтся сознанию вспышками, слиш­ком короткими, чтобы что-то переосмыслить. Они могут быть раздроблен­ными. Перемены отношения к конфликтам во время терапии идут в следую­щих направлениях: пациент понимает их именно как конфликты и как *свои* личные конфликты; и пациент доходит до их сути: прежде он видел только их отдаленные проявления, теперь он начинает видеть, что же именно вхо­дит в нем в конфликт.

Хотя такая работа трудна и полна разочарований, она освобождает. Вместо готового ригидного решения, перед пациентом и аналитиком пред­стают конфликты, подвластные аналитической работе. Главное решение данной личности, ценность которого постоянно снижалась в процессе ана­лиза, наконец лопается. Более того, раскрываются и получают возможность развития ранее непроявившиеся или мало развитые стороны личности. Не­сомненно, первыми всплывают на поверхность еще более невротичные вле­чения. Но это полезно, так как смиренной личности необходимо сперва увидеть собственную своекорыстную эгоцентричность, прежде чем созда­стся здоровое самоутверждение; он должен сперва испытать свою невроти­ческую гордость, прежде чем приблизится к настоящему самоуважению. Соответственно, захватнический тип сперва должен почувствовать себя жалким, пережить острую потребность в других людях, прежде чем у него разовьется искренняя скромность и нежность.

Когда вся эта работа позади, пациент способен непосредственно взять­ся за самый общий конфликт — между гордыней и реальным Собственным Я, между влечением довести до совершенства свое идеальное Собственное Я и желанием раскрыть заложенный в нем человеческий потенциал. Проис­ходит постепенное размежевание сил, центральный внутренний конфликт попадает в фокус работы, и главная задача аналитика в последующее вре­мя — следить, чтобы он в фокусе и оставался, потому что пациент склонен терять его из виду. Вместе с размежеванием сил наступает самый благо-проиятный, но и самый беспокойный период анализа (продолжительность

—297—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

его и степень напряженности могут быть различными). Напряженность работы — прямое выражения ярости внутренней битвы. Она соответствует фундаментальной важности того, что поставлено на карту. По сути, это вопрос: хочет ли пациент сохранить то, что еще осталось от величия и блеска его иллюзий, требований, ложной гордости, или же он сумеет при­нять себя как человека — со всей человеческой ограниченностью, со своими особенными трудностями, но и с возможностью роста? Я дерзну сказать, что нет более серьезного распутья на нашем жизненном пути.

Этот период характеризуется подъемами и спадами, часто быстро сме­няющими друг друга. Иногда пациент делает шаг вперед, и мы можем это увидеть по многим признакам. Его чувства ожили; он ведет себя более непо­средственно; он способен думать о конструктивных вещах, которые он сде­лает; он держится более дружественно или сочувственно с другими. Он жи­вее осознает многие аспекты своего самоотчуждения, и сам ловит себя на них. Он может, например, быстро заметить, когда его “нет” в какой-то ситу­ации, или что, вместо того чтобы заглянуть в себя, он начал обвинять дру­гих. Он может понять, как мало на самом деле он сделал для себя. Он может вспомнить случаи, когда он был нечестен или жесток, с более строгим и мрачным суждением и сожалением, но без сокрушительного чувства вины. Он начинает видеть в себе что-то хорошее, осознавать у себя определенные достоинства. Он может воздать себе должное за упорство своих стремлений.

Этот более реалистичный подход к себе может проявиться и в сновиде­ниях. Так, в одном из своих сновидений пациент увидел себя в символиче­ской форме: ему приснились летние домики, подразвалившиеся, потому что в них долгое время не жили, но сделанные из хорошего материала. Другое сновидение указывает на попытку отделаться от ответственности за себя, которую, в конце концов, пациент честно признал: ему снилось, что он подросток, и забавы ради запрятал в чемодан другого мальчика. Он не хотел причинить ему вреда и не чувствовал к нему вражды. Он просто забыл о нем, и мальчик умер. Спящий вяло пытается увильнуть, но тогда к нему обращается некое официальное лицо, исполняющее свои обязанности, и указывает ему, очень человечно, на простые факты и их последствия.

Такие конструктивные периоды сменяются *откатом назад,* сущест­венной частью которого является возобновление приступов ненависти и презрения к себе. Эти саморазрушительные влечения могут переживаться как таковые, или могут быть вынесены вовне, через мстительность, чувство обиды, садистские или мазохистские фантазии. Или же пациент слабо осо­знает свою ненависть к себе, но остро чувствует тревогу, которой он реаги­рует на саморазрушительные импульсы. Наконец, даже тревога может не появляться как таковая, а только снова обостряются обычные защиты от нее — пьянство, сексуальная активность, компульсивная потребность в обществе, самомнение или мстительность.

Все эти расстройства следуют за реальными переменами к лучшему, но чтобы оценть их точно, мы должны принять во внимание прочность улучше­ний и факторы, вызывающие “откаты назад”.

—298—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

Есть вероятность, что пациент переоценит достигнутый прогресс. Он забывает, так сказать, что Рим не в один день строился. Он уходит в “запой здоровья”, как я в шутку это называю. Теперь он способен сделать многое, чего не мог раньше, и должен быть (и есть, в своем воображении) абсо­лютно приспособленным к жизни, совершенно здоровым человеком. В то время как, с одной стороны, он более готов быть самим собой, с другой сто­роны, он принимает это улучшение как последний шанс для актуализации идеального Собственного Я, в сияющей славе совершенного здоровья. И зов этой цели все еще имеет достаточно сил, чтобы затормозить прогресс — временно. Возбуждение приподнимает его над все еще существующими проблемами и придает ему, как никогда больше, уверенности, что теперь все трудности позади. Но при том, что общее его самопонимание теперь гораздо выше, чем раньше, такое состояние долго продолжаться не может. Он вынужден признать, что, несмотря на то что он по-настоящему лучше действует во многих ситуациях, масса старых затруднений упорно не исче­зает. Тем больнее ему столкнуться с собственной реальности — именно по­тому, что он чувствовал себя на высоте.

Другие пациенты, кажется, более трезвы и осторожны, признавая свой прогресс перед собой и аналитиком. Они скорее склонны приуменьшать размер улучшений, часто исподволь. Тем не менее, подобный “откат назад” может начаться, когда они сталкиваются с проблемой внутри себя или с внешней ситуацией, с которыми не могут справиться. Здесь происходит тот же самый процесс, что и в первой группе, но без прославляющей рабо­ты воображения. Обе группы еще не готовы принять себя с затруднениями и ограничениями (или без необычайных достоинств). Эта неготовность может быть вынесена вовне (я-то бы принял себя, да вот люди-то не хотят, если я не совершенство. Я им гожусь, только когда из ряду вон щедр, про­дуктивен и т. д.).

До сих пор мы видели, что резкое ухудшение вызывали трудности, с которыми пациент был еще не в силах справиться. Но сейчас мы рассмот­рим случай, когда “откат назад” вызывают не трудности, которые пациент еще не перерос, а, напротив, определенный шаг вперед, в конструктивном направлении. Это не обязательно зримое действие. Пациент может просто посочувствовать себе и почувствовать себя в первый раз ни особенно чудес­ным, ни презренным, а борющимся и часто устающим от борьбы человече­ским существом, кем он в действительности и является. До него доходит, что “это отвращение к себе — искусственный плод гордости”, или что ему не обязательно быть исключительным героем или неповторимым гением, чтобы уважать себя. Подобным образом могут измениться и его сновидения. Одному пациенту приснился чистокровный рысак, который захромал и выглядел запущенным. Но он подумал: “А я его и таким люблю”. Но после таких переживаний пациент может приуныть, потерять работоспособность, почувствовать общее разочарование. Оказывается, что его гордость возму­тилась и взяла верх. Он страдает от острого приступа презрения к себе, и считает позором “так занизить свои цели” и “поддаться жалости к себе”.

—299—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

Часто “откат назад” происходит после того, как пациент принял об­думанное решение и сделал что-то конструктивное для себя. Для одного пациента, например, была шагом вперед приобретенная им способность отказаться уделить время другому, не чувствуя раздражения или вины, потому что он считал свою работу более важной. Другая пациентка смогла прекратить отношения с любовником, поскольку ясно поняла, что они осно­вывались на ее и его невротических потребностях, утратили для нее значе­ние и не сулили ничего в будущем. Она твердо держалась своего решения, и не причиняла лишней боли партнеру. В обоих случаях пациенты сперва были рады своей способности справиться с ситуацией, но скоро впали в панику; они испугались своей независимости, испугались, что стали “не­приятными” и “агрессивными”, ругали себя “эгоистичными скотами” и (какое-то время) всей душой хотели вернуться в безопасное убежище сверхскромного пренебрежения собой.

Подобный случай “отката назад” нуждается в более подробной иллюст­рации, поскольку включает дальнейшие позитивные шаги. Мой пациент работал с братом, значительно старше него, в деле, которое они унаследо­вали от отца и успешно развивали. Старший брат был способным, вечно правым, подавляющим и имел многие типичные высокомерно-мститель­ные склонности. Младший брат всегда находился в его тени, был запуган братом, слепо им восхищался и, сам того не понимая, не шел своим путем, чтобы угодить ему. Во время анализа на передний план вышла оборотная сторона конфликта. Его настрой по отношению к брату стал критичным, открыто соревновательным и временами довольно воинственным. Брат реагировал на это; его реакция усиливала реакцию младшего, и скоро они едва могли разговаривать друг с другом. Атмосфера на работе накалилась;

сотрудники и служащие разбились на два лагеря. Сперва мой пациент был даже рад, что он наконец может “постоять за себя” перед братом, но посте­пенно понял, что, кроме того, изо всех сил мстительно стремится стащить брата с его высокого кресла. После нескольких месяцев продуктивной ана­литической работы над его собственными конфликтами, он, наконец, сумел взглянуть на ситуацию шире и понять, что на карту поставлено больше, чем личные амбиции и недовольство. Он увидел не только свой вклад в общее напряжение, но был готов к значительно большему — принять на себя ответственность за положение вещей. Он решил поговорить с братом, отлично зная, что это будет нелегко. В разговоре он не застращивал брата и не держался мстительно, но оставался на своих позициях. Тем самым открылась возможность будущего сотрудничества между ними на более здоровой основе.

Он знал, что провел разговор хорошо, и радовался этому. Но ближе к вечеру того же дня он почувствовал панику, его затошнило, и в предобмо-рочном состоянии он был вынужден отправиться домой и лечь. Он, правда, не желал покончить с собой, но у него мелькала мысль, что он понимает самоубийц. Он пытался осмыслить свое состояние, снова и снова изучал мотивы, побудившие его завести этот разговор с братом, и свое поведение

—300—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

во время разговора, но не мог обнаружить ничего вызывающего возра­жения. Он был совершенно сбит с толку. Тем не менее, он смог заснуть и утром почувствовал себя гораздо спокойнее. Но проснулся он с воспомина­нием о всех перенесенных от брата оскорблениях и с новым негодованием на него. Когда мы анализировали его чувства, мы увидели, что расстроен он был по двум причинам.

То, как он потребовал разговора, и в каком духе провел его, было диа­метрально противоположно всей его (бессознательной) системе ценно­стей, в которой он жил прежде. С точки зрения его захватнических вле­чений *он Должен был мстить и достичь мстительного торжества.* Поэтому он осыпал себя бранью за то, что пресмыкался и глотал оскорбле­ния. С другой стороны, с точки зрения остающихся еще тенденций к смире­нию, *он Должен был кротко уступить и не выпячивать свои инте­ресы.* Тут он высмеивал себя: “Маленький братик захотел быть старше старшего!” Поняв эти причины, он стал иначе воспринимать свое поведе­ние. Если теперь он вел себя высокомерно или умоляюще, то после мог расстроиться, но уже не так сильно, и причина этого, по крайней мере, больше не была для него загадкой. Любой человек, выбирающийся из тако­го конфликта, долгое время будет очень чувствителен к остаткам обеих тенденций (к мщению и к смирению), то есть будет упрекать себя, если они дают о себе знать.

В нашем случае важно то, что пациент не был мстительным и не улещи­вал, но самообвинения возникли *без* такого поведения. Но он предпринял решительный и позитивный шаг, уходя от этих тенденций; он не только дей­ствовал реалистически и конструктивно, но и по-настоящему ощутил себя и “контекст” своей жизни. А именно: он сумел увидеть и *почувствовать* свою ответственность за эту нелегкую ситуацию, и не как бремя или давле­ние, а как составную часть своей личной жизни. Вот он, и вот ситуация, и он честно подошел к ней. Он согласился принять свое место в мире и ответст­венность, вытекающую из этого согласия.

Значит, он уже приобрел достаточно сил, чтобы сделать настоящий шаг к самореализации, но еще и не подходил к тому конфликту между реальным Собственным Я и гордыней, который неизбежно расшевеливает такой шаг. Это жестокий конфликт, и именно его жестокость объясняет силу отката назад, призошедшего с ним накануне, когда он неожиданно столкнулся с этим конфликтом.

Находясь в тисках “отката назад”, пациент, естественно, не знает, что с ним происходит. Он лишь чувствует, что ему хуже. Он может почувство­вать отчаяние. Может быть, улучшение было только иллюзией? Может быть, он зашел слишком далеко, и ему уже нельзя помочь? У него возни­кают порывы бросить анализ, хотя их могло никогда не быть прежде, даже в самые тяжелые периоды. Он чувствует себя растерянным, разочарован­ным, обескураженным.

На самом деле, во всех случаях это конструктивные признаки того, что пациент бьется над выбором между самоидеализацией и самореализацией.

—301 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

И, возможно, ничто не показывает яснее несовместимость этих влечений, чем внутренняя борьба во время “откатов назад”, и тот дух конструктив­ных шагов, который вызывает эти “откаты”. Они происходят не потому, что он видит себя более реалистично, а потому, что он готов принять себя со своими ограничениями; не потому, что он способен принять решение и сде­лать что-то для себя, а потому, что он готов обратить внимание на свои реальные интересы и принять на себя ответственность за самого себя; не потому, что он утверждает себя на деле, а потому, что он готов занять свое место в мире. Скажем кратко: *это боли роста.*

Но они приносят пользу только тогда, когда пациент осознает значе­ние своих конструктивных шагов. Следовательно, тем важнее, чтобы ана­литик не терялся перед “рецидивами”, а видел бы в них колебания маят­ника сам и помогал увидеть пациенту. Поскольку “откаты назад” часто происходят с предсказуемой регулярностью, представляется разумным после нескольких раз предупредить пациента о следующем, когда он начи­нается. Может быть, это и не остановит “отката”, но пациент не будет так беспомощен перед ним, если тоже будет понимать, какие силы действуют в нем в данный момент. Это помогает ему взглянуть на них более объ­ективно. В это время, более чем когда-либо, аналитику уместно быть недвусмысленным союзником Собственного Я, подвергающегося опасно­сти. Если его взгляд и его позиция ясны, он может оказать пациенту под­держку, в которой тот так нуждается в это трудное время. Эта поддержка состоит, в основном, не в общих заверениях, а в том, чтобы указать паци­енту на факт, что происходит последний бой, и показать, за что и против чего он сражается.

Каждый раз, когда пациент понимает значение “отката назад”, он выхо­дит из него сильнее, чем был раньше. “Откаты” становятся все короче и слабее. И напротив, хорошие периоды становятся все более явно конст­руктивными. Перспектива изменений и роста становится осязаемой и лежит уже в пределах его возможностей.

Но какая бы работа еще не предстояла (а ее никогда мало не бывает), подходит время, когда пациенту пора уже делать ее самому. Точно так же, как порочные круги втягивали его все глубже в невроз, теперь есть механиз­мы, работающие в противоположном направлении. Бели, например, паци­ент снижает свои стандарты, не считая больше нормой абсолютное совер­шенство, то и его самообвинения снижаются. Следовательно, он может позволить себе быть честнее с самим собой. Он может исследовать себя, не приходя в ужас. Это, в свою очередь, делает его менее зависимым от анали­тика и придает уверенность в собственных силах. В то же время слабеет и его потребность в вынесении вовне самообвинений. Так что он чувствует меньшую угрозу от других или меньшую к ним враждебность и способен испытывать к ним дружеские чувства.

Кроме того, постепенно растут смелость пациента и вера в свою способ­ность поднять самому груз ответственности за свое развитие. Обсуждая “откаты назад”, мы останавливались на чувстве ужаса, являющемся резуль-

—302—

*Глава 14. Дорога психоаналитической терапии*

татом внутренних конфликтов. Этот ужас уменьшается по мере того, как пациенту становится ясно, в каком направлении он хочет идти в жизни. И одно это чувство направлю *л* уже дает ему ощущение цельности и силы. Однако есть один страх, связанный с шагами вперед, который мы еще не вполне оценили. Это реалистичный страх не справиться с жизнью без под­моги невроза. Ведь невротик — это вообще-то волшебник, живущий силой своего волшебства. Каждый шаг к самореализации означает таяние вол­шебных сил и переход на те, какие уж есть в нем реально. Но видя, что можно, на самом деле, жить и без волшебства иллюзий, и даже еще и луч­ше, он приобретает веру в себя. \

Более того, каждый шаг вперед создает у него чувство свершения, абсо­лютно не похожее на все, что он испытывал раньше. И хотя такие пережи­вания сперва длятся недолго, со временем они учащаются и удлиняются. Но даже на первых порах они более убеждают его, что он на верном пути, чем все, что он может подумать сам, или скажет ему аналитик. Они открывают перед ним возможность чувствовать согласие с самим собой и с жизнью. Это, наверное, величайшее побуждение к работе над своим ростом, над более полной самореализацией.

Терапевтический процесс так чреват различными осложнениями, что пациент может и не достичь обрисованной выше стадии. Но когда он про­двигается успешно, это приносит заметные улучшения в отношении паци­ента к самому себе, к другим и к работе. Эти улучшения не являются, тем не менее, критерием для окончания регулярной аналитической работы. Они лишь зримое выражение глубинного изменения. И только аналитик и сам пациент понимают, что это за изменение: это начало перемены ценностей, направления, целей. Фальшивая ценность невротической гордости паци­ента, призраки власти, полного отказа от себя, свободы теряют свою при­тягательность, и он все больше склоняется к воплощению своих реальных возможностей. Ему предстоит еще много работать над своей гордыней, требованиями, претензиями, вынесениями вовне и т. д. Но утвердившись прочно в самом себе, он видит их тем, чем они являются: помехой росту. Следовательно, он готов раскрывать их и преодолевать в свое время. И эта готовность уже не то (по крайней мере — не совсем то) нетерпеливое жела­ние удалить несовершенства магическим путем. Начав принимать себя таким, как есть, со своими проблемами, он принимает и работу над собой как составную часть жизни.

Если говорить о предстоящей работе в позитивном смысле, то она каса­ется всего, что входит в самореализацию. По отношению к самому себе она означает стремление более ясно и глубоко испытывать свои чувства, жела­ния, убеждения; найти доступ к своим ресурсам и использовать их конст­руктивно; яснее воспринимать направление своей жизни, с ответствен­ностью за себя и свои решения. По отношению к другим — это стремление общаться с ними в соответствии со своими истинными чувствами; уважать в них отдельную личность со своими правами и особенностями; взаимо­действовать с ними, а не использовать их как средство достижения своих

— 303 —

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

целей. По отношению к работе это означает, что сама работа становится важнее, чем удовлетворение гордости или тщеславия, а цель ее теперь — открыть и развить то, чем ты одарен, и стать более продуктивным.

Развиваясь в таком направлении, он рано или поздно сделает шаги, выходящие за рамки чисто личных интересов. Вырастая из невротической эгоцентричности, он увидит и в своей личной жизни, и в мире вообще гораз­до более широкие проблемы. От ощущения, что он уникальное исключение из правил, он перейдет к чувству, что он — часть гораздо большего целого. И он будет готов и способен принять свою долю ответственности за это целое и конструктивно сотрудничать с ним, как только сможет. Это может касаться (как в случае молодого бизнесмена) осознания общих целей груп­пы, в которой он работает. Это может касаться его места в семье, в общест­ве, в политической ситуации. Этот шаг важен не только потому, что он расширяет личный горизонт, но и потому, что найдя или приняв свое место в мире, он обретает через активное участие в жизни чувство принадлеж­ности к миру и внутреннюю уверенность, идущую от этого чувства.

Глава 15 Теоретические размышления

Теория невроза, изложенная в этой книге, развивалась постепенно из концепций, представленных в более ранних публикациях. В предыдущей главе мы обсуждали, что она дает для терапии. Остается рассмотреть тео­ретические изменения, произошедшие в моем образе мыслей относительно индивидуальных концепций и общего понимания невроза.

Вместе со многими другими\*, кто пересматривал теорию инстинктов Фрейда, я сперва видела сердцевину невроза в межличностных отношениях. Обобщая, можно сказать, что я выделяла культуральные условия, проду­цирующие невроз; а именно, особые факторы в окружении ребенка, стесня­ющие его психическое развитие. Поэтому вместо базальной уверенности в себе и других у него создается базальная тревога, которую я определила как чувство изолированности и беспомощности в потенциально враждебном мире. Чтобы базальная тревога была минимальной, спонтанное движение к людям, против них и прочь от них должно стать компульсивным. При том, что спонтанные направления движения совместимы, компульсивные всту­пают в противоречие. Создающиеся таким образом конфликты, которые я назвала основными конфликтами, являются результатом конфликта по­требностей и конфликта установок по отношению к другим людям. И пер­вые попытки их решения — это попытки достичь интеграции, дав полную волю некоторым потребностям и установкам и подавив остальные.

Это обобщение центральной линии рассуждений, поскольку я уверена, что внутрипсихические процессы слишком тесно переплетены с теми, кото­рые протекают в межличностных отношениях, чтобы совсем отойти от их рассмотрения. Эти взаимосвязи затрагиваются в различных местах. Упомя­нем только некоторые: я не могу обсуждать потребность невротика в при­вязанности или любую эквивалентную потребность, относящуюся к другим людям, без учета качеств и установок, которые он должен культивировать у себя для обслуживания такой потребности. А среди “невротических тен­денций”, перечисленных в “Самоанализе”, некоторые имеют внутрипси-хическое значение, скажем, компульсивная потребность в контроле (силой воли или рассудка) или компульсивная потребность в совершенстве. В этом отношении, разбирая самоанализ Клары (ее болезненной зависимости),

\* Как и Э. Фромм, А. Майер, Дж. С. Плант, Г. С. Салливен. —305—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

*я* в сжатой форме представила работу многих внутрипсихических факторов, в том же контексте изложенную в этой книге. Тем не менее, в фокусе “Самоанализа” были межличностные факторы. Для меня невроз все еще был, по сути, нарушением межличностных отношений.

Первым определенным шагом за рамки этого определения стало утвер­ждение, что конфликты с другими могут быть решены путем самоидеализа­ции. Когда в “Наших внутренних конфликтах” я представила концепцию идеального образа, я еще не понимала полностью его значения. В то время мне представлялось, что это еще одна попытка разрешить внутренние кон­фликты. И сама интегративная функция идеального образа отвечает за то упорство, с каким люди за него цепляются.

Но в последующие годы концепция идеального образа стала централь­ным источником новых идей. Она в действительности оказалась входом во всю область внутрипсихических процессов, представленную в этой книге. Воспитанная в научном плане на концепциях Фрейда, я, конечно же, знала о существовании этой области. Но, поскольку интерпретации Фрейда в этой области не всегда были мне близки, она во многом оставалась чужой территорией.

Теперь я начинала понимать, что идеальный образ невротика не только создает у него ложное убеждение в своей ценности и своем значении; он, скорее, похож на чудовище Франкенштейна, которое со временем пожирает все лучшие силы своего создателя. В конце концов он отбирает себе и вле­чение человека к развитию и его стремление реализовать свои возможно­сти. А это означает, что человек больше не заинтересован реалистически подойти к своим проблемам или перерасти их и раскрыть заложенное в нем;

он привязан теперь к актуализации своего идеального Собственного Я. Новая цель включает не только компульсивное влечение к всемирной славе через успех, власть и торжество, но и систему внутренней тирании, с помо­щью которой он хочет переделать себя в нечто богоподобное; включает невротичекие требования и развитие невротической гордости.

Такое развитие первоначальной концепции идеального образа вызвало новые вопросы. Фокусируясь на отношении человека к Собственному Я, я поняла, что люди ненавидят и презирают себя с той же силой и с той же иррациональностью, с какой себя идеализируют. Эти две крайности неко­торое время оставались для меня друг с другом не связанными. Но потом я увидела, что они не только взаимосвязаны, но являются двумя сторонами одного процесса. Тогда это стало главным тезисом в первоначальных набросках этой книги: *богоподобное существо обречено ненавидеть свое актуальное существование.* С осознанием этого процесса в его единстве, обе крайности стали доступны для терапии. Изменилось и опре­деление невроза. *Невроз теперь стал нарушением отношения к себе и к другим.*

Хотя этот тезис до некоторой степени оставался основным, в последую­щие годы он развивался в двух направлениях. Вопрос реального Собствен­ного Я, всегда занимавший меня, как и многих других, снова выдвинулся

—306—

*Глава 15. Теоретические размышления*

вперед в моих размышлениях, и я постепенно увидела весь внутренний пси­хологический процесс, начинающийся с самоидеализации, как рост отчуж­дения от себя. И что более важно, я поняла, что при окончательном анализе оказывается, что ненависть к себе направлена против реального Собствен­ного Я. Конфликт между гордыней и реальным Собственным Я я назвала центральным внутренним конфликтом. Таким образом, концепция невроти­ческого конфликта расширилась. Я определила его как конфликт между двумя несовместимыми компульсивными влечениями. Но сохраняя эту кон­цепцию, я стала видеть, что это не единственный вид невротического кон­фликта. Центральный внутренний конфликт — это конфликт между конст­руктивными силами реального Собственного Я и обструктивными силами гордыни, между здоровым ростом и влечением воплотить в действитель­ности совершенства идеального Собственного Я. Следовательно, терапия стала помощью в самореализации. Клиническая работа всей нашей группы подтвердила правильность вышеизложенного представления о внутрипси­хических процессах.

Наши знания расширялись по мере того, как мы в своей работе перехо­дили от общего к частным вопросам. Мой интерес сместился на различные “виды” невроза и невротической личности. Сперва они казались разли­чиями в степени индивидуального осознания или в доступности того или иного аспекта внутреннего процесса. Постепенно, однако, я поняла, что они являются результатом различия псевдорешений внутрипсихических конфликтов. Эти решения предлагали новую (пробную) основу для выделе­ния различных типов невротической личности.

Когда приходишь к определенным теоретическим формулировкам, возникает желание сравнить их с формулировками других людей, работа­ющих в той же области. Как они видели эти проблемы? По простой, но не­умолимой причине, что наше время и силы слишком ограничены, чтобы и работать продуктивно, и читать добросовестно, я вынуждена ограни­читься указанием на сходство и различия с концепциями Фрейда в данной области. Но даже и такая урезанная задача оказывается очень трудной. Сравнивая индивидуальные концепции, вряд ли возможно отдать долж­ное тонкости мысли, благодаря которой Фрейд пришел к определенным теориям. Более того, с философской точки зрения недопустимо сравнивать отдельные концепции, вырывая их из контекста. Следовательно, беспо­лезно входить в детали, хотя именно в интерпретации деталей различия особенно наглядны.

Когда я принялась за изучение факторов, входящих в погоню за славой, у меня были те же переживания, что и раньше, когда мне случалось начать путешествие по сравнительно новой области: я была в восхищении от мощи наблюдательности Фрейда. Она тем более впечатляет, что он был пионером в научной работе в неисследованных областях и работал вопреки давле­нию теоретических предрассудков. Он не увидел или счел неважными очень немногие аспекты проблемы. Один из них я описала как невротические

—307—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

требования.\* Фрейд видел, конечно, что многие невротические пациенты были склонны ожидать невероятно многого от других. Он также видел, что эти ожидания могут быть настоятельными. Но, относясь к ним как к выра­жению орального либидо, он не признавал за ними особый характер “требо­ваний”, то есть притязаний на осуществление того, на что как бы “есть право”.\*\* Не видел он последовательно и ту ключевую роль, которую “пра­ва” играют при неврозах. Также, употребляя слово “гордость” в том или ином контексте, Фрейд все же не понимал особых свойств и последствий невротической гордости. Но Фрейд прекрасно видел и веру в волшебную силу, и фантазии о всемогуществе, и ослепленность собой или своим “Эго Идеалом” — самовозвеличивание, прославление своих “не могу” и т. п.;

компульсивную соревновательность и честолюбие; потребность во власти, совершенстве, восхищении, признании.

Эти многосложные факторы, которые наблюдал Фрейд, оставались для него разрозненными, не связанными между собой явлениями. Он не увидел, что они — поверхность одного могущественного течения. Другими сло­вами, он не увидел в их многообразии единства.

Три основных причины помешали Фрейду признать силу влечения к славе и его значение для всего невротического процесса. Во-первых, он не отдавал должного влиянию условий культуры на формирование характера человека — этот недостаток знания он разделял с большинством евро­пейских ученых своего времени.\*\*\* Последствием, интересующим нас в данном контексте, стало то, что Фрейд принял стремление к престижу и успеху, которое он наблюдал повсеместно вокруг себя, за универсальное, общечеловеческое свойство. Следовательно, компульсивное влечение, например, к превосходству, власти или торжеству, не привлекало его вни­мания как проблема для изучения, за исключением тех случаев, когда такое честолюбие не укладывалось в заданные образцы того, что почиталось “нор­мальным”. Фрейд считал его проблемой, только когда оно принимало оче­видно искаженные пропорции, или когда оно, проявляясь у женщин, не сов­падало с условными рамками “женственности”.

Другая причина — это тенденция Фрейда объяснять невротические влечения как либидинозные фаномены. Таким образом, самопрославле­ние становится выражением либидинозного ослепления самим собой. (Че­ловек переоценивает самого себя так же, как он мог бы переоценивать другой “объект любви”. Честолюбивая женщина “на самом деле” стра-

Харальд Шульц-Хенке был первым, кто осознал их значение при неврозе. По Шульцу-Хенке, у личности развиваются бессознательные требования из-за страха и беспомощ­ности. Эти требования, в свою очередь, вносят громадный вклад в те всепроницающие затруднения, которые испытывает личность. X. Шульц-Хенке. *“Судьба и невроз”* (Harald Schultz-Hencke. *“Schicksal und Neurose”,* 1931).

3. Фрейд видел нечто похожее на требования единственно в контексте так назьшаемой вторичной выгоды от болезни, которая сама по себе является наиболее сомнительной концепцией. См. К. Хорни. *“Новые пути в психоанализе”.* Глава 10. *“Культура и невроз”,* 1939.

—308—

*Глава 15. Теоретические размышления*

дает от “зависти к пенису”. Потребность в восхищении — это протреб-ность в “нарциссических поставках” и т. д.) В результате теоретический и терапевтический интерес направлялся на особенности сексуальной жиз­ни в прошлом и настоящем (то есть, на либидинозное отношение к себе и другим), а не на особые качества, функции и последствия самопрославле­ния, честолюбия и т. п.

Третья причина лежит в механистичности эволюционистского подхо­да Фрейда. “Такой подход подразумевает, что текущие проявления не только обусловлены прошлым, но не содержат в себе ничего, кроме прош­лого; ничего реально нового в процессе развития не создается: то, что мы видим сегодня — лишь старое в измененной форме”.\* Это, согласно Уиль-яму Джеймсу, “не что иное, как результат перераспределения изначаль­ного и неизменяемого материала”. На почве таких философских предпо­сылок, для чрезмерной соревновательности, считается удовлетворитель­ным объяснение ее, как результата неразрешенного Эдипова комплекса или соперничества сиблингов. Фантазии о всемогуществе считаются фик­сациями или регрессом к инфантильному уровню “первичного нарцис­сизма” и т. д. Это согласуется с той точкой зрения, что только такие интерпретации, которые устанавливают связь с инфантильными пережива­ниями либидинозного характера, и есть, и могут считаться “глубокими” и достаточными.

С моей точки зрения, терапевтический эффект таких интерпретаций ограничен, если не прямо вреден для важных глубинных озарений. Давайте предположим, например, что пациент стал осознавать, что он склонен слишком легко чувствовать, что аналитик его унижает, и понял, что по отношению к женщинам он тоже пребывает в постоянном страхе перед унижением. Он не чувствует себя таким же “мужественным” или привлека­тельным как другие мужчины. Он может вспомнить сцены, где его унижал отец, возможно в связи с его сексуальной активностью. На почве множества подробных данных подобного рода, относящихся к настоящему и прош­лому, и сновидений пациента ему дают интерпретации в таких направле­ниях: что для пациента и аналитик и другие авторитетные фигуры предста­вляют собой отца; что в своем страхе пациент все еще следует своим инфан­тильным паттернам неразрешенного Эдипова комплекса.

В результате такой работы пациент может почувствовать облегчение, и чувство унижения может уменьшиться. Этот отрезок анализа отчасти оказался ему полезен. Он узнал о себе кое-что и понял, что его чувство уни­жения иррационально. Но без работы с его гордыней глубоких перемен вряд ли можно достичь. Напротив, весьма вероятно, что поверхностные улучшения во многом обязаны тому факту, что его гордыня не потерпит, чтобы он был иррационален, и в особенности, “инфантилен”. И есть веро­ятность, что он лишь выработал у себя новые Надо и Нельзя. Ему Нельзя

\* Цитата из работы *“Новые пути в психоанализе”.* Глава 2. *“Некоторые общие принципы мышления Фрейда”.*

—309—

***Карен Хорчи.*** *Невроз и личностный рост*

быть инфантильным и Надо быть взрослым. Ему Нельзя чувствовать себя униженным, потому что это инфантильно; и он больше не чувствует униже­ния. Таким образом, видимый прогресс на самом деле может быть новым препятствием для роста пациента. Его чувство унижения ушло в глубину, и возможность честно взглянуть на него значительно уменьшилась. Терапия пошла на пользу гордыне пациента, вместо того, чтобы работать против нее.

По всем этим причинам теоретического характера Фрейд не имел воз­можности увидеть влияние погони за славой во всей полноте. Те факторы захватнических влечений, которые он наблюдал, были для него не тем, чем они представляются нам, а дериватами инфантильных либидинозных влече­ний. Его образ мысли не позволял ему принять захватнические влечения в качестве самостоятельных сил, обладающих собственной величиной и чреватых последствиями.

. Это утверждение становится яснее, когда мы сравниваем Фрейда и Адлера. Адлер внес громадный вклад в осознание важности влечений к власти и превосходству при неврозе. Однако Адлер был слишком занят механизмами достижения власти и утверждения превосходства, чтобы увидеть всю глубину личностного расстройства, которое они приносят, и, следовательно, во многом скользнул по поверхности затронутых проблем.

Нас тотчас поражает гораздо большее сходство моей концепции ненави­сти к себе и постулата Фрейда об инстинкте саморазрушения или инстинкте смерти. По крайней мере, здесь мы находим одинаковую оценку силы и значения саморазрушительных влечений. Похожими выглядят и такие дета­ли, как саморазрушительный характер внутренних табу, самообвинений и порожденного ими чувства вины. Тем не менее, и в этой области есть зна­чительные расхождения. Инстинктивный характер саморазрушительных влечений, как полагал Фрейд, ставит на них клеймо окончательности, фун­даментальности. Если считать их инстинктивными, то они, конечно, не вырастают при определенных психических условиях и не могут быть пре­одолены При изменении этих условий. Их существование и действие тогда составляют атрибут человеческой природы. У человека остается, по сути, единственный выбор: страдать самому и разрушать себя или заставлять страдать других и разрушать их. Эти влечения можно смягчить, поставить под контроль, но в конечном счете они непременны. Более того, когда мы вместе с Фрейдом принимаем инстинктивное влечение с самоуничтоже­нию, саморазрушению или смерти, мы должны рассматривать ненависть к себе, со всеми ее последствиями, лишь как выражение этого влечения. Та идея, что человек может ненавидеть или презирать себя за то, что он такой, какой есть, абсолютно чужда мышлению Фрейда.

Конечно, Фрейд (как и остальные, кто разделяет его основные положе­ния) наблюдал ненависть к себе, но не осознавал ее многосложных скрытых форм и следствий. Как он интерпретировал, то, что кажется ненавистью к себе, “на самом деле” — выражение чего-то другого. Это может быть бес­сознательная ненависть к кому-то еще. И действительно случается, что при

—310-

*Глава 15. Теоретические размышления*

депрессии пациент обвиняет себя в том, что причинил зло другому чело­веку, которого он бессознательно ненавидит, поскольку ощущает фрустра-цию своей потребности в “нарциссических поставках”. Хотя так бывает не всегда, это стало основным клиническим базисом теории депрессии Фрей­да.\* Излагая ее вкратце, депрессант сознательно ненавидит и обвиняет себя, но фактически, *бессознательно* ненавидит и обвиняет интроецированного врага. (“Враждебность к фрустрирующему объекту оборачивается враж­дебностью к собственному Эго”.\*\*) Или же, то, что *кажется* ненавистью к себе, “на самом деле” процесс наказания со стороны Супер-Эго, а оно является интернализованым авторитетом. И здесь тоже ненависть к себе превращается в межличностный феномен: в ненависть к другому или в страх перед его ненавистью. Наконец, ненависть к себе рассматривается как садизм Супер-Эго, в результате регресса к анально-садистской фазе инфантильного либидо. Ненависть к себе, таким образом, объясняется не только совершенно иначе, но и природа явления считается совершенно иной, чем изложено выше\*\*\*.

Многие аналитики, в иных отношениях мыслящие строго по Фрейду, отвергали инстинкт смерти по причинам, которые кажутся мне вески­ми.\*\*\*\* Но если отбрасывать инстинктивную природу саморазрушения, мне кажется трудно ее вообще объяснить в рамках теории Фрейда. И я заду­мываюсь, не чувство ли, что иные объяснения неудовлетворительны, заста­вило Фрейда предположить существование инстинкта саморазрушения.

Другое отчетливое сходство существует между требованиями и табу, относимыми к Супер-Эго, и тем, что я описала как тиранию Надо. Но как только мы рассмотрим их значения, мы поймем, что и здесь есть расхожде­ния. Начать с того, что для Фрейда Супер-Эго — нормальное явление, представляющее совесть и нравственность; оно невротическое, только если особенно жестоко и садистично. Для меня Надо и Нельзя, любого вида и в любой степени, всецело невротическое явление, противостоящее нравст­венности и совести. Согласно Фрейду, Супер-Эго — отчасти производная Эдипова комплекса, отчасти инстинктов (разрушения и садизма). С моей точки зрения, внутренние предписания — выражение бессознательного вле­чения человека переделать себя в того, кем он не является (богоподобным, совершенным существом), и он ненавидит себя за то, что не может таким быть. Среди многих выводов, следующих из этих расхождений, я упомяну только один. Рассматривая Надо и Нельзя, как естественное следствие осо­бого вида гордости, мы можем точнее понять, почему одна и та же вещь может быть яростно желанной при одной структуре характера и строго запретной при другой. Та же возможность точного понимания предоставля­ется нам и при изучении разнообразных установок личности по отношению

\* 3. Фрейд. *“Скорбь и меланхолия”.*

*\*\** Цитата из работы О. Фенихеля *“Психоаналитичекая теория невроза”,* (Otto Fenichel.

 *“The Psychoanalytic Theory of Neurosis”.* W. W. Norton, 1948). \*\*\* См. главу 5. *“Ненависть и презрение к себе”.* \*\*\*\* Упомяну только работу О. Фенихеля *“Психоаналитичекая теория невроза”.*

 —311—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

к требованиям Супер-Эго (или к внутренним предписаниям). Некоторые из них упомянуты в литературе фрейдистского направления\*: это установки на уступки, подчинение, подкуп, бунт. Их или обобщают как присущие всем неврозам (Александер), или относят только к определенным симпати­ческим состояниям, таким как депрессия или невроз навязчивости. С другой стороны, в рамках моей теории неврозов, качество требований строго опре­делено особенностями целостной структуры характера. Из этих различий следует, что и цель терапии в этом отношении разная. Целью Фрейда могло быть только уменьшение строгости Супер-Эго, тогда как моя цель в том, чтобы человек смог полностью обходиться без внутренних предписаний и обрел направление в жизни согласно его истинным желаниям и убежде­ниям. Этой возможности просто не существует в рамках мышления Фрейда.

Подводя итог, мы можем сказать, что при данных двух подходах наблю­даются и похоже описываются определенные личностные феномены. Но интерпретации их динамики и значения полностью различны. Если мы теперь оставим индивидуальные аспекты и рассмотрим весь комплекс их взаимосвязей, как он представлен в этой книге, мы увидим, что возмож­ности для сравнений истощились.

Наиболее значительная взаимосвязь — это связь между погоней за безграничным совершенством и властью и ненавистью к себе. Еще в древ­ности было понятно, что они неразделимы. Для меня лучше всего ее сим­волизируют истории о договоре с дьяволом, суть которых всегда одна. Вот человек, испытывающий психическое или духовное расстройство.\*\* Вот искушение, представленное в виде символа злого начала: дьявол, колдун, ведьма, змий (история Адама и Евы), антиквар (“Шагреневая кожа” Баль­зака), циничный лорд Генри Уоттон (“Портрет Дориана Грея” Уайльда). Следуют обещания не только чудесного избавления от беды, но и безграни­чной власти. И об истинном величии свидетельствует то, что человек спо­собен противиться искушению, как в притче о Христе. И наконец, назнача­ется цена — представленная в различной форме утрата души (Адам и Ева утрачивают невинность своих чувств); именно ее предстоит уступить силам зла. “Все это дам Тебе, если падши поклонишься мне”,— говорит Сатана Иисусу. Ценой может стать психическое страдание в жизни (как в “Шагреневой коже”) или муки ада. В “Дьяволе и Даниэле Уэбстере” мы видим блестяще изображенный символ того, как дьявол собирает греш­ные души.

*\** Ср. О. фенихель; также у Ф. Александера *“Психоанализ личности в целом”.*

\*\* Иногда это расстройство может быть символизировано внешними несчастьями, как у Сте-фена Винсента Бене в его “Дьяволе и Даниэле Уэбстере”. Иногда на него только указано, как в библейской притче об искушении Христа. Иногда кажется, что и нет никакого рас­стройства, но, как в старой Faustbuch и в “Докторе Фаустусе” Кристофера Марло, человека увлекает его страсть к славе мага. В любом случае, мы знаем, что такое желание возникнет у человека только при душевном расстройстве. В “Снежной королеве” Ганса Христиана Андерсена” именно злой тролль, “настоящий дьявол”, первым сотворил кривое зеркало, осколки которого, попадая в сердце человека, искажали его чувства.

—312—

*Глава 15. Теоретические размышления*

Та же тема, по разному символизированная, но постоянная в ее истол­ковании, снова и снова возникает в фольклоре, мифологии, теологии — где бы ни затрагивался основной дуализм добра и зла. Следовательно, она дав­но поселилась в сознании людей. И, может быть, приспело время, чтобы и психиатрия признала ее психологическую мудрость. Конечно, параллель с невротическим процессом, представленная в этой книге, поразительна:

личность при психическом расстройстве претендует на безграничную власть, утрачивает свою душу и мучается в аду ненависти к себе.

Возвращаясь от затянувшегося метафорического изложения проблемы к Фрейду: Фрейд не видел ее, и мы сможем лучше понять, почему он не мог видеть ее, если вспомним, что он не признавал погоню за славой в качестве соединения неразрывно слитых влечений, которые я описала, а поэтому он не мог оценить и ее силу. Он видел ад саморазрушения достаточно ясно; но считая его выражением самостоятельного влечения, видел его вне контекста.

В иной перспективе, представленной в этой книге, невротический про­цесс — это проблема Собственного Я. Это процесс, начинающийся с отказа от реального Собственного Я ради идеального; потом идут попытки актуа­лизировать это псевдо-Я вместо воплощения в жизнь имеющегося человече­ского потенциала; начинается разрушительная война между двумя Собст­венными Я. Прекратить эту войну наилучшим или единственным доступ­ным нам путем возможно, обретя наше реальное Собственное Я с помощью конструктивных сил, мобилизованных самой жизнью или терапией. В этом ключе проблема вряд ли прозвучала бы осмысленно для Фрейда. В его кон­цепции “Эго” он изобразил “личность” невротика, который отчужден от собственных сил, истинных желаний, не принимает сам решений и не берет на себя ответственность, а только смотрит за тем, чтобы не слишком кон­фликтовать со своим окружением (соблюдает “принцип реальности”). Если это Собственное Я невротика принять за его здоровую живую часть, то весь комплекс проблем реального Собственного Я (как видели Кьеркегор или Джеймс) не может возникнуть.

Наконец, мы можем взглянуть на процесс в перспективе нравственных или духовных ценностей. С такой позиции в нем есть все элементы насто­ящей человеческой трагедии. Как ни велика способность человека к разру­шению, история все же говорит о его живом и неустанном стремлении к большему знанию о себе и мире вокруг себя, об углублении религиозных переживаний, о росте духовных сил и нравственной смелости, о больших достижениях в любых областях, о стремлении к лучшей жизни. И лучшие силы человека направляются на эти стремления. Интеллект и сила вообра­жения помогают человеку увидеть то, чего еще не существует. Он выходит за свои границы или способен к этому всегда. У него есть ограничения, но не твердые и не окончательные. Обычно он не дотягивается до того, чего хочет достичь внутри или вне себя. Само по себе это еще не трагедия. Но внутренний психический процесс, который у невротика эквивалентен здоро­вым человеческим стремлениям — трагичен. Под прессом внутреннего рас­стройства человек начинает тянуться к бесконечному и неограниченному,

—313—

***Карен Хорни.*** *Невроз и личностный рост*

чего ему достичь не дано, хотя его ограничения и не жесткие; и сам этот процесс разрушает его, смещая его самое высшее влечение к самореализа­ции на актуализацию своего идеального образа, тем самым растрачивая тот потенциал, которым он реально обладает.

У Фрейда был пессимистический взгляд на природу человека, и на поч­ве своих воззрений он и не мог иметь иного. Человек, как он видел его, был обречен на неудовлетворенность, каким путем он ни пойди. Он не может изжить удовлетворительно свои примитивные влечения, не вредя себе и культуре. Он не может быть счастлив, ни в одиночку, ни с другими. У него единственный выбор: страдать самому — или пусть страдают другие. И к чести Фрейда, что, глядя на вещи так, он не выворачивался с каким-нибудь бойким решением. На самом деле, в рамках его мышления нет выхо­да из выбора между двух зол. В лучшем случае можно достичь менее небла­гоприятного распределения сил, большего контроля и “сублимации”.

Фрейд был пессимистом, но он не видел в неврозе трагедию человека. Увидеть его как трагическую потерю человеческого опыта можно только при убеждении, что в человеке есть конструктивные, творческие стремле­ния, и им препятствуют обструктивные или деструктивные силы. А Фрейд не только не видел в человеке конструктивных сил; он отрицал их аутен­тичный характер. В его системе мысли было место только деструктив­ным и либидинозным силам, их производным и сочетаниям. Творчество и любовь (Эрос) для него были сублимированными формами либидинозных влечений. В самых общих словах, то, что мы рассматриваем как здоровое стремление к самореализации, для Фрейда было (и могло быть) только выражением нарциссического либидо.

Альберт Швейцер использует термины “оптимизм” и “пессимизм” в смысле “утверждение мира и жизни” и “отрицание мира и жизни”. Фило­софия Фрейда, в этом глубоком смысле, пессимистическая. Наша, при всем понимании трагического элемента при неврозе,— оптимистическая.

Оглавление

Предисловие к русскому изданию ...................................................................... 5

Введение............................................................................................................. 27

Глава 1. **В погоне за славой** ................................................................................ 30

**Глава 2. Невротические требования .................................................................... 49**

Глава 3. **Тирания** “Надо” .................................................................................... 69

Глава 4. **Невротическая гордость** ........................................................................ 86

Глава 5. **Ненависть и презрение к себе** ............................................................... 105

Глава 6. **Отчуждение от себя** .............................................................................. 140

**Глава 7. Средства уменьшения напряжения ....................................................... 156**

**Глава 8. Решение захватить все вокруг: зов власти ............................................. 165**

**Глава 9. Решение смириться: зов любви .............................................................. 187**

Глава 10. **Болезненная зависимость** .................................................................... 207

**Глава 11. Решение “уйти в отставку”: зов свободы ............................................. 223**

**Глава 12. Невротические искажения отношения к людям ................................... 248**

Глава 13. **Невротические нарушения в работе** .................................................... 262

**Глава 14. Дорога психоаналитической терапии .................................................. 280**

Глава 15. **Теоретические размышления** .............................................................. 305

-315-

Карен Хорни **НЕВРОЗ И ЛИЧНОСТНЫЙ РОСТ**

*В композиции обложки использован фрагмент из работы Обри Бердслея*

Восточно-Европейский институт психоанализа Лицензия ЛР № 063162 выдана 08 12 1993

Оригинал макет подготовлен ТОО “Б С К ” Лицензия ЛР № 063995, выдана 01.03 95

Корректор *Н Н Скосырева*

Подписано в печать 15 04 97 г формат 60^84 Уц, Бумага офсетная Печать офсетная Уел псч л 19,75 Тираж 3000 экз

Отпечатано в типографии издатсльско полиграфической фирмы “Б С К ” 199053, Санкт Петербург, наб Макарова, 25

“Другие женщины описывали ее как “очень женственную и соблазнительную”, говорили, что “с мужчинами она просто ужасно поступала” и что “из нее шел внутренний свет”, который и привлекал мужчин, несмотря на то, что внешности она была самой заурядной... Ролло Мэй признавался, что в нем “всегда гвоздем сидел вопрос: как это женщина почти без всяких внешних данных может быть так красива и очаровательна, как ей удается быть такой привлекательной?”

“Сколько в ней было жизни, ума, таланта — и сколько недостатков”, — писал о ней Харольд Кельман...

Она вряд ли могла “завернуть в слова” то, что мучило ее. У нее было все, “что нужно человеку для счастья: работа, приносящая удовлетворение, любовь, дом, естественный круг близких людей”, но “все чаще подкатывало чувство — для чего это все?”

Для того чтобы справиться со своими трудностями, Карен занималась самоанализом, прошла психоанализ и сама стала аналитиком”.

*Бернард Перис “Карен Хорни”*