

Мне тут повезло, и я откопал довольно редкую книгу Ролло Мэя «Искусство психологического консультирования». Книга написана в 40-х годах прошлого века, когда никакого консультирования как института еще не было, и даже психологов не было как класса, а были только врачи.

Мэй написал эту книжку как раз врачам и другим сопутствующим профессиям, которым приходится иметь дело с людьми, вплоть до директоров школ и членов правительства. Несмотря на такую широкую целевую аудиторию, книжка довольно сложная, с большим перекрестным цитированием Фрейда, Ранка, Аристотеля и т.д.

Ситуация на тот момент складывалась таким образом, что кроме психоанализа ничего научного мир психологии еще не изобрел, и вот Мэй пишет о том, что занятия консультированием, а не лечением, применяя только методы психоанализа, не имеют будущего. Его консультирование - это разговор о жизни без насаждения ее на какую-то жесткую каркасную объяснительную схему. В т.ч. он, например, предостерегает от классификаций и типологий, от сведения человека к сумме его эго, суперэго, ид, превентивно предостерегает от бесконтрольного применения архетипов. Смысл увеличения здоровья психики по Мэю в том, чтобы познать себя, а не модель.

К теме. Его взгляд на смысл жизни близок к тому, о чем после него напишут Маслоу, Бьюдженталь, Франкл и другие гуманистические и экзистенциальные авторы, но в этом взгляде на мир пока еще наблюдается свое «техническое» и психоаналитическое послевкусие.

Вот, смотрите, личность - это сумма напряжений внутри головы. Напряжений не физических, а смысловых связей, условных и безусловных реакций, свойственных человеку интерпретаций и так далее. Такая огромная паутинка, где все связано со всем.

Большинство из этих напряжений (связей) свободны - это значит, что они не тормозят энергию между собой, а проводят ее дальше, находятся в контакте и с окружающими их напряжениями и с окружающей средой вокруг человека, и реагируют на их изменения свободно и естественно. Паутинка таким образом постоянно меняет свои очертания, внутренние контуры, систему напряжений, она движется - этот процесс является ЖИЗНЬЮ.

Но есть некоторые связи, напряжения в голове, которые у человека не свободны. Они зажаты и рождают однотипные реакции, одинаковые автоматизмы, не позволяют адаптироваться под обстановку и взаимодействовать с ней синхронно. Такие зажатые, забетонированные кусочки. Эти напряжения не дают течь энергии сквозь них и оттого сами они чрезвычайно насыщены энергией, все, что туда попадает, там и остается. Со временем они начинают влиять на соседние ткани, и образуются целые анклавы внутренних напряжений, которые являются НЕВРОЗАМИ.

Подверженные неврозам внутренние напряжения не свободны, и настолько, насколько несвободны они, несвободен и сам человек - их обладатель. Суть явления жизни по Мэю в том, чтобы постоянно становиться самими собой. Не буду комментировать мысль, что мы и так всегда являемся самими собой - здесь подразумевается стандартная гуманистическая самоактуализация.

Формула смысла жизни по Ролло Мэю

Автор: Василенко А.Э.
08.01.2010 03:11 -

И для того, чтобы стать самим собой, нужно освободить свои внутренние напряжения, связать их со всеми остальными, стать целостным, разрушить преграды на пути течения энергии и информации внутри человека и между ним и средой, сделать эти напряжения живыми. Поэтому формула смысла жизни по Мэю звучит так:

обретение власти над имеющимся у человека потенциалом свободы и творческое использование этого потенциала

Здесь примечательно еще и употребление слова власть. Кто обретает эту власть, тот и есть личность, т.е. пока власти не было, пока были только сформировавшиеся несвободные напряжения, не было и личности, а был такой нездоровый кусок человеко-мяса, член общества. Это роднит концепцию Мэя уже с философией Ницше и Шопенгауэра - связь, которая впоследствии гуманистической психологией была утеряна.