

Нет, я не противоречив. Органы чувств служат для ориентирования в окружающем мире, в ВЗ. У каждого организма есть множество внутренних чувств для ориентирования в нем самом. Когда мы справляемся с какой-либо задачей, то тестируем количество мышечных сокращений, затраченные усилия. Мы собираем сигналы и состояния каждого органа, даже костей, хотя мозговая ткань, по-видимому, имеет минимум осознания.

Наше псевдоделение — фактически мы имеем дело с кооперацией — на системы ориентирования и системы совладания позволяет нам сейчас лучше разобраться в отношении человека к его культуре. Человек расширил обе системы. Для улучшения ориентации мы изобрели микроскопы и телескопы, карты и радар, философию и энциклопедии и т. д. Для лучшего совладания мы изобрели символы и язык, инструменты и машины, компьютеры и конвейерные ленты и т. д.

Теории рефлекторной дуги не хватает центра. Охватывая ориентацию и совладание с миром, мы получаем центр. Ответственность за собственное существование замещает бесчувственную механику.

Самой важной реализацией человеческого потенциала является открытие рациональности, включая логику, измерения и другие числовые игры. Не менее важны использование фантазии и злоупотребление ею: изобретения используются конструктивно и деструктивно, а искусство обогащает и опошляет человеческое отношение к красоте. Религии и моральные кодексы, освобождая или ограничивая человеческое взаимодействие, по-видимому, являются помесью фантазии и рациональности. Абсолютность хорошего и плохого следует категорически отрицать.

Собака сверху: «Для чего ты сидишь и разглагольствуешь? Я знаю, ты припрятал в рукаве свои мысли по поводу этики».

Собака снизу: «Ага. Но сейчас полночь, и я устал. Я не хочу продолжать. Мне нравится свое изложение сенсорно-двигательной системы».

Собака сверху: «Ну, иди спать».

Собака снизу: «Мне лень. И хочется перекусить».

Собака сверху: «Ну, сейчас ты увидишь, что натворил, когда позволил Тедди забрать холодильник».

Собака снизу: «Это было в то время, когда он внезапно начинал гудеть и мешал нам записывать звук. У нас достаточно шумовых



помех, звука волн, эхо в центральной комнате. Я купил дорогую видеоаппаратуру для съемок, и мы постоянно преодолевали какие-то технические трудности. Достаточно часто я ощущал человека рабом машины. Достаточно часто, когда видеорекордер был нужен нам больше всего, он начинал барахлить».

Собака сверху: «Бедный Фриц, я пожалею тебя завтра, если будет время».

Собака снизу: «Вот умник. Я знаю, что не должен был вовлекаться во все это, но только представь себе, если бы у нас были аудио- и видеозаписи Фрейда, Юнга и Адлера. Разве это было бы не интересно? Нам не нужно было бы догадываться и полагаться на словесные описания. Знаешь что, собака сверху? Я начинаю привыкать к тебе. У нас будет еще много приятельских бесед».

Собака сверху: «Принято. А как насчет твоих “читателей”?»

Собака снизу: «Многое из того, что они говорят, можно переложить на тебя. Ты до какой-то степени — это я и, возможно, читатель тоже, ведь он живет в моем воображении».

Собака сверху: «Хорошо. Теперь возьмусь за тебя более серьезно. Ты жаловался на видеорекордер. Ты, по-видимому, не любишь технику».

Собака снизу: «Напротив. Только взгляни в мое помойное ведро. Здесь есть радио, которое я сделал, фотоаппараты

и видеокамеры, оборудование для фотокомнаты. Вот прекрасная вещь из ЮАР. Самолет с размахом крыльев семь футов и маленьким мотором. Он действительно летал. А вот модель изобретения, которым я очень горжусь».

Собака сверху: «У нее есть винт. Это летающий двигатель?»

Собака снизу: «Не совсем. Это всетактный двигатель. Он очень прост и имеет несколько подвижных частей. Ты ставишь двухтактный двигатель с каждой стороны вала винта. Итак, мы поднимаем поршень одним двигателем и опускаем другим. А винт вращается вдоль синусоиды втулки».

Собака сверху: «Это слишком технично для меня. Он работает?»

Собака снизу: «Механическая модель — да. Я сделал чертеж газового двигателя, но не построил газовый двигатель».

Собака сверху: «У тебя есть патент?»

Собака снизу: «Нет, меня это не заботит. Если бы я увидел, как он работает, этого было бы достаточно».

Собака сверху: «Ты глуп. Мог бы заработать кучу денег».

Собака снизу: «И увязнуть в бюрократической волоките и во всех этих переговорах, стать производителем и потерять свободу? Нет, сэр!»

Собака сверху: «В твоём помойном ведре еще есть изобретения?»

Собака снизу: «Да, одно хорошее, но на него нельзя оформить патент».

Собака сверху: «Что это?»

Собака снизу: «Фильтр для очистки воды».

Собака сверху: «Это не твоё изобретение. Такие фильтры существуют и производятся».

Собака снизу: «Да, но всегда необходимо иметь их запас, и они приносят дополнительные хлопоты».

Собака сверху: «Что насчет сигарет Waterford? У них на кончике фильтра есть шарик, который ты раздавливаешь в фильтр и превращаешь его в аквафильтр».

Собака снизу: «Уже теплее. Мне давно не попадалась на глаза реклама Waterford. Плохо то, что выбор ограничен одним брендом».

Собака сверху: «Мне стало по-настоящему любопытно. Что ты изобрел?»

Собака снизу: «Я изобрел способ сделать аквафильтр из фильтра любых сигарет».

Собака сверху: «И что за способ?»

Собака снизу: «Я вдуваю немного слюны в него».



Собака сверху: «Я знал, что ты дурачишь меня. Ты, собака снизу, каждый раз, когда меня не боишься, ты насмехаешься надо мной».

Собака снизу: «Нет, нет, не сейчас. Я признаю, что мы — хорошие оппоненты. Когда собаки сверху пытаются контролировать нас запугиванием и угрозами, мы контролируем вас словами: “маньяна; я стараюсь изо всех сил; я забыл, я обещаю”. Ты должен признать, что собака снизу выигрывает чаще, чем проигрывает».

Собака сверху: «И в чем ценность данного изобретения?»

Собака снизу: «Я пользуюсь им сам. Не нужно вдувать слишком много слюны, а то папиросная бумага размокнет и кончик отвалится. Вода охлаждает горячий воздух, те газы, которые несут наиболее ядовитое вещество. Вкус сигареты становится мягче. Попробуй сам».

Собака сверху: «Зачем эта ерунда? Просто брось курить. Ты говорил, что у тебя больное сердце, и знаешь, как вредно курить в таком случае».

Собака снизу: «Боже всемогущий ! Опять ты начинаешь. Каждая свинья, неспособная придумать, с чем бы еще ко мне пристать, набрасывается на меня за курение. Нет, я не говорил, что у меня больное сердце. Я сказал, что у меня *было* больное сердце. Сейчас мне намного лучше».

Собака сверху: «С чего мы начнем? С курения, если ты полагаешь, что эта тема меня заинтересует».

Собака снизу: «Перестань бухтеть. Сейчас мы соединились ради удовольствия и перекура, пока редактор не поделил нас на части».

Когда мы были мальчишками, у нас было секретное место встреч в подвале на заднем дворе. Там мы курили, болтали и декларировали свою независимость от взрослых. Тогда мне было восемь, и я бросил курить до конца войны. Мои друзья, разумеется, одобрили мой шаг. Когда наступил мир, нет, когда воцарилось перемирие, я был в полном замешательстве. Я был рад, что война закончилась, хотя и находился в относительно благоприятных условиях. Я стал младшим лейтенантом медицинской службы, и мы, офицеры, питались хорошо за счет остальной роты. Мой обжора-свинья был алкоголиком. Дома у меня хранился хороший запас палестинских вин. Каждый месяц меня посылали в Берлин за следующей порцией бутылок.

«Это выглядит не очень правдоподобно. Ты хочешь сказать, что должен был преодолевать такое расстояние от фронта только ради нескольких бутылок вина?»

Я не должен был, но мне нравились поездки. Мне удавалось отсутствовать целую неделю. Будучи офицером, я мог приносить продукты своей голодающей семье за счет рядового состава. Как офицер, я путешествовал в мягких вагонах.

Когда после девяти месяцев окопной жизни я первый раз пришел домой и лег спать, я испугался. Мне показалось, что я падаю сквозь кровать. Она была очень мягкой в сравнении с соломой, которую мы постилали себе в кишаших крысами окопах.

В другой раз я получил билет в Королевскую оперу на «Фигаро». На меня так подействовала красота, по контрасту с грязью и страданиями на фронте, что я вынужден был покинуть театр и выплакать душу. Это был один раз из десятка или около того, когда я испытывал настолько сильные эмоции.

«Ты говоришь, что был в довольно благоприятных условиях во вторую половину войны».

Дурак. Кровать и случай с оперой были задолго до того. Они произошли в мой первый отпуск. Я был еще ефрейтором.

После поражения мы проходили маршем более 20 часов в день. Еды практически не было. Именно тогда я начал курить и так до сих пор и не бросил.

Доктор Лейшке, профессор университета, который лечил меня двумя годами позже от плеврита, сказал, что десять сигарет невзятяг равны одной с глубокой затяжкой. С тех пор я редко затягивался сильно.

В 1963 году в Лос-Анджелесе сердце доставило мне много хлопот. У меня начались такие мучительные приступы стенокардии, что я серьезно подумывал о самоубийстве. Доктор Данциг, мой прекрасный, отзывчивый и сердечный кардиолог, обнаружил серьезную сердечную недостаточность. Прописанные лекарства немного помогли, но боль не проходила. И я скорее покончил бы с собой, чем бросил курить.

Потом я нашел Эсален, и здесь мое здоровье значительно улучшилось. Помогли две вещи: я больше не дышал лос-анджелесским смогом и меня лечила Ида Рольф.

Сейчас я курю постоянно, особенно во время сеансов. Я курю слабые сигареты, иногда даже *Bravo*, изготовленные из латука,

и редко затягиваюсь. Я знаю, что как только избавлюсь от образа «я», смогу отказаться от этой отвратительной привычки. Я знаю, что эта рукопись способна привести меня к этому моменту. Я знаю, что это не страх смерти, поскольку я не слишком забочусь о жизни. Я знаю, что еще большая часть меня скрывается за дымовой завесой. Я должен стать живым доказательством своей теории.



«Ты вводишь новое имя: Ида Рольф. Как она помогла тебе?»

Своим методом физического переобусловливания. Я не готов обсуждать труды «миссис Локоть». Пусть подождет в помойном ведре еще немного. Она тоже заставляла меня ждать, иногда месяцами.

«Ты говоришь, что ее работа является физическим переобусловливанием. Выглядит так,



как если бы ты вдруг признал дихотомию ментальное/физическое».

Отнюдь. Организм есть целое. Поскольку вы можете абстрагировать биохимические, поведенческие, эмпирические и другие функции и сделать их специфической сферой интересов, постольку вы можете подходить к целому организму с различных аспектов, при условии, что вы осознаете, что любые изменения в какой-то сфере вызывают изменения во всех других связанных аспектах.



Мне нравится использовать термин «ориентация», который является центральным,

единым и, таким образом, действенным во многих сферах. Надеюсь, однажды мы создадим язык и терминологию, отражающую холистический взгляд. Пока что мы вынуждены говорить многоречиво и иносказательно.

Один из таких компромиссных терминов — «психосоматический», как будто душа и тело существуют отдельно и соединяются только в редких случаях.

Например, в Германии мы использовали термин «невроз сердца» для синдрома тахикардии, повышенного потоотделения и легкого тремора. Некоторые из нас считали это результатом гиперактивности щитовидной железы, другие — результатом тревожного расстройства.

«Согласно твоему холистическому взгляду, это результат и того и другого».

Нет, это не *результат*, это *идентичность*.

У меня есть множество причин, чтобы говорить сейчас о тревоге, особенно о ее физиологическом, фантазийном и совладающем аспектах.



Мы живем в эпоху тревожных расстройств.

Фрейдово определение излечения невротиков есть свобода от тревоги и вины.

Многие психиатры боятся тревоги и избегают вызывать ее у своих пациентов.

Гольдштейн считает тревогу следствием катастрофических ожиданий.

Что касается объяснений, вновь на переднем плане мы видим психоанализ. Фрейд, ориентированный на прошлое, выдвигает теорию травмы рождения и подавления либидо, кое-кто другой (я забыл, кто-то из учеников Фрейда) — подавления инстинкта смерти. Итак, выбирайте.

Я отрицаю всякую экспланаторность как средство интеллектуализации, препятствующее пониманию.

Для меня обсуждение тревоги особенно важно, поскольку оно открывает дверь к динамическим аспектам организмического функционирования.

«Я не понимаю твоих рассуждений. Для меня тревога является нарушением функционирования, разрушающим фактором, приобретающим иногда, как ты сам сказал, статус болезни».

Терпение, мой дорогой. Я признаю, что выражение: «открывает дверь» — плохо подобрано. Будешь ли ты удовлетворен, если я скажу «оно открывает мне возможность»?

«Да, мой дорогой».

Что за панибратство? Лучше помолчи и послушай, что я скажу о «нормальной» динамике. Хорошо?

«Хорошо, но я вернусь. Готовь свои аргументы “за” и “против”. Позволь только напомнить тебе о твоём утверждении, что незавершенная ситуация будет стремиться к завершению».

Да, но как?

«Мы пьем воду, когда нас мучит жажда».

Откуда мы получаем для этого энергию? Ни машина, ни организм не могут функционировать без энергии.

«Ну, разве вода не получает либидонозный катексис*?»

Признаю, что это хороший термин Фрейда для структуры «фигура/фон». Гештальтисты называют это «характер требования». Вода требует быть проглоченной.

«Звучит как бред. Вода ничего подобного не сказала бы».

Не будь таким приземленным. Конечно, термин является поэтической проекцией, но он феноменологически точен.

«Итак, ты признаешь либидо в этом случае?»

Да, *если* ты испытываешь сексуальное влечение к этой воде. Не будет ли более разумным зарезервировать либидо для его изначального значения сексуальной энергии?



«Тогда мы все еще должны сказать: откуда берется энергия дойти до воды?»

Ты спрашиваешь, и я отвечаю: не знаю. Я могу только теоретизировать и ввести промежуточный термин. Я могу сделать кое-что еще. Я могу включить свою теорию эмоций.

* Заряд.