**Творческое безразличие или мышление противоположностями**

Фредерик Перлз - Эго, голод и агрессия

В психологии больше, чем в любой другой науке, на­блюдатель и наблюдаемые факты неразделимы. Наиболее убедительное наблюдение получится, если удастся найти точку, с которой наблюдатель может достичь всеобъемлю­щего и неискаженного взгляда. Я полагаю, что такую точку нашел С. Фридландер.

В своей книге «Творческое безразличие» он выдвигает следующую теорию: каждое событие сначала относится к ну­левой точке, с которой затем начинается дифференциация на противоположности. Эти *противоположности в их специфи­ческом контексте* обнаруживают большое сходство между собой. Устойчиво оставаясь в центре, мы можем приобрести творческую способность видеть обе стороны события и до­полнить недостающую половину. Избегая одностороннего взгляда, мы достигаем более глубокого проникновения в структуру и функции организма.

Предварительное представление можно получить из сле­дующего примера. Рассмотрим группу из 6 живых существ: имбецил (и), нормальный средний гражданин (н), выдающийся государственный деятель (д), черепаха (ч), кошка (к) и ска­ковая лошадь (л). Сразу бросается в глаза, что они разделя­ются на две большие группы — люди и животные, и что из бесконечного числа характеристик живых существ каждая группа имеет специфическое качество: (и), (н) и (д) демонст­рируют различные степени интеллекта, (ч), (к) и (л) — разные степени подвижности. Они «отличаются» друг от друга по ин­теллекту и скорости. Если разделять их и дальше, с легкос­тью можно установить порядок: IQ (н) больше, чем IQ (и), IQ (д) больше, чем IQ (н), также как скорость (к) больше скорости (ч), и скорость (л) больше скорости (к) (д н и; л к ч).

Теперь можно выбирать других животных и людей, каждый из которых немного отличается от следующего по опреде­ленным характеристикам; можно измерить различия, с помо­щью дифференциальных вычислений можно даже заполнить пробелы, но в конечном итоге мы придем к точке, где пути математики и психологии расходятся.

Математический язык не знает понятий «быстрый» и «мед­ленный», а только «быстрее» и «медленнее»; а в психологии мы оперируем терминами типа «быстрый», «медленный», «глу­пый» или «умный». Подобные термины понимаются с «нор­мальной» точки зрения, безразличной ко всем событиям, ко­торые не производят впечатления неординарных. Мы безраз­личны ко всему, «не отличающемуся» от нашей субъективной точки зрения. Интерес, вызванный в нас, есть «ничто».

Это «ничто» имеет двойное значение: как *начало* и как *центр.* В представлении примитивных народов и детей нич­то есть начало *ряда,* 0, 1, 2, 3 и т.д. В арифметике это сере­дина положительной/отрицательной (+/-) *системы,* нулевая точка с двумя ветвями, простирающимися в положительном и отрицательном направлениях. Если применить две функ­ции ничто к нашему примеру, получится либо два ряда, либо две системы. Если принять, что (и) имеет IQ=50, (н) — 100 и (д) — 150, можно построить ряд: 0, 50, 100, 150. Это порядок возрастания интеллекта. Если же мы примем IQ= 100 за нор­му, получим «+/-» систему: -50, 0, +50, в которой числа по­казывают степень отличия от нулевой (центральной) точки.

В действительности в нашем организме есть множество систем, центрированных на нулевой точке: нормальность, здо­ровье, интеллект и т.д. Каждая из этих систем разделяется на противоположности типа «+/-», умный/глупый, быстрый/мед­ленный и т.д.

Возможно, наиболее очевидный пример из области пси­хологии — система удовольствие/боль. Ее нулевой точкой служит, как будет показано позже, баланс организма. Любое нарушение этого баланса воспринимается как болезненное, возвращение же к нему есть удовольствие.

Врачи хорошо знакомы с метаболической нулевой точ­кой (основной метаболической шкалой), которая, хоть и выра­жается сложной формулой, имеет практическое выражение для нормы, равное нулю. Отклонения (повышенный или пони­женный метаболизм) определяются по отношению к нулевой точке.

Дифференциальное мышление — проникновение в рабо­ту подобных систем — обеспечивает нас точным умственным инструментом, который не слишком сложен ни в понимании, ни в применении. Я ограничу обсуждение тремя пунктами, ко­торые необходимы для понимания данной книги: противопо­ложности, предразличение (нулевая точка) и степень отличия.

Рисунки 1а, 1Ь и 1с могут быть полезны в прояснении моей концепции дифференциального мышления.



Рис.1

a. Пусть А—В представляет поверхность участка земли. Выбе­рем любую точку как нулевую, с которой начинается диффе­ренциация (разделение);

b. Мы разделили части земли на яму (Я) и соответствующий ей холм (X). Дифференциация является последовательной и происходит одновременно (во времени) и точно в одинаковой степени для обеих сторон (в пространстве). Каждая новая ло­пата производит недостаток в яме, который помещается как излишек на холм (поляризация);

c. Дифференциация закончена. Весь ровный участок заменен на две противоположности, яму и холм.

Мышление противоположностями — квинтэссенция диа­лектики. Противоположности *внутри одного и того же кон­текста* стоят ближе друг к другу, чем к любому другому по­нятию. В области цвета мы думаем о белом в соединении скорее с черным, чем с зеленым или розовым. День и ночь, тепло и холод — тысячи таких противоположностей спарены в повседневном языке. Можно даже пойти дальше и ска­зать, что ни «день», ни «тепло» не могли бы существовать ни в действительности, ни в языке, не будучи оттенены своими противоположностями «ночь» и «холод». Вместо знания пре­обладало бы бесплодное безразличие. В терминологии пси­хоанализа мы находим исполнение желаний/фрустрацию желаний, садизм/мазохизм, сознательное/бессознательное, принцип реальности/принцип удовольствия и т.д.

Фрейд распознал и описал как «одно из наших наиболее удивительных открытий» тот факт, что элемент увиденного или всплывшего в памяти сна, для которого можно найти проти­воположность, может означать себя, либо свою противополож­ность, либо то и другое вместе.

Он также привлек наше внимание к факту, что в старей­ших из известных языков такие противоположности как свет­лый/темный, большой/маленький выражались однокоренными словами (так называемый антитетический смысл первич­ных слов). В устной речи они разделялись на два противо­положных значения благодаря интонации и сопутствующим жестам, а в письменной — добавлением определителя, т.е. рисунка или знака, который не подлежал устному воспроиз­ведению.

Двум словам «высокий» и «глубокий» в латинском соответ­ствует одно: *«altus»,* которое означает протяженность в вер­тикальном отношении; перевод этого слова как «высокий» или «глубокий» определяется ситуацией или контекстом. Похожим образом латинское *«sacer»* означает «табу», которое обычно пе­реводится либо как «священный», либо как «проклятый».

Мышление в противоположностях имеет глубокие корни в человеческом организме. Разделение на противоположно­сти — существенное качество нашей ментальности и жизни в целом. Нетрудно овладеть искусством поляризации, кото­рое обеспечивается удержанием в сознании точки предразличия. Иначе будут происходить ошибки, ведущие к произ­вольному и ложному дуализму. Для религиозного человека «ад» и «рай» — правильные антиподы, а «Бог» и «мир» — нет. В психоанализе любовь и ненависть являются корректными противоположностями, а сексуальный инстинкт и инстинкт смерти — некорректными полюсами.

Противоположности начинают существовать от разделе­ния «чего-то недифференцированного», что я предлагаю на­звать предразличным. Точку, откуда начинается разделение, обычно называют нулевой.

Нулевая точка либо задается двумя противоположностями — как в случае магнита — либо определяется более или менее произвольно. Например, при измерении температуры наукой принята за нулевую точку температура таяния льда. В шкале Фаренгейта, до сих пор применяемой во многих странах, за нулевую принята точка, соответствующая 17,8 градусам по Цель­сию. Для медицинских целей можно ввести термометр с нуле­вой точкой, равной нормальной температуре тела. Обычно мы различаем тепло и холод согласно состоянию нашего организ­ма. Выходя из горячей ванны, мы воспринимаем температуру в комнате как холодную, ту же самую температуру мы опишем как достаточно теплую после холодной ванны.

Ситуация, «поле», являются решающим фактором в выборе нулевой точки. Если бы Чемберлен по возвращении из Мюнхе­на был встречен криками «Долой оборванца Гитлера!», он мог бы заявить протест против оскорбления главы дружественного государства. А два года спустя эти слова стали британским лозунгом. Гитлер был таким же оборванцем в 1938 году, как и в 1940, но значительно сместилась нулевая точка британцев.

С. Фридландер проводит различие между незаинтересо­ванной отчужденностью — отношением «Мне все равно» — и «творческим безразличием». Творческое безразличие напол­нено интересом, который распространяется по обоим направ­лениям от точки разделения (дифференциации). Это ни в коей мере не идентично абсолютной нулевой точке, но содержит в себе аспект баланса. В качестве примера из медицинской сферы можно взять количество тироксина в организме чело­века, или рН коэффициент: противоположностями (отклоне­ниями от нулевой точки) являются болезнь Грейва или микседема и ацидоз или алкалиноз соответственно.

Следует подчеркнуть, что две или более ветви разделе­ния развиваются одновременно, и, в общем, расширение оди­наково для обеих сторон. В магните интенсивность притяги­вающей силы обоих полюсов возрастает и убывает одинако­во с изменением расстояния полюсов от нулевой точки. По­рядок различения очень важен, хотя им часто пренебрегают, считая его «только вопросом степени». Целебное лекарство и смертельный яд, являясь противоположными по эффекту, различаются только мерою. Количество переходит в качество. Со снижением напряжения боль превращается в удоволь­ствие и наоборот, просто благодаря изменениям в степени.

Приведу пример «мышления противоположностями», ко­торый иллюстрирует преимущество этой формы мышления. Предположим, вы испытали разочарование. Вы можете винить в этом людей или обстоятельства. Если вы поляризуете «ра­зочарование», вы обнаружите его противоположность — «ис­полнившиеся ожидания». Таким образом, вы получаете новый аспект — знание, что существует функциональная связь меж­ду вашими разочарованиями и вашими ожиданиями: боль­шие ожидания — большие разочарования; маленькие ожида­ния — маленькие разочарования; нет ожиданий — нет и разо­чарований.