ДЖОРДАН Б. ПИТЪРСЪН

12 ПРАВИЛА
ЗА ЖИВОТА
ПРОТИВООТРОВА СРЕЩУ ХАОСА

"Един от най-влиятелните съвременни мислители"

The Spectator

световен феномен

Gnezdoto
http://4eti.me

Джордан Б. Питърсън

12 ПРАВИЛА ЗА ЖИВОТА

Противоотрова срещу хаоса

Канадска Първо издание

Превод от английски Анна Златанова

12 Rules for Life: An Antidote to Chaos

Jordan B. Peterson

Originally published in English by Random House Canada

All rights reserved

Предговор: Норман Дойджи Илюстрации: Итън ван Скайвър

© Анна Златанова, преводач, 2019 г.

Калина Петрова, редактор Евгени Маноилов, корица

© Издателство ГНЕЗДОТО, 2019 г.

http://4eti.me – най-добрите книги

ISBN: 978-619-7316-35-3

СЪДЪРЖАНИЕ

СЪДЪРЖАНИЕ	3
ПРЕДГОВОР	
ВЪВЕДЕНИЕ	22
ПРАВИЛО 1. ИЗПРАВЕТЕ СЕ	33
Омарите и тяхната територия	33
Птиците и тяхната територия	
Конфликт и територия	36
Неврохимия на поражението и победата	38
Принципът на неравномерното разпределение	40
Популярност сред дамите	41
Естеството на природата	43
От дъното до върха	
Неизправност	50
Разбунтувайте се	55
ПРАВИЛО 2. ОТНАСЯЙТЕ СЕ КЪМ СЕБЕ СИ КАТО КЪМ ЧОВЕК, ЗА КОГОТО СТ	E
ОТГОВОРНИ	
Просто си изпийте проклетото лекарство!	62
Най-старата история и природата на света	64
Светът на материята и Светът на нематериалния смисъл	65
Хаос и Ред: персонификация, мъжки и женски принцип	69
Райската градина	76
Голата маймуна	
Добро и зло	85
Божествената искра	
ПРАВИЛО 3. ПОДБИРАЙТЕ СИ ТАКИВА ПРИЯТЕЛИ, КОИТО ВИ ЖЕЛАЯТ НАЙ-	
ДОБРОТО	
Старият роден град	
Моят приятел Крис и неговият братовчед	97
Изгубеният свят на тийнейджърите	
Някои по-различни и някои от същите приятели	101
Спасяване на обречените	
Взаимно договаряне	
ПРАВИЛО 4. СРАВНЯВАЙТЕ СЕ С ЧОВЕКА, КОЙТО СТЕ БИЛИ ВЧЕРА, А НЕ С Н	ЯКОЙ
ДРУГ ДНЕС	
Вътрешният критик	
Богат избор от добри игри	
Посоката на погледа (или да направим равносметка)	
Какво искаш и какво виждаш	
Бог от Стария завет и Бог от Новия завет	
Обръщай внимание	
ПРАВИЛО 5. НЕ ПОЗВОЛЯВАЙТЕ НА ДЕЦАТА СИ ДА ПРАВЯТ НЕЩА, КОИТО В	
КАРАТ ДА НЕ ГИ ХАРЕСВАТЕ	
Не, не е нормално	
Всички мразят аритметиката	
Позорният дивак	
Родител или приятел	
Дисциплина и наказание	
Най-малката необходима сила	
Обобщение на принципите	
Доброто дете и отговорният родител	168
ПРАВИЛО 6. ПРЕДИ ДА КРИТИКУВАТЕ СВЕТА, ВЪВЕДЕТЕ ИДЕАЛЕН РЕД В	

СОБСТВЕНИЯ СИ ДОМ	
Религиозен проблем	
Отмъщение или промяна	173
Когато всичко се разпада	178
Подредете живота си	179
ПРАВИЛО 7. ПРЕСЛЕДВАЙТЕ ТОВА, КОЕТО Е ИЗПЪЛНЕНО СЪС СМИСЪЛ (Н	
КОЕТО Е ИЗГОДНО)	
Да вземем каквото можем	
Отлагане на удоволствието	
Смърт, тежък труд и зло	
Злото среща отпор	
Християнството и неговите проблеми	
Съмнението отвъд обикновения нихилизъм	
Смисълът като висше добро	
ПРАВИЛО 8. КАЗВАЙТЕ ИСТИНАТА. ИЛИ ПОНЕ НЕ ЛЪЖЕТЕ	
Истината е ничия земя	
Моят хазяин	
Манипулиране на света	
Истината вместо лъжата	
ПРАВИЛО 9. СЛУШАЙТЕ. ПРИЕМЕТЕ, ЧЕ СЪБЕСЕДНИКЪТ ВИ МОЖЕ ДА ЗН	
Без съвети	
Преценете сами	
Слушащият човек	
Слушащият човек	
Доминантност, йерархични маневри и остроумие	
Разговорът като път към другия	266
ПРАВИЛО 10. ИЗРАЗЯВАЙТЕ СЕ ТОЧНО И ЯСНО	
Защо лаптопът ми е остарял?	
Инструменти, препятствия и разширяване на Аза	
Светът е прост само когато "работи" добре	
Човекът е разбираем и прост само когато светът "работи" добре	
Какво виждаме, когато не знаем какво гледаме?	
Как са устроени душата и светът	
Отделяне на зърното от плявата	
ПРАВИЛО 11. НЕ ЗАКАЧАЙТЕ ДЕЦАТА, КОГАТО КАРАТ СКЕЙТБОРД	
Опасност и майсторство	
Успех и негодувание	
Още нещо за Крис	
Самозвани съдници на човешката раса	
Кариера и брак	
Патриархатът: помощ или пречка?	
Постмодернизъм и дългата ръка на Маркс	
За да не забравяме: идеите имат последствия	
Момчетата се превръщат в момичета	327
Състраданието като порок	329
Мъжете трябва да бъдат твърди	
ПРАВИЛО 12. АКО НЯКОЯ КОТКА ПРЕСЕЧЕ ПЪТЯ ВИ, ПОГАЛЕТЕ Я	344
Не подминавайте и кучетата	
Страданието и ограниченията на Битието	346
Разруха и болка	
Още нещо за кучетата и най-накрая за котките	
ЕПИЛОГ	
БЛАГОДАРНОСТИ	
За автора	377

ПРЕДГОВОР

Правила? Още правила? Сериозно? Животът не е ли достатъчно сложен и пълен с ограничения, при това без абстрактни правила, които да отчитат уникалната, индивидуална ситуация, в която се намираме? И като знаем, че човешкият мозък е адаптивен и се развива по различен начин в зависимост от житейските преживявания, как може да се очаква, че няколко правила ще бъдат полезни за всички?

Хората не обичат особено правилата, дори в Библията... където се разказва как Мойсей след дълго отсъствие слиза от планината, за да донесе каменните скрижали с Десетте Божи заповеди и да открие, че синовете Израилеви пируват до забрава. Четиресет години те са роби на фараона и превиват гръб под неговата тирания, а после Мойсей ги отвежда за още четиресет години в суровата пустия, за да се пречистят от робското покорство. Най-сетне свободни, те изоставят всякакви задръжки и се впускат в непристойни танци около един идол, един златен телец, отдавайки се на пълна физическа поквара.

- Имам една добра... и една лоша новина извисява глас пророкът. Коя искате да чуете най-напред?
 - Добрата! отговорят хедонистите.
 - Успях да Го убедя да съкрати заповедите от петнайсет на десет!
 - Алилуя! радва се необузданата тълпа. А каква е лошата?
 - Прелюбодейството остава.

Така че правила винаги ще има, но имайте милост, нека да не са прекалено много. Ние проявяваме двояко отношение към правилата, дори да сме убедени, че са полезни за нас. Одухотворената личност, човекът със силен характер възприема правилата като нещо ограничаващо, което накърнява свободата на волята и правото да изградим за себе си живота, който желаем. Защо трябва да бъдем съдени според нечий чужд аршин?

А в това, че сме съдени, няма никакво съмнение. В края на краищата Господ не е дал на Мойсей "Десетте препоръки", дал му е Заповеди. И ако аз съм човек със свободна воля, първата ми реакция при всяка заповед ще бъде, че никой, дори сам Господ, не може да ми казва какво да правя, дори да е за мое добро. От друга страна, притчата за Златния телец ни напомня, че ако не съществуват правила, бързо ще се превърнем в роби на собствените си страсти. А в това няма нищо освобождаващо.

Притчата съдържа още една поука: човекът, лишен от опека, оставен на собствената си ограничена преценка, е склонен да занижи своите стандарти и да издигне в култ качества, които са под неговото достойнство. В този

случай в култ е издигнат предмет с лика на животно, който прави човека неуправляем и изважда на показ неговите първични, животински инстинкти. Тази староеврейска притча хвърля светлина върху виждането на древните, че има твърде слаби изгледи човек да запази цивилизовано поведение в отсъствието на правила, които разширяват мирогледа и правят индивида взискателен към себе си.

Библейската притча за Златния телец е особено ценна и с това, че не просто излага списък с правила, както би сторил един адвокат, законодател или администратор, а вплита тези правила в увлекателен разказ, който помага да разберем защо се нуждаем от тях и какъв е дълбокият им смисъл. Професор Питърсън използва същия подход в тази книга, като не просто формулира своите дванайсет правила, а ги илюстрира с увлекателни истории и опирайки се на широките си познания в разнообразни области, показва нагледно и обяснява защо едни добре обмислени правила не ограничават свободата ни, а тъкмо обратното, улесняват ни по пътя към нашите цели и правят живота ни по-пълноценен и по-свободен.

Първата ми среща с Джордан Питърсън беше на 12 септември 2004 година в дома на двама общи приятели – телевизионния продуцент Уодек Шемберг и лекарката Естера Бекиър. Бяхме поканени на парти за рождения ден на Уодек. Двамата с Естера са полски имигранти, израснали на територията на "Съветската империя"¹, където много въпроси бяха табу и човек можеше да си навлече сериозни неприятности, ако започне да критикува някои порядки в общественото устройство и официалните философски идеи (да не говорим за самия режим).

Но това време беше отминало и сега двамата домакини се наслаждаваха на лукса да разговарят прямо и непосредствено на организираните от тях елегантни партита, посветени на удоволствието да изразяваш свободно мислите си и да слушаш как другите правят същото в една открита размяна на мнения и размисли. Тук битуваше правилото: "Говори това, което мислиш". Когато разговорът вземаше политически уклон, хората с различни политически убеждения подемаха дискусии – при това доста охотно, – каквито все по-рядко могат да се чуят. Понякога мненията на Уодек – някои от които ревностни убеждения – изригваха невъздържано от устата му, също както смехът му. След това той прегръщаше онзи, който го беше провокирал да се разсмее или да изрази мнението си доста по-бурно, отколкото беше възнамерявал. Това беше най-хубавата част от събиранията. И заради тази откровеност, последвана от сърдечни прегръдки, си струваше домакинът да бъде предизвикан. Междувременно гласът на Естера се извисяваше

 $^{^{1}}$ Неофициален термин, описващ съветското влияние върху политиката на редица помалки страни членки на Варшавския договор, чиито опити за напускане на съветската сфера на влияние са заплашени от военна намеса. – E.np.

закачливо и по една прецизно начертана траектория достигаше до набелязания слушател. Тези експлозии на чиста искреност, които правеха атмосферата още по-приветлива, предизвикваха нова вълна от подобни експлозии, задръжките падаха, смехът се лееше още по-свободно и вечерта ставаше двойно по-приятна, защото в компанията на такива разкрепостяващи източноевропейци като Шемберг и Бекиър човек винаги знае с какво и с кого си има работа. Да бъдеш откровен, действа наистина ободряващо. Писателят Оноре дьо Балзак твърди, че на всеки бал или прием в родната му Франция протичат две отделни забави. В първите часове бляскавото увеселение гъмжи от персони, които позират и маниерничат, и от особи, дошли да се срещнат с една точно определена личност, която да утвърди вярата им в собствената им красота и позиции. Доста по-късно, когато вечерта е напреднала и повечето гости са се разотишли, започва втората, истинската забава. Тогава в разговора вземат участие всички присъстващи и театралната поза е заменена от искрен смях. На партитата, давани от Естера и Уодек, тази откритост и непосредствено общуване, характерни за малките часове на нощта, настъпваха още щом прекрачвахме прага на дома им.

С посребрената лъвска грива, украсяваща главата му, Уодек прилича на ловец, който непрестанно е нащрек за харизматични интелектуалци. Той има безпогрешен нюх за хората, които са родени да говорят пред телевизионна камера и изглеждат естествено просто защото са такива (камерата винаги улавя това качество). На приемите му често могат да се видят такива личности. В онзи ден Уодек беше поканил един преподавател по психология от Университета на Торонто, където работех и аз, и още тогава се разбра, че този човек отговаря съвсем точно на профила: ерудиция в комплект с емоционалност. Уодек беше първият, който постави Джордан Питърсън пред камера, защото виждаше в него учителя, винаги готов да обяснява на своите ученици. А това, че Питърсън обичаше камерата и камерата обичаше него, беше бонус.

В онзи следобед в градината на Шемберг и Бекиър беше изнесена огромна маса. Около нея се събра обичайната компания от виртуозни сладкодумци с бъбриви езици и наострени от любопитство уши. Спокойствието ни се смущаваше само от досадните като папараци пчели, които обаче не правеха никакво впечатление на непознатия с типичен за Албърта ² акцент и каубойски ботуши и той не спираше да говори. Продължаваше невъзмутимо да обяснява нещо, докато ние играехме на гоненица с наглите насекоми и в същото време се стараехме да останем на масата, защото това ново

 $^{^{2}}$ Най-западната от трите прерийни провинции в Канада. – *Б. пр*.

попълнение в състава на сбирките ни възбуждаше нашето любопитство.

Той имаше странния навик да заговаря на сериозни теми хората около масата — в онзи ден повечето от тях непознати за него, — сякаш обсъжда нещо напълно банално. А когато произнасяше някоя тривиална реплика, интервалът между "Откъде познаваш Уодек и Естера?" (или "Преди доста време бях пчелар и съм свикнал с пчелите") и някои далеч по-сложни въпроси се изчисляваше в наносекунди.

Такива теми обикновено се обсъждат на приеми, чиито гости са от научните среди, като дискусията протича между двойка тесни специалисти в съответната област, усамотили се в някой ъгъл на помещението, или ако темата се разисква пред всички присъстващи, то непременно някой си придава важност. Ала този Питърсън, въпреки цялата си ерудираност, не изглеждаще да се взема на сериозно. В него бушуваще ентусиазмът на хлапе, което е научило нещо ново и изгаря от нетърпение да го сподели. Изглежда, той беше запазил онзи наивитет, присъщ единствено на децата (преди да открият колко скучни могат да бъдат възрастните), който го караше да вярва, че това, което очарова него, трябва да очарова и другите. Този каубой излъчваще една момчешка непосредственост и се впускаще в темите с такава лекота, сякаш всички ние бяхме израснали в едно и също малко градче или в едно семейство, и просто така, непринудено и свойски обсъждахме проблемите на човешкото съществуване.

Всъщност Питърсън не беше "ексцентрик" и възгледите му не се отличаваха кой знае колко от общоприетите. Той беше бивш преподавател от Харвард и джентълмен (както само един каубой може да бъде), въпреки че често си служеше с някои цветисти ругатни, ала с онзи старомоден маниер, типичен за петдесетте. При все това всички го слушахме с изписано по лицата удивление, защото новият ни познат повдигаше въпроси, които засягаха и вълнуваха всеки от нас.

Да бъдеш в компанията на човек, който е толкова образован, но въпреки това се изразява простичко и непревзето, действа безкрайно освобождаващо. Той имаше "моторно" мислене, което означава, че за да може да мисли, трябва да го прави на глас, активирайки двигателната кора на мозъка си. Нещо повече, този "мотор" трябваше да работи непрекъснато, за да функционира правилно. За да достигне, както се казва в авиацията, оптималната тяга за излитане. Оборотите му на празен ход удряха тавана, с което съвсем не искам да кажа, че говореше невротично. Думите въодушевено се лееха от устата му, но за разлика от мнозина представители на академичното съсловие, които вземат ли думата, никой не може да им я отнеме, на Питърсън, изглежда, му допадаше, когато някой го прекъсваше с контрааргумент или поправяше казаното от него. Не, това не го караше да настръхне и да покаже ноктите си. "Но разбира се" – изричаше незлобливо в такъв момент,

неволно навеждаше глава, бавно я поклащаше, сякаш осъзнал пробойната в твърдението си, и се надсмиваше над себе си за неуместното обобщаване. Той възприемаше това като възможност да разгледа въпроса от друг ъгъл и така ставаше ясно, че за него обективната и задълбочена оценка на един проблем е диалогичен процес.

Питърсън проявяваше още едно изумително качество: за учен той беше необичайно практичен. Изказванията му изобилстваха с примери от различни сфери на ежедневието: управление на бизнеса, изработване на мебели (правеше сам голяма част от своите), проектиране на обикновена къща, освежаване и декориране на дома (доста популярна тема в интернет) или от една по-специфична област, свързана с образованието – създаване на писмен онлайн проект, който помага на учениците от малцинствата да не отпадат от училище, като ги подтиква да изпробват върху себе си една техника от психоанализата – по метода на свободните асоциации да опишат своето минало, настояще и бъдеше (Програма за себеизграждане³).

Отдавна се възхищавах на хората от Средния запад, отраснали в някоя ферма сред прерията или в малко градче, където опознават суровата природа, изработват всичко с двете си ръце, прекарват дълги периоди под открито небе, самообразоват се, а някои от тях продължават образованието си в университет въпреки изгледите да се провалят. Те изобщо не приличаха на своите опитомени изискани себеподобни от големия град, за които висшето образование е нещо предначертано и поради това приемано за даденост или за достижение, което само по себе си не може да бъде цел, а просто задължителен етап в изграждането на кариера. Хората от Средния запад бяха различни: самобитни, подценявани, работливи и дейни, дружелюбни и лишени от фалшивото лустро на жителите на големия град, които прекарват огромна част от живота си затворени между четири стени и пред екрана на компютъра. Този каубой и професор по психология също беше различен. Вълнуваха го само онези идеи и въпроси, които имат практическа полза за някого.

С него станахме приятели. Като влюбен в литературата психиатър и психоаналитик бях заинтригуван от този клиничен психолог, който познаваше твърде добре световните шедьоври на писменото слово и който не просто обичаше дълбоко емоционалните руски романи, философията и древната митология, но и ги приемаше като много лично, безценно наследство. Освен това той провеждаше статистически проучвания, хвърлящи допълнителна светлина върху особеностите на личността и темперамента, беше изучавал и невробиология. Въпреки обучението си в

³ Self-Authoring Program – E.np.

школата на бихейвиоризма⁴ той беше силно привлечен от психоанализата с нейния фокус върху сънищата, архетипите, пренасянето на детските травми в живота на зрелия индивид, ролята на защитните механизми и на рационализацията⁵ в ежедневието. Отличаваше се от колегите и поради факта, че в катедрата по психология в Университета на Торонто, занимаваща се с изследователска работа, той беше единственият учен с клинична практика.

Когато му гостувах, разговорите ни винаги започваха с шеговити закачки и смях – това беше каубоят Питърсън от малкото градче в прериите на Албърта (юношеските му години са сякаш "извадени" от филма "Фубар"6), който те посреща, като отваря широко и сърцето, и вратите на дома си. Къщата беше буквално изтърбушена от съпругата му Тами и от него самия и превърната в, бих казал, най-удивителния и необичаен дом на средната класа, който съм виждал. Вътре бяха изложени различни предмети на изкуството, няколко резбовани маски и абстрактни портрети, но всичко това се губеще на фона на огромната колекция от оригинални картини – образци на социалистическия реализъм, изобразяващи Ленин и ранните комунисти на ръководни постове в СССР. Малко след разпадането на Съветския съюз, когато целият свят въздъхна с облекчение, Питърсън започнал да изкупува в интернет на безценица това пропагандно изкуство. Картини, възвеличаващи съветския революционен дух, покриваха от край до край всяка стена, таван и дори баня. Те бяха там не защото Питърсън симпатизираше на тоталитаризма, а за да му напомнят за нещо, което и той, и всички хора са склонни да забравят – че стотици милиони са загинали в името на една или друга утопия.

Трябваше да мине време, за да свикна с тази сякаш населена с призраци къща, "декорирана" с пропагандните средства на една заблуда, която на практика беше съсипала голяма част от човечеството. В това отношение много ми помогна Тами, неговата прекрасна и уникална половинка, която разбираше, споделяше и насърчаваше този необичаен манифест и начин на изразяване. За всеки гост в дома на Джордан тези картини бяха първата следа за желанието му да си обясни склонността на човека да върши зло в името на доброто и психологическата загадка на самозаблудата (как може един човек да се самозаблуждава и да се измъква безнаказано?) – въпрос, който вълнува

⁴ Направление в съвременната психология, което поставя в центъра на научното изследване човешкото поведение и състоянието на организма като факти, които подлежат на обективно измерване. – E.np.

 $^{^{5}}$ Вид защитен механизъм в психологията. Означава търсене и намиране на аргументирано оправдание за "погрешно" поведение и емоции, за да се избегне самообвинение, разочарование или критика от страна на околните. – E.np.

⁶ Канадска комедия от 2002 г., снимана в Албърта и проследяваща живота на двама приятели от детинство. – E.np.

и двама ни. Щом подхванехме тази тема, можехме часове наред да обсъждаме както този, така и един по-малък проблем (по-малък, понеже е по-рядко срещан), а именно склонността на човека да върши зло заради самото зло, удоволствието, което някои хора намират в нараняването на други човешки същества, описано изключително точно от английския поет от седемнайсети век Джон Милтън в поемата "Изгубеният рай".

Често разговаряхме така на чаша чай в потайната атмосфера на кухнята, заобиколени от тази странна картинна експозиция — физическо свидетелство за ревностната битка, която Джордан беше повел: да надраснем опростенческата идеология, лява или дясна, и да не повтаряме грешките от миналото. След време вече не намирах нищо необичайно в това да пием чай в кухнята и да обсъждаме семейния си живот или последната прочетена книга, заобиколени от тези зловещи картини.

В "Карти на смисъла" – първата и единствена книга на Джордан преди тази – той споделя дълбоките си прозрения във връзка с универсалните въпроси, които световната митология повдига, и обяснява защо всяка култура създава истории, помагащи на хората да се ориентират и да намерят път в хаоса, в който попадаме още с раждането си. Плашещата неизвестност на човешкото съществуване се поражда именно от този хаос и от неизследваните територии, които трябва да прекосим във веществения или в психичния ни свят.

В "Карти на смисъла", издадена преди около две десетилетия, Джордан построява и опира тезата си на принципите на еволюцията, невробиологичните механизми на емоцията, част от достиженията на Юнг, малко от Фройд, значителен дял от най-уважаваните трудове на Ницше, Достоевски, Солженицин, Елиаде, Нойман, Пиаже, Фрай и Франкъл, и с този широк, многостранен подход търси отговор на въпроса по какъв начин човекът и човешкият мозък се справят с архетипните ситуации, които възникват (в нашето всекидневие), щом се изправим пред нещо, което не разбираме. Книгата е забележителна с ясния и методичен начин, по който доказва, че тези ситуации са дълбоко вкоренени в механизмите на еволюцията, в структурата на ДНК, в нашия мозък и в най-древните истории на човечеството. Питърсън обяснява, че причината тези истории да стигнат до нас са съдържащите се в тях полезни напътствия, които ни помагат да се справяме с несигурността и с неизбежната неизвестност.

Едно от многобройните достойнства на книгата, която сега четете, е, че тя представлява ключ за разбирането на "Карти на смисъла" – един доста

 $^{^7}$ Maps of Meaning: Architecture of Belief — "Карти на смисъла: Архитектура на вярата". До този момент книгата не е преведена на български. — E.np.

сложен труд, с чието написване Джордан доизгради своя научен подход към психологията. Въпреки това тя има основополагащ характер, защото колкото и различни да са нашите гени, житейски преживявания и реакции, с които адаптивният мозък отговаря на тези преживявания, всички ние трябва да се справяме с неизвестността, всички ние се опитваме да се придвижим от хаоса към реда. Тъкмо затова много от правилата в тази книга, която намира теоретична основа в "Карти на смисъла", съдържат елемент на универсалност.

Искрата, която вдъхнови Джордан да напише "Карти на смисъла", е болезненото осъзнаване (той беше израснал в годините на Студената война), че голяма част от човечеството е на ръба да унищожи планетата в опит да защити своята идентичност – културна, религиозна, политическа или друга. Той трябваше да разбере кое кара хората да пожертват всичко в името на една "идентичност", каквато и да е тя; да разбере идеологиите, които подтикват тоталитарните режими към сходна форма на поведение: избиване на собствените си граждани. И в "Карти на смисъла", и в тази книга той предупреждава читателя да бъде особено критичен към всяка идеология, независимо от кого и с каква цел се проповядва.

Идеологиите са прости идеи, маскирани като наука или философия и имащи претенции, че могат да обяснят сложния и объркан начин, по който е устроен светът, както и да предложат лек за неговите несъвършенства. А идеолозите са хора, които претендират, че могат "да направят света по-добро място", без да са сложили ред в своя вътрешен хаос. (Този хаос остава скрит под войнствената идентичност, която тяхната идеология им навлича.) Разбира се, това са твърде арогантни претенции. В този смисъл една от основните идеи в настоящата книга е първо "да подредим собствения си дом". И Джордан предлага практически съвети как да го направим.

Идеологиите са заместител на истинското познание, а идеолозите са изключително опасни, когато разполагат с власт, защото животът е прекалено сложен за елементарния подход на "дървения философ", който "знае всичко". Нещо повече, когато социалните им утопии не проработят, те не търсят вината в себе си, а във всички онези, които съзират наивните идеи отвъд демагогията. В книгата "Идеологията и идеолозите" Луис Фюър, друг забележителен учен от Университета на Торонто, отбелязва, че идеологиите използват религиозните истории за собствените си цели, като променят сюжети, отстраняват повествованието И психологическото техните богатство и след това ги представят като заместител на религията. Комунизмът например заимства историята за египетското робство на израилтяните и говори за поробена класа, за богати потисници и водач на онеправданите (Ленин), който заминава в странство, живее сред потисниците и накрая повежда поробените към обетованата земя (утопията, диктатурата на пролетариата).

За да разбере същността на идеологията, Джордан четеше много не само за съветския Γ УЛА Γ^8 , но и за Холокоста и възхода на нацизма. Преди запознанството ни не бях срещал друг човек, християнин по рождение и представител на моето поколение, който до такава степен да е съпричастен към съдбата на евреите в Европа и който посвещава толкова много усилия и време, за да проумее защо се стига дотам. Този въпрос вълнуваше и мен и ме караше да изследвам причините, довели до ужасните зверства. Баща ми беше оцелял в Аушвиц. Баба ми е била на средна възраст, когато е стояла лице в лице с доктор Йозеф Менгеле – нацисткия лекар, подлагал жертвите си на неописуемо жестоки експерименти. Тя беше излязла жива от Аушвиц, тъй като не се подчинила на заповедта да застане в редицата на възрастните, побелелите и слабите, а успяла да се смеси с по-младите пленници. След този случай тя още веднъж съумяла да избегне смъртта в газовата камера, като разменила храната си за боя за коса, опитвайки се да прикрие възрастта си. Дядо ми, нейният съпруг, оцелял в концентрационния лагер "Маутхаузен", но се задушил с първото парче твърда храна, която получил в деня преди освобождаването. Разказвам всичко това, защото години след като се сприятелихме, Джордан неведнъж се обявяваше в защита на свободата на словото и тогава беше обвиняван от левите екстремисти, че е фанатик с крайнодесни политически убеждения.

Ако позволите да отбележа, при цялата умереност, на която съм способен, обвинителите на Джордан в най-добрия случай бяха допуснали да се заблудят. Но не и аз. Със семейна история, каквато е моята, човек развива не радар, а направо подводен сонар за крайнодесните политически пристрастия и, което е по-важно, започва да разпознава хората, притежаващи нужните познания, средства, воля и смелост, за да се противопоставят на подобен фанатизъм. Джордан Питърсън е точно такъв човек.

Собственото ми разочарование от опитите на съвременната политология да обясни възхода на нацизма, тоталитаризма и предразсъдъците ме накара да разширя научната си работа, излизайки от сферата на политологията, и да се заема с проучвания в областта на несъзнаваното, психологическата проекция, психоанализата, регресивния потенциал на психологията на групите, психиатрията и мозъка. По подобни причини Джордан също пренасочи научните си занимания в други области. Въпреки сходните ни интереси двамата с него рядко постигахме съгласие за "отговорите" (и слава богу!), но за въпросите почти винаги бяхме на едно и също мнение.

Нашето приятелство не се въртеше само около безумията в човешката

 $^{^{8}}$ ГУЛАГ – Главно управление на наказателните трудови лагери, основен инструмент за политическа репресия в СССР през периода от 30-те до 50-те години на 20-ти век. (Главное управление лагерен и мест заключения – рус.) – E.np.

история. По онова време вече бях развил навика да посещавам лекциите на колегите си в университета. В часовете на Джордан залата винаги беше претъпкана до краен предел и още тогава виждах това, което след време милиони хора щяха да видят онлайн: един блестящ, често пъти спиращ дъха оратор, който е във вихъра си като увлечен в импровизации джаз музикант. Понякога напомняше на ревностните проповедници от прерията (но не по проповедническия тон, а заради страстта и умението да разказва истории, предаващи основните житейски принципи, заради които сме готови да прегърнем или да отречем една идея). А само миг по-късно беше в състояние да премине към влудяващо систематично обобщаване на съответните научни изследвания. За него не беше трудно да накара студентите да се замислят посериозно за себе си и за бъдещето си. Учеше ги да уважават великите произведения в литературата. Когато обясняваше нещо, даваше ярки примери от клиничната си практика, беше открит и споделяше (в разумна степен, разбира се) личния си опит, като говореше дори за своите слабости и уязвими страни, и правеше смайващи връзки между еволюцията, мозъка и религиозните сюжети. В свят, в който студентите са обучавани (от учени като Ричард Докинс⁹), че еволюцията и религията са диаметрално противоположни понятия, Джордан им показваше, че именно еволюцията може да обясни дълбокото психологическо въздействие и мъдростта на повечето древни истории, каквито са разказите за Гилгамеш¹⁰, преданията за живота на Буда, египетската митология и Библията. Така например той обясняваще, че историите, в които героят доброволно поема на път в дебрите на непознатото ("пътуването на героя"11), отразяват универсалните цели, за чието постигане еволюира човешкият мозък.

Джордан показваше уважение към историите, не беше редукционист¹² и не претендираше, че може да извлече цялата мъдрост, която се съдържа в тях. Ако например говореше за предразсъдъците и за техния емоционален еквивалент – страха и омразата, или за междуполовите различия, той беше способен да покаже как техните специфики еволюират и защо се запазват.

Джордан изостряше вниманието на студентите към някои рядко обсъждани в университета въпроси, какъвто е простият факт, че животът е

⁹ Ричард Докинс — английски етолог, еволюционен биолог и привърженик на направлението на неодарвинистите. — E.np.

 $^{^{10}}$ Гилгамеш — шумеро-акадски митологичен герой. Епосът за Гилгамеш е една от най-древните литературни творби, запазени до наши дни. — E.np.

¹¹ Понятие, въведено от американския митолог Джоузеф Кембъл. Пътуването, или приключенията на героя е архетипен сюжет, използван в литературата от античността до наши дни. – E.np.

 $^{^{12}}$ Редукционизъм — философска идея, според която сложното явление може да бъде обяснено с изучаване на по-простите явления, които го съставят. — E. 12 $^$

страдание – нещо, което древните хора, от Буда до библейските автори, са знаели. Много е тъжно, когато ти или някой от близките ти страда. Но, уви, в това няма нищо необикновено. Ние не страдаме само защото "политиците са тъпанари", "системата е корумпирана" или защото и аз, и вие, и всеки на тази планета може основателно да каже за себе си, че е жертва на друг човек или на обстоятелствата. Всъщност главната причина да страдаме е това, че сме хора и като такива получаваме гарантирана порция страдание. Ако по някаква случайност все още не сте изпитали страданието на собствен гръб, след време това неминуемо ще се промени (освен ако не сте дяволски късметлии). Да имаш деца, е трудно. Да работиш, също е трудно. Трудно е, когато се сблъскваш с остаряването, с болестите и смъртта. Но всичко това е още по-трудно, напомняше Джордан, ако трябва да се справяш сам, без любовта и подкрепата на партньор, без утехата на мъдростта или без дълбоките прозрения на великите психолози. Като говореше така, той не искаше да изплаши студентите. Всъщност те приемаха положително неговата откровеност, защото дълбоко в себе си повечето от тях знаеха, че това, което им казва, е самата истина. Те приемаха фактите, дори никога да не бяха разговаряли на тези теми – може би защото възрастните в живота им ги бяха обгрижвали твърде много, наивно заблуждавайки се, че като не споменават страданието, по някакъв магически начин то няма да застигне децата им.

След това Джордан се спираше на мита за героя – междукултурна сюжетна тема, която Ото Ранк изучава от гледна точка на психоанализата, като отбелязва в съгласие с Фройд, че в много култури се наблюдават сходни героични митологеми. Тази тема се подема и от други автори като Карл Юнг, Джоузеф Кембъл и Ерих Нойман. И ако Фройд има безспорен принос за разбирането на неврозите, тъй като се фокусира върху историите за "проваления" герой (мита за Едип), Джордан изучава "триумфиращия" герой. В тези триумфални истории героят навлиза в непознатото, в някаква неизследвана територия, среща нови за него изпитания и поема големи рискове. Това е процес, при който нещо в него трябва да умре, да бъде пожертвано, за да може героят да се прероди и да преодолее предизвикателството. За това е нужна смелост – нещо, което рядко се коментира в един курс или учебник по психология. Наскоро Джордан пое голям риск, като публично се обяви в защита на свободата на словото и срещу "натиска над словото" (израз, който използвам, когато едно правителство задължава гражданите си да изразяват гласно политическа позиция). Той имаше много за губене и го знаеше. Въпреки това Джордан (както и Тами, между другото) не просто прояви смелост, а продължи да живее, придържайки се към много от правилата в тази книга, някои от които са доста строги.

Виждах как личността на Джордан непрекъснато израства и как

забележителният мъж, с когото се запознах, става все по-способен и уверен, живеейки според тези правила. Именно докато пишеше тази книга и формулираше описаните в нея правила, постепенно се изгради и неговата твърда позиция срещу натиска над словото, или "принудителната реч". Той започна да публикува в интернет част от своите размисли за живота и описаните тук правила. А сега, след повече от 100 милиона посещения на постовете му в Ютюб, е ясно, че те се радват на широк отклик.

Като се има предвид, че повечето от нас не обичат правилата, как тогава да си обясним този невероятен интерес към лекциите му, в които се говори точно за това — за правила? Първоначално широката му популярност в интернет несъмнено се дължеше на неговата харизматичност и на още едно рядко срещано качество: готовността да отстояваш открито идеите, в които вярваш. Първите му видеоклипове в Ютюб бързо достигнаха до стотици хиляди гледания. Но популярността му продължи да расте и след това, защото нещата, за които Джордан говореше, се свързваха с една дълбока, но неосъзната потребност на хората — въпреки нежеланието ни да бъдем ограничавани от правила всички ние се нуждаем от сигурни опори.

Днешните млади хора повече отвсякога са жадни за правила, или поне за някакви насоки. Поколението на милениалите живее в една уникална историческа ситуация. Бих казал, че това е първото поколение, което в училище, в колежа и в университета се възпитава едновременно според две очевидно противоречиви представи за морал. Понякога това противоречие ги кара да се чувстват дезориентирани и несигурни, лишени от насока и – най-страшното – от някои ценности, за чието съществуване дори не подозират.

Според първата представа моралът е относителна категория, в най-добрия случай – въпрос на индивидуална преценка за добро и зло. "Относителна" означава, че нищо не е абсолютно правилно или абсолютно грешно и че моралът и свързаните с него правила са въпрос на гледна точка и на обстоятелства, "относими към" или "произтичащи от" определена житейска рамка – етническа принадлежност, семейна среда и възпитание, особености на културата или на историческия момент. С други думи, случайност, предопределена от раждането. Въз основа на този довод (а напоследък и убеждение) историята ни учи, че религиите, племената, нациите и етническите групи имат, и винаги са имали, различни схващания по фундаменталните въпроси. Днес постмодерната лява идея отива още подалеч с твърдението, че моралът на една група е просто средство да наложи властта си над друга, различна от нея група. Затова се счита, че найразумното поведение (имайки предвид колко условни са моралните ценности, индивидуалните или на социума) е проявата на толерантност към

хората, които разсъждават различно и които произхождат от различна (непозната) среда. Днес се поставя толкова силно ударение върху толерантността, че за много хора един от най-непростимите недостатъци на характера е да бъдеш критичен¹³. И тъй като не различаваме правилното от грешното, нито знаем кое е добро, смятаме, че най-неуместното нещо е възрастните да съветват по-младите как да живеят живота си.

По този начин едно цяло поколение израстна, без да е усвоило така наречената "практическа мъдрост", давала ценна насока на поколенията преди тях. Милениалите, за които се твърди, че са получили най-доброто възможно образование, всъщност страдат от сериозен интелектуален и морален дефицит. Релативистите¹⁴ от моето и от поколението на Джордан, мнозина от които станаха техни учители, обезцениха трупаното хилядолетия човешко познание за изграждане на добродетели и решиха да го отхвърлят като отживелица, като нещо "неприложимо" и дори "обременяващо". В това отношение се справиха толкова добре, че в днешно време думата "добродетел" звучи архаично и ако някой реши да я използва, рискува да изглежда като допотопен моралист и лицемер.

Добродетелите се изучават и определят като отделна категория от морала (правилно и грешно, добро и зло). Аристотел описва добродетелите като модел на поведение, който благоприятства щастието в живота. А пороците – като модел на поведение, който е най-малко благоприятен за щастието. Той

¹³ Някои погрешни мнения приписват големи заслуги иа Фройд (който често се споменава тук) за днешния стремеж към оформяне на такова общество, училища и институции, където никой не съди никого. Вярно е, че той препоръчва психоаналитиците да изслушват пациентите си с толерантност и емпатия и да не отправят критични, осъдителни забележки. Но тази препоръка има за цел да предразположи пациента към откровено споделяне, за да не чувства той, че проблемите му се омаловажават. Така се насърчава рефлексията и изследването на потиснатите чувства, желания и дори будещите срам антисоциални импулси. Пациентът започва да разпознава неосъзнатата съвест (и нейните осъдителни оценки), суровата самокритичност заради собствените "грешки" и неосъзната вина, които често остават скрити, но са причина за формирането на ниска самооценка, за депресия и тревожност. Ако не друго, Фройд доказа, че ние сме едновременно по-неморални и по-морални, отколкото си даваме сметка. Това неосъждащо поведение при психотерапията е изключително ефективна отключваща техника – перфектната нагласа, когато искаш да разбереш по-добре себе си. Но Фройд никога не е твърдял (за разлика от някои хора, които искат да превърнат цялото съвремие в един колосален групов сеанс по психотерапия), че човек може да прекара целия си живот, без нито веднъж да изрази критичност или морална оценка. В книгата си "Цивилизацията и разочарованията от нея" той пише, че цивилизация може да възникне само когато са налице ограничаващи правила и морални принципи. – E.a.

 $^{^{14}}$ Релативизмът е философско схващане, според което моралът е относителен и обективна истина не съществува. – E.np.

отбелязва, че добродетелите водят до умереност и равновесие и предпазват от крайностите на порока. Аристотел разглежда темата за добродетелите и пороците в своята "Никомахова етика". Той описва щастието такова, каквото е достижимо за човешките същества, изграждайки идейната основа на книгата на базата на опит и наблюдения, а не на догадки. Способността за критична преценка за разликата между добродетелта и порока е първата крачка към мъдростта – качество, което никога не може да бъде старомодно.

В противоречие на тази теза съвременният релативизъм твърди, че е невъзможно да се дават оценки за поведението и начина на живот, защото не съществува обективно добро и обективна добродетел (релативизмът приема и двете за относителни). Следователно най-близкото до "добродетел" понятие е "толерантността". Единствено толерантността може да осигури социалната спойка между различните обществени групи и да попречи на хората да се нараняват взаимно. Във Фейсбук и в останалите социалните мрежи ние заявяваме своята "добродетелност", като разказваме на всички колко толерантни, открити и съпричастни сме, и после чакаме да съберем "лайкове". (Макар че да афишираш колко си добродетелен, не е никаква добродетел, а самоизтъкване. Всъщност малко е да се каже, че демонстрацията на добродетелност не е добродетел. По-правилно е да се определи като всеобщ порок.)

Нетолерантността към чуждото мнение (дори то да издава невежество и да звучи неадекватно) е не просто пример за погрешно поведение. В свят, в който не съществува правилно и грешно, тя е нещо много по-лошо. Тя е тревожен знак, че си обезпокояващо нецивилизован или вероятно си опасен.

За много хора е трудно да приемат този вакуум – хаоса, – който е присъщ на живота и който се влошава още повече от тази относителност на моралните принципи. Те не могат да живеят без морален компас, без нравствен идеал, към който да се стремят. (Според релативизма идеалите също са ценности, но като такива те са относителни и следователно е безсмислено да се жертваш за тях.) Успоредно с релативизма се разпространяват нихилизмът, отчаянието и системите от възгледи, които са обратната страна на моралния релативизъм. Това са идеологиите, които предлагат измамна сигурност и претендират, че имат решение за всеки проблем.

И така, стигаме до втората концепция, която се насажда на поколението Y. Да вземем за пример един млад човек, който се записва в университета да учи литература. Но вместо да изучава идеите в книгите, той се сблъсква с идеологическа атака, пречупена през призмата на съдържанието и на опростеното пристрастно тълкуване. Ако релативистът е изпълнен с несигурност, то идеологът е неговата противоположност. Той или тя е безмилостен съдник и цензор, който винаги знае какво не е наред с другите

и как може да се поправи дефектът. Понякога изглежда, че единствените хора, които са готови да дадат съвет в едно общество с относителни ценности, са онези, които най-малко имат какво да предложат.

Съвременниям морален релативизъм има сложен произход. От историята на света знаем, че всяка историческа епоха притежава различен морален кодекс. Кръстосвайки морета и океани, достигайки до други континенти, нашите предци изследват света и откриват племена, чийто морален кодекс придобива смисъл само когато бъде отнесен към местното общество. Науката също изиграва своята роля, като атакува религиозната представа за света и подкопава религиозните устои на етиката и моралните правила. Според материалистичната социална философия светът може да се раздели на факти (които са видими, обективни и "реални") и ценности (които са субективни и индивидуални). Следователно първо трябва да се споразумеем за фактите и един ден може да успеем да развием научно обоснован етичен кодекс (засега в необозримо бъдеще). С твърдението, че фактите са пореални от ценностите, материализмът засилва още повече моралния релативизъм, тъй като схваща ценностите като второстепенни. (Само че е наивно да се смята, че фактите могат да се отделят от ценностите. Именно нашите ценности до голяма степен предопределят на кои неща обръщаме внимание и кои неща приемаме като факт.)

Идеята, че различните общества имат различни правила и морални норми, не е непозната в античността и е интересно да сравним "античната" реакция на това откритие със "съвременната" (релативизъм, нихилизъм, идеологически доктрини). Когато древните гърци достигат до бреговете на Индия или до други земи, те установяват, че на различните места съществуват различни правила, морални норми и порядки, и заключават, че различните представи за правилно и грешно се коренят в някакъв праисторически авторитет. Но това ги води не до отчаяние, а до едно ново откритие: философията.

В отговор на несигурността, породена от осъзнаването на тези противоречиви морални кодекси, Сократ не става нихилист, нито релативист или идеолог. Той се впуска в търсене на мъдрост, която да обясни тези различия, и така допринася за възникването на философията. През целия си живот той си задава сложни фундаментални въпроси – например: "Какво е добродетел?"; "Как можеш да водиш щастлив живот?"; "Какво е справедливост?" – и изпробва различни видове подходи, за да намери този, който хармонира и отговаря най-точно на човешката природа. Такива са и въпросите, които вдъхват живот на тази книга.

Откритието, че различните общества имат различни представи за това как трябва да се живее, не е пречка пред хората от древността. То се превръща в

стимул да задълбочат познанията си за човешката природа и провокира едни от най-проницателните дискусии, които човекът изобщо е водил за принципите, според които трябва да се живее.

Същото е и при Аристотел. Той не изпада в отчаяние заради противоречията между отделните морални кодекси и изтъква, че специфичните правила, закони и порядки може да се различават на различните места, но навсякъде си приличат по едно нещо. И това е склонността на човека да създава правила, закони и порядки. С други думи, чувството за морал – като нещо, което ни е биологично заложено – е толкова дълбоко вкоренено във всеки от нас, че където и да се намираме, ние създаваме система от правила и закони. А идеята, че можем да се отървем от моралните си ограничения, е просто фантазия.

Да създаваме правила, е заложено в природата ни. Човекът е морално животно и затова трябва да се запитаме какво въздействие оказват върху нас опростените схващания на съвременния релативизъм. Отговорът е, че ние сами вредим на себе си, като се преструваме на такива, каквито не сме. Сякаш се крием зад маска, но една доста странна маска, която служи за заблуда на този, който я носи. Одраскайте с върха на ключа си мерцедеса на най-умния професор от постмодерните релативисти и ще видите колко бързо ще падне маската на релативизма (с неговите преструвки, че не съществува нито правилно, нито грешно), както всъщност и плащът на радикалната толерантност.

Това, че не разполагаме с етичен кодекс, основан на съвременната наука, не кара Джордан да създаде система от правила, като започне от нулата (отхвърляйки като суеверие хилядолетната мъдрост и пренебрегвайки моралните норми, доказали своята стойност). В негово лице съвременната наука обединява усилия с древното познание, достигнало до нас чрез книгите, които човекът е запазил през вековете, и историите, преживели забравата на времето.

Джордан постъпва като всички разумни водачи в човешката история: без да твърди, че човешката мъдрост започва от него, най-напред се обръща към собствените си ръководни принципи. Въпреки сериозните теми, които засяга в тази книга, той често ги поднася с чувство за хумор и щипка насмешка, което личи още от заглавията на главите. В част от тях се разглежда широкият спектър от дискусии, които се водят в съвременната психология – такава, каквато я разбира той. Но книгата няма претенции да изчерпва напълно поставените в нея въпроси.

Тогава защо просто не кажем, че това е книга с "насоки" – дума, която звучи доста по-непретенциозно, по-леко и не толкова строго като понятието "правила"?

Защото това наистина са правила. А най-важното от тях е, че човек трябва

да поеме отговорност за собствения си живот. Ето защо.

Логично погледнато, едно поколение, на което непрекъснато се втълпява, че има права, права, права, би трябвало да се противопостави на идеята, че трябва да се съсредоточи върху поемането на отговорност. И все пак голяма част от това поколение – говорим за милиони души по света, много от които са израснали в малки семейства и са отгледани от свръхзакрилящи родители, играли са на детски площадки с мека настилка, учили са в университети с "безопасни пространства" където не се налага да чуват онова, което не искат, и са приучени да избягват риска – се чувстват ужасно подценявани, защото ги смятат за психологически неустойчиви. Затова те откликват на посланието на Джордан, че всеки индивид има пределна отговорност, която може да носи, че ако искаш да живееш щастливо, първо трябва да подредиш собствения си дом и едва тогава можеш да се нагърбиш с по-големи отговорности. Емоционалната реакция на тези хора често пъти ни е трогвала до сълзи.

Понякога става изключително трудно да се придържаш към тези правила. Те изискват да полагаш все по-големи усилия, като с течение на времето те отвеждат отвъд предела на познатите възможности. В този момент навлизаш в неизвестното. За да преминеш границата на сегашните си възможности, трябва внимателно да подбираш и да следваш идеалите си. Идеали, които са толкова величави и се издигат толкова високо над теб, че понякога се съмняваш дали можеш да ги достигнеш.

Но защо да си правиш труда, ако не си сигурен, че идеалите ти са постижими? Защото в противен случай ще чувстваш – и това вече е сигурно, – че животът ти няма смисъл.

И може би защото, колкото и невероятно да звучи, дълбоко в душата си всички ние искаме да бъдем съдени.

Норман Дойджи, доктор по медицина, психиатър и психоаналитик, автор на книгата "Невероятният мозък" ¹⁶

 16 Невероятният мозък (The Brain That Changes Itself), изд. "Изток-Запад", София,

2009 г. – *Б.пр.*

 $^{^{15}}$ Safe space — специални места в кампуса на университетите, където студентите, които се чувстват социално изключени, могат да разговорят помежду си за проблемите и преживяванията, свързани с тяхната принадлежност и приобщаване. — E.np.

ВЪВЕДЕНИЕ

Тази книга има кратка и дълга предистория. Ще започнем с кратката.

През 2012-та започнах да пиша за уебсайт на име *Quora*¹⁷, където всеки може да зададе въпрос, какъвто и да е той, и всеки може да отговори. Читателите дават положителна оценка на отговорите, които харесват, и отрицателна — за да изразят несъгласие. По този начин полезните отговори печелят висок рейтинг, а останалите потъват в забрава. Бях заинтригуван. Сайтът ми допадаше с това, че не поставя никакви ограничения. Там често пламваха разгорещени дискусии и беше любопитно да се види разнообразието от мнения, които един и същ въпрос може да породи.

Когато прекъсвах работа за кратка почивка (понякога почивката беше само оправдание), често влизах в *Quora* и търсех въпроси, които да ме заинтригуват. Например: "Каква е разликата между това да бъдеш щастлив и да бъдеш доволен?", "Кои неща стават все по-хубави с възрастта?" или "Кое прави човешкия живот пълноценен?". Тези въпроси ме караха да се замисля и после да напиша отговор.

Сайтът дава информация колко хора са прочели твоя отговор и колко от тях са го харесали. По този начин получаваш представа до каква публика са достигнали идеите ти и какво мислят хората за тях. С положителна оценка гласува само една малка част от читателите, прегледали даден отговор. Към днешна дата (юли 2017 година) – пет години, откакто изразих мнение по въпроса "Кое прави човешкия живот пълноценен?", отговорът ми е достигнал до сравнително малка аудитория (14 000 прегледа и 133 харесвания). А отговорът ми на въпроса за остаряването предизвика още послаб отклик (7 200 прегледа и 36 харесвания). Не звучи като хоумрън, нали? Но пък няма и нищо чудно. В такива сайтове повечето коментари привличат незначително внимание и само една нищожна част от тях придобиват непропорционално висока популярност.

Скоро след това изразих позиция по друг въпрос: "Кои са най-важните неща, които всеки трябва да знае?". Публикувах списък от правила или максими, някои напълно сериозни, а други "с леко намигване": "Бъди благодарен напук на проблемите", "Не прави нещата, които мразиш", "Не замитай боклука под килима" и т.н. Изглежда, читателите на *Quora* харесаха

¹⁷ Уебсайт *Quora.com* – *Quora* е платформа за социална мрежа, която има за цел да споделя информация за увеличаване на знанията в света. *Quora* стартира като дискусионна платформа, където потребителите намират отговори дори на най-странните си и налудничеви въпроси. Често в платформата могат да бъдат открити и редица задълбочени и аналитични отговори, тип статии. Профила на автора Джордан Питърсън в Quora е https://www.quora.com/profile/Jordan-B-Peterson – бел. http://4eti.me

този списък, започнаха да го обсъждат и споделят. Един от коментарите гласеше: "На всяка цена ще си разпечатам този списък, за да мога да го препрочитам. Фантастичен е!". В друг се казваше: "Quora изпълни своята мисия. Сайтът вече може да бъде закрит". В Университета на Торонто, където преподавах, студентите ме спираха, за да ми кажат колко много са харесали този списък с правила. Днес постът ми в отговор на въпроса "Кои са най-важните неща..." има 120 000 уникални прегледа и е харесан от 23 000 души. Само няколкостотин от общо около шестстотин хиляди въпроса в Quora са прескочили летвата от две хиляди харесвания. Явно размишленията, с които се разсейвах от рутинната работа, бяха засегнали чувствителен нерв. Бях влязъл в единия процент на топ отговорите.

Докато съчинявах този списък с житейски правила, изобщо не предполагах, че ще стане толкова популярен. Бях вложил не по-малко старание и в останалите приблизително шейсет мнения, които публикувах преди или след този пост. Може да се каже, че *Quora* представлява инструмент за социални проучвания, при това особено обективни. Участниците са анонимни. И, в най-добрия смисъл на думата, незаинтересовани. Споделените мнения са спонтанни и непредубедени. Ето защо разгледах внимателно резултатите и се замислих за причините за този неочакван успех. Вероятно, формулирайки правилата, бях налучкал идеалния баланс между познато и непознато. Може би хората бяха привлечени от сигурната опора, която предлага всяка система от правила. А може би те просто обичат списъците.

Няколко месеца по-рано, през март 2012-та, получих имейл от една литературна агентка. Беше ме слушала да говоря в едно радиопредаване на Си Би Си, озаглавено "Просто кажи не на щастието", където изразих съмнение, че смисълът на човешкия живот е в търсенето на щастие. През изминалите десетилетия изчетох много документална литература (доста повече, отколкото изисква общата култура) за мрачните събития от двайсети век — най-вече за историята на нацистка Германия и Съветския съюз. Александър Солженицин, прочутият документалист на жестокостите, извършвани в трудовонаказателните лагери на бившия СССР, пише, че "жалката идеология", която твърди, че "човекът е създаден за щастие", е доктрина, "избивана с първия удар на тоягата в ръцете на нарядника". В трудни моменти неизбежното страдание, което е неделима част от живота, много бързо разбива на пух и прах идеята, че стремежът към щастие е найвисшата цел на човешкото съществуване. Във вече споменатото радиопредаване изразих предположение, че животът трябва да има по-дълбок

 $^{^{18}}$ Солженицин, А. *Архипелаг ГУЛАГ (1918-1956): Опит за художествено изследване, том 2*; прев. Иван Дойчинов. София, изд. "Народна култура", 1975 г.

смисъл. След това поясних, че мъдрите истории и притчи от древността непрекъснато загатват за този по-дълбок смисъл, който е свързан не толкова със стремежа към щастие, колкото с идеята за страданието като средство за изграждане на характер. Това е част от дългата предистория на тази книга.

От 1985 до 1999 година отделях по три часа дневно, за да работя по единствената друга книга, която съм написал досега: "Карти на смисъла: Архитектура на вярата". През този период започнах да водя курс по материали от книгата – първоначално в Харвард, а понастоящем в Университета на Торонто. Поради големия интерес към предаванията, които бях снимал с ТВО, канадска обществена телевизия, през 2013 година, когато Ютюб набираше популярност, реших да запиша на видео и да пусна в мрежата лекциите, които изнасях в университета и на други обществени места. До април 2016-та те събраха над един милион гледания, като цифрата продължи да расте. Оттогава броят на гледанията се увеличи драстично (до осемнайсет милиона в момента, в който пиша това), отчасти защото бях въвлечен в политически спор, който привлече прекалено голямо внимание.

Но това е тема на друг разговор. Може би дори на друга книга.

В "Карти на смисъла" предложих тезата, че по своето съдържание найстарите митове и религиозни истории, и особено онези, които са плод на древната устна традиция, са по-скоро поучителни, отколкото описателни. За разлика от науката, те нямат за цел да опишат какъв е светът, а как трябва да живее и да постъпва човекът. По този начин допуснах, че нашите предци са изобразявали света като сцена, на която се играе пиеса, а не като място, пълно с предмети. В книгата обяснявам също как стигнах до убеждението, че съставните елементи на света като пиеса са хаосът и редът, а не материалните предмети.

Говорим за ред, когато хората около нас постъпват според добре осъзнати социални норми и остават предсказуеми и отзивчиви. Това е светът на социалната структура, на изследваната територия и на познатото. Редът като състояние на нещата обикновено се описва – символично и фигуративно – като мъжки. Това са Мъдрият цар и Тиранинът, които винаги вървят ръка за ръка, както в обществото съществува едновременно структура и потисничество.

Хаосът, от друга страна, се наблюдава там, където – или когато – се случва нещо неочаквано. В най-тривиалната си форма хаосът възниква, когато на парти разкажем виц пред група хора, които си мислим, че познаваме, и вместо със смях, компанията отговори с хладно неловко мълчание. Или в едно доста по-катастрофално проявление – когато изгубим работата си или сме предадени от човека, когото обичаме. В противовес на символично мъжкия ред, хаосът метафорично се представя като женски. Той е новото и непредсказуемото, което внезапно изниква на мястото на познатото. Той е

Съзидание и Разруха, изворът на всичко ново и участта на онова, което вече е мъртво (природата, за разлика от културата, е раждане и смърт едновременно).

Редът и хаосът са Ян и Ин в известния даоистки символ, наподобяващ две рибки, захапали взаимно опашките си ¹⁹. Редът е бялата мъжка рибка, а Хаосът – нейната черна женска противоположност. Черната точка в бялата половина и бялата точка в черната половина символизират възможността за промяна: когато нещата изглеждат най-сигурни, неизвестното може да се надигне като вълна, неочаквана и огромна. И обратното, когато всичко изглежда изгубено, от катастрофата и хаоса може да се роди напълно нов порядък.

Според даоистите смисълът на живота минава по границата между тези вечно преплитащи се партньори. Да вървиш по тази граница, означава да следваш пътя на живота, тоест божествения Път.

А това е нещо много повече от щастието.

По-рано споменах за литературната агентка, слушала размишленията ми по тази тема в онова радиопредаване на Си Би Си. Казаното от мен я навело на някои по-дълбоки въпроси. Така че решила да ми изпрати имейл и да попита дали не съм се замислял да напиша книга за широката публика. Наистина, преди време се опитах да напиша по-достъпна версия на "Карти на смисъла", която е едно доста тежко четиво. Докато работех по текста обаче, забелязах, че ми липсва правилната настройка – нещо, което пролича и в готовия ръкопис. Проблемът, струва ми се, беше, че подражавах на старото си "аз" и на предишната книга, вместо да застана на границата между реда и хаоса и да създам нещо съвсем ново. В крайна сметка предложих на агентката да изгледа в канала ми в Ютюб четири от лекциите, които бях записал за предаването "Велики идеи" по ТВО. Прецених, че по този начин ще можем да проведем информирана и задълбочена дискусия върху темите, които бих могъл да засегна в една книга, достъпна за по-широк кръг от читатели.

След няколко седмици тя се свърза с мен, като обясни, че е изгледала и четирите лекции и е обсъдила съдържанието им със свой колега. Интересът ѝ беше нараснал, както и желанието ѝ да направим заедно този проект. Това звучеше обещаващо и неочаквано. Винаги се учудвам, когато хората реагират положително на идеите, които споделям, предвид това, че са доста

 $^{^{19}}$ Символът Ин-Ян е втората част от сложния петкомпонентен символ maйчu – диаграма, изобразяваща изначалното абсолютно единство и неговото разпадане на многообразието в обозримия свят. Този въпрос е разгледан по-подробно $Правило\ 2$, както и на други места в книгата. – E.a.

необичайни и че ги изричам напълно сериозно. Все още ми е трудно да повярвам, че ме допуснаха (и дори ме насърчиха) да преподавам тези идеи първо в Бостън, а сега и в Торонто. Винаги съм смятал, че ще си имам сериозни неприятности, ако стане ясно какво точно е съдържанието на лекциите ми. А дали опасенията ми са основателни, ще прецените сами, щом прочетете тази книга:)

Литературната агентка предложи да напиша наръчник за нещата, които един човек трябва да знае и да прави, "за да живее добре" — каквото и да означава това. Тази идея ме подсети за списъка с правила, който бях публикувал в *Quora*. Междувременно бях споделил с читателите на сайта някои допълнителни размисли в тази насока и хората отново реагираха положително. Може би, помислих си тогава, списъкът в *Quora* е точно това, за което говори агентката. И така, изпратих ѝ списъка. И тя го хареса.

Приблизително по същото време един мой приятел и бивш студент – писателят и сценарист Грег Хървиц – обмисляще нова книга, която по-късно се превърна в бестселъра "Сирак Х"20. Той също хареса правилата. Миа, главният женски персонаж в книгата, ги поставя едно по едно на вратата на хладилника си, като всяко правило отговаря на определен момент от историята. Това беше поредното доказателство в подкрепа на подозрението ми, че хората ги намират за привлекателни. Предложих на агентката да опиша всяко правило в отделна, не много дълга глава. Тя се съгласи, след което подготвих сходно по смисъл официално предложение за книгата. Започнах да пиша действителните глави, но на практика те се оказаха доста по-дълги от очакваното. Оказа се, че за всяко правило имах да кажа много повече, отколкото предвиждах първоначално.

Донякъде това се дължеше на сериозното проучване, което проведох за първата си книга в областта на историята, митологията, невронауката, психоанализата, детската психология, поезията и на значителни пасажи от Библията. Прочетох и може би дори вникнах в голяма част от "Изгубеният рай" на Милтън, "Фауст" на Гьоте и Дантевия "Ад". За добро или за лошо комбинирах това познание, опитвайки се да намеря отговор на един озадачаващ въпрос: каква е причината или причините за ядрената заплаха на Студената война. Не разбирах как е възможно системите от убеждения да са толкова важни за хората, че те да са готови дори да унищожат света, за да ги защитават. В края на краищата обаче осъзнах, че споделянето на една и съща система от убеждения помага на хората по-лесно да разберат другия и че когато говорим за тези системи, става дума за нещо повече от убеждения.

Това, че се подчиняват на едни и същи житейски правила, прави хората предсказуеми едни за други. Те постъпват в съответствие с взаимните си

 $^{^{20}}$ *Orphan X* —до този момент книгата не е преведена на български. – *Б.пр*.

очаквания и стремежи. Способни са да си сътрудничат. И дори да се съревновават по мирен начин, тъй като всеки е наясно какво може да очаква от другите. Споделената система от убеждения в психологическо и поведенческо отношение опростява представата на човека за себе си и представата за него през погледа на околните. Споделените убеждения опростяват и света, защото хората, които знаят какво да очакват едни от други, могат да обединят усилия, за да култивират света. Вероятно не съществува нищо по-важно от запазването на това устройство, на това опростяване. Ако то бъде застрашено, това ще разклати големия "държавен кораб"²¹.

Твърдението, че хората се борят за убежденията си, не отговаря напълно на истината. Всъщност те се борят, за да запазят съответствието между своите убеждения, очаквания и желания. Както и съответствието между своите очаквания и поведението на обществото като цяло. Именно запазването на това съответствие прави съжителството между хората мирно, предсказуемо и продуктивно. То намалява несигурността и внася известен порядък в хаоса от неприемливи емоции, които несигурността неизбежно поражда.

Представете си, че някой е предаден от любимия човек, на когото е имал доверие. Свещеният социален договор между двамата е нарушен. И тъй като делата са по-красноречиви от думите, актът на предателството разрушава крехкия, старателно договорен мир на интимните отношения. Предаденото доверие отприщва вълна от разрушителни емоции: отвращение, презрение (към себе си и към предателя), вина, тревожност, гняв и страх. Конфликтът е неизбежен и понякога – с ужасни последици. Споделената, обща система от убеждения – с предварително договорени правила на поведение и очаквания – регулира и контролира тези мощни, разрушителни сили. Нищо чудно, че хората са готови да се борят за нещо, което ги предпазва от опасността да бъдат завладени от емоциите на хаоса и ужаса (и от настъпващите след това конфронтация и противоборство).

Но има и нещо друго. Споделената културна система укрепва взаимодействието между хората и освен това представлява система от ценности всъщност йерархия от ценности, при която някои неща имат по-голям приоритет и значение от други. В отсъствието на такава система от ценности хората просто не могат да извършват действия. Те не могат дори да възприемат, защото и действията, и възприятията изискват наличието на цел, а валидната цел задължително е нещо ценно за нас. Ние преживяваме голяма част от положителните си емоции във връзка със своите цели. Технически

 $^{^{21}}$ В съчинението си "Държавата" Платон използва тази метафора, като сравнява управлението на държавата с управлението на боен кораб. – *Б. пр*.

погледнато, ние не можем да бъдем щастливи без ясното съзнание, че се развиваме – а самата идея за развитието съдържа в себе си стойност. Проблемът е, че смисълът на живота, лишен от положителна стойност, е не просто неутрален. Тъй като всички ние сме уязвими и смъртни, болката и тревогата са неделима част от човешкото съществуване. Ето защо се нуждаем от средство за противодействие на страданието, което е присъщо на Битието²². Ние се нуждаем от сигурната опора на една дълбока система от ценности. В противен случай ужасът от съществуването бързо ще превземе живота ни. А след това ще нахлуе и нихилизмът с неговата безнадеждност и отчаяние.

Следователно: няма ли ценности, няма и смисъл. Възможно е обаче между различните ценностни системи да настъпи конфликт. Тогава се оказваме в патова ситуация, защото отсъствието на групова система от убеждения прави света хаотичен, нещастен и непоносим, а наличието на такава система означава неизбежен конфликт с групите, изповядващи различни убеждения. На Запад ние се дистанцираме от своята културна, религиозна и дори национална традиция отчасти за да ограничим опасността от избухване на междугрупови конфликти. Но това поведение не води до нищо добро, защото в крайна сметка ставаме жертва на отчаянието, породено от загубата на смисъл.

Едно от нещата, които ме вдъхновяваше, докато пишех "Карти на смисъла", беше осъзнаването, че не можем да си позволим повече конфликти – не и с размерите на световните войни от миналия век. Технологиите за унищожение станаха прекалено мощни. Последиците от една нова война ще бъдат буквално апокалиптични. Въпреки това не можем просто да захвърлим своите ценностни системи, убеждения и културна принадлежност. Този очевидно неразрешим проблем не ми даваше мира в продължение на месеци. Възможно ли е да има и трети изход, който остава невидим за мен? Една нощ, беше точно в този период, сънувах, че размахвам крака във въздуха, увиснал на огромен полилей високо над земята, под купола на внушителна катедрала. Хората долу изглеждаха далечни и миниатюрни.

 $^{^{22}}$ Използвам термина Битие (с главно "Б") отчасти под влиянието на идеите на немския философ от 20-ти век Мартин Хайдегер. Хайдегер прави разлика между реалността като обективно възприятие и целостта на човешкия опит (който нарича с понятието "Битие"). Битието е това, което всеки от нас преживява субективно, лично и индивидуално, както и онова, което преживяваме съвместно с другите. Следователно то включва емоциите, импулсите, мечтите, фантазиите и откровенията, както и субективните мисли и възприятия. И накрая, Битието е нещо, което се проявява посредством действието, а това означава, че неговият облик в неопределима степен се оформя от индивидуалните решения и избори — или от нашата хипотетично свободна воля. Според това тълкуване Битието е (1) нещо, което трудно може да бъде сведено до материалното и обективното, и (2) нещо, което категорично трябва да има свой термин, както се опитва да изтъкне Хайдегер от десетилетия. — E.a.

Стените, и дори върхът на купола, бяха някъде далеч. Винаги обръщам внимание на сънищата си – най-вече заради специализацията ми като клиничен психолог. Сънищата хвърлят светлина върху тъмните кътчета, които все още са недостъпни за разума. Освен това дълго време изучавах християнството (много повече от другите религии, въпреки че се старая да поправя този пропуск). В тълкуването на сънищата човек трябва да се опре на това, което знае, а не на това, което не знае. Знаех, че катедралите се изграждат под формата на кръст и че мястото под купола е средата на този кръст. Знаех също, че кръстът е алегория за най-голямото страдание, за смъртта и трансформацията, че е символичният център на света. Тоест място, където определено не исках да бъда. От високото – от това символично небе – успях да сляза долу и отново да стъпя на безопасната, позната и анонимна земя. Как точно, не разбрах. А после, все още в съня си, се върнах в спалнята и в леглото си, като в същото време се опитвах да се върна и в покоя на несъзнаваното. Но щом се отпуснах, усетих как нещо повдигна тялото ми. Обгърна ме внезапна вихрушка, която щеше да ме повлече обратно в катедралата и да ме пусне в нейния идеален център, точно под купола. Нямаше измъкване. Беше истински кошмар. С усилие на волята успях да се събудя. Пердетата на отворения прозорец се развяваха над мен. Все още сънен, погледнах към долния край на леглото. Съзрях грамадните порти на катедралата. Разтърсих глава, за да се разсъня, и те изчезнаха.

Сънят ми ме постави в центъра на Битието, откъдето нямаше измъкване. Изминаха месеци, докато разбера какво означава това. В този период постепенно достигнах до едно доста по-пълно лично осъзнаване за посланието, което великите истории от древността се опитват да ни внушат: в центъра на Битието се намира индивидът. Този център се обозначава със символа на кръста, както отбелязваме с "Х" мястото, където трябва да стигнем. Съществуването в центъра на кръста е равносилно на страдание и трансформация – факт, който преди всичко трябва да се приеме доброволно. Възможно е да преодолееш сервилната лоялност към групата и нейните доктрини и едновременно с това да избегнеш капана на другата крайност – нихилизма. И най-важното, възможно е да откриеш достатъчно смисъл в индивидуалната осъзнатост и опит.

Запитах се как е възможно светът да се освободи от ужасната дилема на конфликта, от една страна, и от психологическото и социално претопяване, от друга. Ето какъв беше отговорът: посредством извисяване и усъвършенстване на индивида и посредством готовността на всеки да се нагърби с бремето на Битието и да тръгне по своя героичен път. Всеки от нас трябва да поеме възможно най-голяма отговорност за личния си живот, за обществото и за света. Нещо повече, всеки от нас трябва да се научи да казва истината, да поправя повреденото и неработещото и да вдъхва нов живот на старото и

отживялото. Само по този начин можем да намалим страданието, което трови света. За това е нужна голяма всеотдайност. Пълна всеотдайност. За всеки е ясно, че алтернативата – ужасът на авторитарната система от убеждения, хаосът на рухналата държавност, унищожаването на дивата природа, екзистенциалната безнадеждност и безсилие на обезверения индивид – е много по-страшна.

Обмислям и преподавам тези идеи от десетилетия. За да ги обоснова, събрах огромен масив от истории и научни концепции. Въпреки това нямам никакви претенции, че разсъжденията ми по темата са меродавни или напълно изчерпателни. За човека е непосилна задача да обхване цялата сложност на Битието и самият аз не разполагам с всички факти. Затова просто предлагам най-доброто, на което съм способен.

Във всеки случай, предварителното проучване, което проведох, и внимателното анализиране на данните не бяха напразни – в резултат написах няколко есета, които оформиха същината на тази книга. Първоначалната ми идея беше да развия по едно кратко есе въз основа на всичките ми публикации в *Quora*, общо четиресет на брой. Предложението се прие от канадския офис на издателство "Пенгуин Рандъм Хаус". В процеса на работата си обаче съкратих броя на есетата до двайсет и пет, след това – до шестнайсет, и в края на краищата – до настоящите дванайсет. През последните три години редактирах това, което остана, с помощта и вещата грижа на официалния ми редактор (и с безпощадната и ужасно прецизна критичност на Хървиц, когото вече споменах).

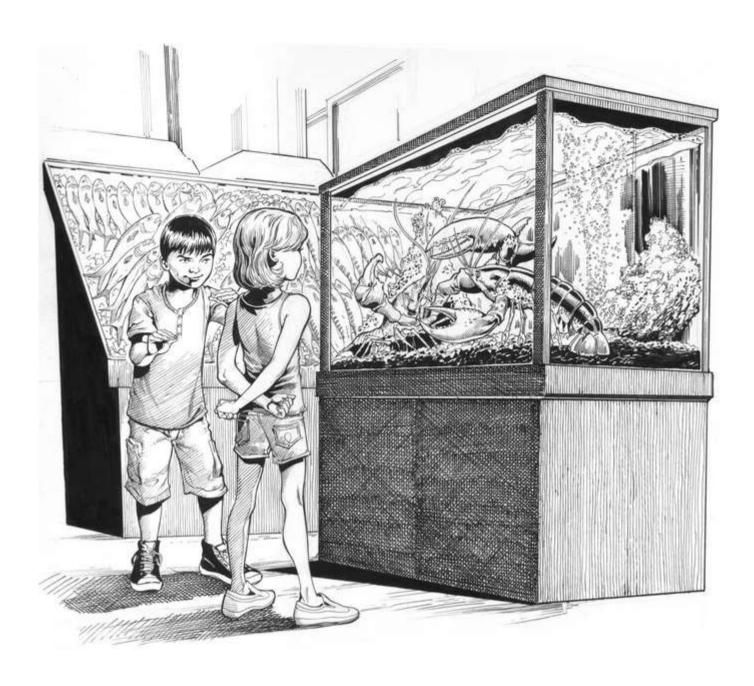
Отне ми доста време, докато се спра на заглавието: "12 правила за живота: Противоотрова срещу хаоса". Защо това заглавие се наложи над всички останали? На първо място заради своята простота. То дава ясно да се разбере, че хората се нуждаят от внасящи ред принципи, без които хаосът ще надделее. Ние се нуждаем от правила, норми и ценности – и като отделни индивиди, и като част от обществото. Ние сме социални животни, и поконкретно социални товарни животни. Трябва да носим товар, за да оправдаем окаяното си съществуване. Нуждаем се от рутина и традиция. Това е ред. Редът може да стане прекомерен и това не е хубаво, но пък хаосът може да ни погълне и удави – и това също не е хубаво. Затова трябва да вървим по правия, тесен път. Дванайсетте правила в тази книга, заедно с придружаващите ги есета, ни дават указания как да останем там. А това "там" е разделителната линия между реда и хаоса. Това е мястото, където сме достатъчно устойчиви и достатъчно способни да изследваме, да се променяме, да поправяме това, което трябва да се поправи, и да си помагаме. Именно там откриваме смисъла на живота и на неизбежното страдание. Може би, ако живеехме правилно, бихме могли да понесем тежестта на собственото си самосъзнание. Може би, ако живеехме правилно, бихме

могли да приемем истината за своята уязвимост и смъртност, без да се чувстваме обречени като жертвен агнец, което отначало поражда недоволство, после завист и накрая жажда за мъст и разрушение. Може би, ако живеехме правилно, нямаше да се обърнем към тоталитарната самонадеяност, за да се предпазим от съзнанието за собствената ни неадекватност и невежество. Може би щяхме да избегнем пътищата към онзи ад, който през ужасния двайсети век преживяхме тук на земята.

Надявам се, че тези правила и придружаващите ги есета ще помогнат на хората да осъзнаят нещо, което вече знаят: душата на всеки от нас непрекъснато жадува за героизма на истинското Битие и готовността да поемем тази отговорност е равносилна на решението да водим смислен живот.

Ако всеки от нас живее правилно, ще процъфтява цялото общество. С най-добри пожелания и приятно четене!

Д-р Джордан Б. Питърсън, клиничен психолог и преподавател по психология



ПРАВИЛО 1. ИЗПРАВЕТЕ СЕ

Омарите и тяхната територия

Ако не правите изключение от повечето хора, едва ли се замисляте често за омарите²³ – освен ако някой от тях не е сервиран в чинията ви. Въпреки това си струва да разгледаме тези интересни и вкусни ракообразни. Те имат сравнително проста нервна система, с големи по размер, видими с просто око неврони – магическите клетки на мозъка. По тази причина учените са картографирали съвсем точно невронната мрежа на омарите. Този успех ни е помогнал да разберем структурата и функциите на мозъка, а оттам и поведението при по-сложните организми, в това число и човека. Всъщност ние приличаме на омарите много повече, отколкото можем да си представим (особено когато всичко върви наопаки).

Омарите живеят на океанското дъно. Те се нуждаят от обиталище, от радиус на действие, където да ловуват плячка и да прочистват морските дълбини от изобилните хранителни остатъци, които като ситен дъжд валят от непрестанните кървави битки над тях. Те се нуждаят от сигурно място, което предлага постоянен добър улов. Нуждаят се от дом.

Това обаче може да се окаже проблем, тъй като в океана има твърде много омари. Какво ще стане, ако два омара се настанят на една и съща територия по едно и също време с намерението да живеят там? А какво ще стане, ако стотици омари, които се опитват да намерят прехрана и да създадат семейство, се установят в един и същ пренаселен участък на океанското дъно?

Този проблем се наблюдава и при други представители на животинското царство. През пролетта, когато пойните птички долитат на север, между тях избухват ожесточени териториални конфликти. Песните им, толкова умиротворяващи и омайни за човешкото ухо, са инструмент за ухажване и израз на доминантност. Тези виртуозни артисти са като малки воини, заявяващи своето превъзходство. Да вземем за пример мушитрънчето – дребна и енергична пойна птичка, която се храни с насекоми и е типична за Северна Америка. Новодошлото мушитрънче си търси защитено от вятъра и дъжда място, където да свие гнездо. Място, което предлага изобилие от храна и привлекателни потенциални партньорки. Освен това то ще направи всичко

33

²³ Ако имате желание да се замислите по-сериозно за омарите, може да започнете оттук: Corson, T. (2005). *The secret life of lobsters: How fishermen and scientists are unraveling the mysteries of our favorite crustacean*. New York: Harper Perennial.

Птиците и тяхната територия

Бях десетгодишен, когато заедно с баща ми направихме къщичка за едно семейство мушитрънчета. Приличаше на покрит заселнически фургон, чийто вход беше с размерите на четвърт долар. Това го правеше подходящ дом за дребничките мушитрънчета и не толкова подходящ за по-едрите пернати, които не можеха да се промушат вътре. Приблизително по същото време от стар гумен ботуш изработихме още една къщичка за птици, която поставихме в двора на възрастната ни съседка. Изрязахме отвор, през който би могла да се провре червеношийка. Старицата копнееше за деня, в който ботушът щеше да се сдобие с първия си обитател.

Скоро след това едно мушитрънче откри нашата къщичка и се разположи вътре като у дома си. В ранната пролет често чувахме трелите на неспирната му песен. Щом построи гнездото си в покрития "фургон", нашият пернат квартирант се зае да събира клечки и сламки и да ги пренася в ботуша в съседния двор. Натъпка го до такава степен, че никаква друга птичка, голяма или малка, не можеше да се провре вътре. Съседката ни не беше никак доволна от тези окупаторски набези, но нямаше какво да се направи. "Дори да свалим ботуша от дървото – отбеляза татко, – да го почистим и да го поставим обратно, мушитрънчето отново ще го напълни с клечки и сламки." Мушитрънчетата са малки, очарователни, но и много коварни птички.

Предишната зима си счупих крака, докато карах ски (още на първото спускане), и по този случай получих известна сума пари от училищната застраховка, предвиждаща компенсация за злочести непохватни хлапаци като мен. С тези пари си купих касетофон (истинско чудо на техниката за времето си). Баща ми предложи да седна на моравата в задния двор, да запиша песента на мушитрънчето, да пусна записа и да наблюдавам какво ще се случи. И така, излязох навън в един ясен пролетен ден и в продължение на няколко минути слушах и записвах как мушитрънчето с песен предявява претенции над своята територия. След това му дадох възможност да чуе собствения си глас. Тази дребна птичка, три пъти по-малка от врабчето, започна да пикира към мен и към касетофона, профучавайки отново и отново на сантиметри от високоговорителя. Често наблюдавахме този вид поведение дори когато касетофонът не беше навън. По-едрите птици, които се осмеляваха да кацнат в короната на някое близко дърво, рискуваха да бъдат пометени от това мушитрънче камикадзе.

Всъщност мушитрънчетата и омарите са много различни. Омарите не летят, не пеят и не кацат по дърветата. Мушитрънчетата имат пера, а не твърда черупка. Те не могат да дишат под вода и рядко се сервират с масло.

Въпреки това между едните и другите има някои особено важни прилики. Като много други създания те са обсебени от идеята за статус и положение. Норвежкият зоолог и специалист по сравнителна психология Торлайф Шелдеруп-Еббе отбелязва (в далечната 1921 година), че дори обикновените стопански птици изграждат "йерархия на кълване"²⁴.

Определянето на това "кой кой е" в птичия свят има важни последици за оцеляването на отделния екземпляр, особено в период на оскъдица. Птиците, които винаги се ползват с приоритетен достъп до храната, пръсната рано сутрин из двора, са знаменитостите в курника. После идва ред на свирещите втора цигулка, на службогонците и подмазвачите. Следват треторазредните представители на птичия двор и така нататък до най-опърпаните, проскубани и недохранени клетници, които заемат най-ниското, позорно стъпало в птичата йерархия.

Домашните птици, подобно на жителите на предградията, живеят в общности. Това не се отнася за пойните птици като мушитрънчето, но те също образуват йерархична структура на принципа на доминиране. Разликата е, че при тях тя се простира върху по-голяма територия. Птиците, които са най-съобразителни, най-силни, най-здрави и с най-голям късмет, заемат най-благоприятната за живот част от тази територия и я защитават. Това им помага да привлекат благонадеждни партньори и да излюпят малки, които са способни да оцеляват и да напредват в йерархията. Обитаването на среда, защитена от вятър, дъжд и хищници, както и лесният достъп до качествена храна намаляват ежедневния стрес. Следователно територията е важна и съществува незначителна разлика между понятията за териториални права и социален статус. Може да се каже, че територията е въпрос на живот и смърт.

Ако местообитанието на група пойни птици с ясно изразена йерархична структура бъде обхванато от заразна птича болест, по всяка вероятност ще се разболеят и ще умрат по-слабо доминиращите и подложените на по-силен стрес птици, които заемат най-ниските слоеве в птичето царство. ²⁵ Това важи и за човешките хабитати, когато вълна от птичи грип или друг вирус залива планетата. Най-бедните и най-стресираните винаги умират първи и сред тях броят на жертвите е най-голям. Те са по-уязвими и към неинфекциозни заболявания, като рак, диабет и сърдечносъдови болести. Както се казва, когато аристокрацията пипне настинка, простолюдието умира от пневмония.

²⁴ Schjelderup-Ebbe, T. (1935). *Social behavior of birds*. Clark University Press. Източник: https://psycnet.apa.org/record/1935-19907-007; виж също: Price, J. S., & Sloman, L. (1987). "De-pression as yielding behavior: An animal model based on Schjelderup-Ebbe's pecking order." Ethology and Sociobiology, 8, 85-98.

²⁵ Sapolsky, R. M. (2004). "Social status and health in humans and other animals." *Annual Review of Anthropology*, 33, 393-418.

Поради това, че територията е важна и че има недостиг на добри ареали, търсенето на място за живеене е предпоставка за конфликти. На свой ред конфликтите пораждат друг проблем: как спорещите страни да не понесат прекалено големи щети, независимо от изхода на битката. Това е много съществен въпрос. Представете си две птици, между които избухва свада за привлекателно място за гнездене. Спречкването бързо може да прерасне в истинска физическа схватка. В крайна сметка едната от птиците, обикновено по-едрата, ще победи, но дори победителят може да получи рани в битката. При това положение трета птица, невредим и съобразителен страничен наблюдател, може да се възползва от удобния случай и да пропъди пострадалия победител. Една доста неблагоприятна развръзка за първите две птици.

Конфликт и територия

В течение на хилядолетия животните, които обитават една и съща територия, са усвоили множество трикове за установяване на превъзходство при минимални щети за двете страни. Победеният вълк например ляга по гръб и оставя шията си незащитена, но победителят не би се унижил да разкъса гърлото му. Колкото и жалък да е съперникът, когото е надвил, доминиращият вълк ще има нужда от партньор в ловуването на плячка. дракон, вид забележително социални гущери, миролюбиво предните си крака, показвайки желание за запазване на социалното разбирателство. Делфините произвеждат специфични звукови сигнали по време на лов и в други ситуации на силна възбуда, за да намалят риска от избухване на конфликти между доминиращите и подчинените членове на групата. Такова поведение е присъщо за общуването на всички живи същества.

Омарите, които кръстосват дъното на океана, не правят изключение от това правило. ²⁶ Ако уловите няколко дузини омари и ги пуснете на друго място в океана, ще станете свидетели на техните ритуали и поведенчески похвати за изграждане на социален статус. В началото всеки от тях ще започне да изследва новата територия – от една страна, за да изучи нейните особености и, от друга, за да намери подходящо място за подслон и прикритие. Омарите събират подробна информация за района, който обитават, и запаметяват наученото. Ако подплашите някой от тях в близост до убежището му, той моментално ще отстъпи назад и ще се скрие вътре. Но ако това се случи далеч от дома му, той незабавно ще се втурне към най-близкото място, предлагащо

36

²⁶ Rutishauser, R. L., Basu, A. C., Cromarty, S. I., & Kravitz, E. A. (2004). "Long-term consequences of agonistic interactions between socially naive juvenile American lobsters (Homarus americanus)." *The Biological Bulletin*, 207,183-7.

добро прикритие, което предварително е изучил и запомнил.

Омарът се нуждае от безопасно място за почивка, защитено от хищници и от природните стихии. Освен това в периода на линеене, когато той расте и съблича твърдата си обвивка, тялото му дълго време остава меко и уязвимо. Подходящ дом за омарите са процепите под скалите, особено ако наоколо са пръснати черупки и дребни камъчета, с които ракообразното може да запуши отвора, щом се оттегли в прикритието си. Във всяка нова територия обаче местата, предлагащи благонадежден подслон и скривалище, са малко на брой. Те са рядкост и затова са ценни. И са търсени от всички омари.

Следователно, изследвайки океанското дъно, те често влизат в сблъсък. Учени доказват, че дори омарът, отгледан в изолация, знае какво да прави в такава ситуация. ²⁷ Той разполага с комплексни защитни и агресивни механизми на поведение, кодирани в нервната му система. Омарът изпълнява сложен ритуал, като боксьор, който "танцува" по ринга: разтваря и повдига щипки, ту се стрелва напред, ту отстъпва заднишком или странично, имитирайки поведението на противника си, и бурно размахва разтворените си щипки. Едновременно с това той използва двойка специални каналчета, разположени под очите му, за да насочи струйки течност към противника си. Тази течност съдържа комбинация от химикали, които дават информация на другия омар за неговите размери, пол, здравословно състояние и настроение.

В някои случаи по размера на щипките омарът е в състояние да прецени, че е много по-дребен от противника си, и благоразумно се отказва от схватката. Обменът на химическа информация може да има същия ефект, подтиквайки по-слабия и по-малко агресивен опонент да се оттегли. Това е Първо ниво на решаване на конфликта. ²⁸ Ако обаче двата омара са видимо равностойни по сили и по размери или обменът на течности не дава достатъчно информация, опонентите пристъпват към Второ ниво на решаване на конфликта. С бясно въртящи се антенки единият омар пристъпва напред, а другият се отдръпва. После в настъпление преминава отбраняващият се, а агресорът отстъпва. След няколко подобни рунда поневротичният от двата омара може да реши, че това поведение не е в негов интерес. Той импулсивно свива опашка, стрелва се назад и изчезва, за да опита късмета си другаде. Но ако никой от двамата не изгуби кураж, следва Трето ниво, което означава истинска битка.

²⁷ Kravitz, E. A. (2000). "Serotonin and aggression: Insights gained from a lobster model system and speculations on the role of amine neurons in a complex behavior." *Journal of Comparative Physiology*, 186, 221-238.

²⁸ Huber, R., & Kravitz, E. A. (1995). "A quantitative analysis of agonistic behavior in juvenile American lobsters (Homarus americanus L.)". *Brain, Behavior and Evolution*, 46, 72-83.

На този етап разярените омари се хвърлят ожесточено в схватката, разтворили заплашително щипки, за да сграбчат другия. Всеки от тях се стреми да преобърне противника по гръб. Успешно прекатуреният омар ще заключи, че опонентът му е в състояние да му причини сериозно нараняване. Затова той ще се предаде и ще си тръгне (въпреки че таи дълбока омраза и дълго ще злослови зад гърба на победителя). Но ако никой не падне по гръб или пък падналият по гръб откаже да се предаде, омарите преминават на Четвърто ниво. Тази стъпка обаче крие сериозен риск и трябва да бъде добре обмислена, защото при последвалата битка ще пострада единият, а може би дори и двамата противници. По всяка вероятност фатално.

Ракообразните се спускат едно срещу друго със светкавична бързина. Щипките са разтворени, готови да сграбчат крак, антенка или око, тоест всичко, което е незащитено и уязвимо. Щом успее да хване някоя част на тялото, нападателят свива опашка, дърпайки се рязко назад, и плътно затворените му щипки се опитват да я отскубнат. Споровете, ескалиращи до такава степен, обикновено завършват с излъчване на победител и загубил. Загубилият е малко вероятно да оцелее, особено ако не напусне територията, завоювана от победителя, който вече е негов смъртен враг.

Колкото и агресивно да е било поведението му, след претърпяната загуба омарът губи желание да влиза в нови битки, дори с опонент, който в миналото е успял да надвие. Може да минат дни, докато победеният съперник възвърне своята увереност. В някои случаи преживяното поражение може да доведе до още по-тежки последствия. Ако един доминантен омар понесе унизително поражение, мозъкът му буквално се разлага и на негово място се появява нов, който вече работи в режим на подчинение, отговарящ на новото му, по-ниско положение. ²⁹ Мозъкът му не е бил достатъчно развит, за да се справи с метаморфозата "от крал до последен просяк", и единственият възможен изход е да бъде унищожен и създаден отново. Всеки, който е преживял болезнена трансформация след сериозен неуспех в любовта или кариерата, би могъл да влезе в положение на униженото ракообразно.

Неврохимия на поражението и победата

Химичните процеси, протичащи в мозъка на загубилия и на победилия омар, са коренно различни. Това намира израз в стойката и езика на тялото. Излъчването на увереност или на покорство зависи от съотношението между две химически вещества, регулиращи комуникацията между невроните в

²⁹ Yeh S-R, Fricke RA, Edwards DH (1996). "The effect of social experience on serotonergic modulation of the escape circuit ofcrayfish." *Science*, 271, 366-369.

мозъка на омара: серотонин и октопамин. Победата повишава нивото на първото за сметка на второто.

При високи стойности на серотонина и ниски стойности на октопамина омарът се превръща в самонадеяно и нахакано мекотело, което веднъж предизвикано, е малко вероятно да отстъпи. Това е така, защото серотонинът регулира флексията на тялото. Когато е гъвкав, омарът може да изпъне крайниците и опашката си, за да изглежда по-едър и по-заплашителен (като Клинт Истууд в някой "спагети уестърн"³⁰). Притокът на серотонин може да накара дори омара, току-що изгубил битката, да се изпъне, предизвиквайки отново индивида, от който е бил победен, и да продължи да се бори дълго и упорито. ³¹ Лекарствата, които се предписват на страдащите от депресия – така наречените селективни инхибитори на обратното захващане на серотонина, — имат почти същия химически и поведенчески ефект. Едно от изумителните доказателства за еволюционната приемственост на живота на Земята е фактът, че Прозак³² повдига настроението дори при омарите. ³³

Съотношението висок серотонин – нисък октопамин е характеристика на победителя. Обратната неврохимична конфигурация (нивото на октопамина надвишава това на серотонина) поражда пораженческо излъчване, при което омарът изглежда окаян, затворен в себе си, потиснат и малодушен – като онзи тип хора, които се мотаят по ъглите на улиците, готови да офейкат при първия знак за неприятности. Серотонинът и октопаминът отговарят и за импулсивното свиване на опашката – рефлекс, с който омарът рязко отскача назад, когато се появи нужда да избяга. При победения омар този рефлекс се активира дори при много слаба провокация. Отзвук на тази реакция е обостреният рефлекс на стряскане, характерен за войниците и за малтретираните деца, страдащи от посттравматично стресово разстройство.

 $^{^{30}}$ Филми от жанра уестърн от 60-те и 70-те години на миналия век, продуцирани и режисирани от италианци. – E.np.

³¹ Huber, R., Smith, K., Delago, A., Isaksson, K., & Kravitz, E. A. (1997). "Serotonin and aggressive motivation in crustaceans: Altering the decision to retreat." *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 94, 5939-42.

 $^{^{32}}$ Търговското наименование на лекарствен продукт, антидепресанг – *Б. пр.*

³³ Antonsen, B. L., & Paul, D. H. (1997). "Serotonin and octopamine elicit stereotypical agonis-tic behaviors in the squat lobster Munida quadrispina (Anomura, Galatheidae)." *Journal of Comparative Physiology A: Sensory, Neural, and Behavioral Physiology*, 181, 501-510.

Принципът на неравномерното разпределение

Когато победеният омар се съвземе и събере кураж, за да влезе отново в двубой, вероятността да понесе ново поражение е много по-голяма, отколкото бихте допуснали въз основа на статистиката от предишните му битки. Победителят, от друга страна, почти сигурно отново ще наложи превъзходството си. В царството на омарите това означава "победителят печели всичко". Впрочем така е и в света на хората, където най-богатият 1% от човечеството притежава 50% от световното богатство ³⁴ и където осемдесет и пет супербогаташи притежават толкова средства, колкото три и половина милиарда души.

Този неравномерното разпределение суров принцип на приложение и в други сфери, извън финансовата – всъщност навсякъде, където е нужен творчески подход. По-голямата част от научната литература е дело на малка група учени. Ограничен брой музиканти издават почти цялата комерсиална студийна музика. Книгите, които действително се купуват, носят имената на шепа автори. Всяка година в Съединените щати се издават милион и половина (!) отделни заглавия, но едва петстотин от тях прескачат летвата от сто хиляди продадени копия. 35 Почти цялата класическа музика, изпълнявана днес, е създадена от четирима композитори (Бах, Бетовен, Моцарт и Чайковски). Бах например е бил толкова производителен, че само преписването на ръка на партитурите му ще отнеме десетилетия, да не говорим че много малка част от внушителния му труд се изпълнява постоянно. Същото важи за огромното творчество и на другите трима представители на тази група: незначителна част от техните произведения се представят в концертните зали. От това следва да заключим, че нищожна част от музиката, създадена от нищожна част от класическите композитори, творили някога, съставлява почти цялата класическа музика, съвременният свят познава и обича.

Този принцип е познат и като *Закон на Прайс* – на името на Дерек Джон де Сола Прайс³⁶, изследователя, открил приложението му в науката през 1963 година. Тази закономерност може да се онагледи посредством L-образна

³⁴ Credit Suisse (2015, Oct). Global Wealth Report 2015, p. 11. Данните са взети от: https://publications.credit-suisse.com/tasks/render/file/?fileID=F2425415-DCA7-80B8-EAD989AF9341D47E

³⁵ Fenner, T., Levene, M., & Loizou, G. (2010). "Predicting the long tail of book sales: Unearthing the power-low exponent." *Physica A: Statistical Mechanics and Its Applications*, 389, 2416-2421.

³⁶ de Solla Price, D. J. (1963). *Little science, big science*. New York: Columbia University Press.

графика, вертикалата където отговаря на числото хората, на хоризонталата – на тяхната производителност или възможности. По своята същност този принцип е открит много по-рано. Вилфредо Парето (1848-1923), италианец с всестранни, обширни познания, в началото на двайсети век забелязва приложението му в разпределянето на богатството – факт, който се оказва валиден за всяко познато общество, независимо от формата на държавно управление. Този принцип се отнася и за жителите на големите градове (в няколко града е съсредоточено почти цялото население на страната), за масата на небесните тела (в малко на брой небесни тела се съдържа почти цялата материя) и за честотата на употреба на думите в даден език (за 90% от общуването се използва ресурс от максимум 500 думи), но приложението му съвсем не се изчерпва с тези примери. Някои го наричат Принцип на Матей, който води началото си от най-суровите думи, приписвани на Исус: "на всекиго, който има, ще се даде и той ще има в изобилие; а от този, който няма, от него ще се отнеме и това, което има" (Матей 25:29).

Няма съмнение, че си Син Божи, щом като думите, които изричаш, касаят дори ракообразните.

Но да се върнем на нашите сприхави мекотели: за кратко време омарите, които взаимно изпробват силите си, осъзнават с кого е безопасно да се закачат и кого не бива да предизвикват. Веднъж достигнали до това разбиране, те оформят изключително стабилна йерархия. Ето защо победителят, доказал своето превъзходство, трябва само да размърда заплашително антенки и доскорошният му съперник ще изчезне моментално в облак от морски пясък. По-слабият омар ще се откаже от битката, ще приеме по-ниското си положение в йерархията и така ще запази всичките си крайници. За разлика от него, доминиращият омар — заел по право найдобрия подслон, отпочинал и добре нахранен — ще започне да демонстрира господство над завладяната територия, като измъква посред нощ подчинените омари от укритията им просто за да не забравят кой е шефът.

Популярност сред дамите

Женските омари (които също се борят за територия в периода на майчинство 37) незабавно разпознават най-големия мъжкар и биват неустоимо привлечени от него. Блестяща стратегия, по мое мнение. Впрочем

³⁷ Тази теория е развита от Wolff, J.O. & Peterson, J. A. (1998). "An offspring-defense hypothesis for territoriality in female mammals." *Ethology, Ecology & Evolution*, 10,227-239; и разширена, обхващайки ракообразните, от Figler, M.H., Blank, G.S. & Peek, H.V.S (2001). "Maternal territoriality as an offspring defense strategy in red swamp crayfish (Procambarus clarkii, Girard)." Aggressive Behavior, 27, 391-403

това е стратегия, използвана от женските индивиди от много видове, в това число и човешкия. Вместо да се нагърбват сами с трудната за пресмятане задача кой е най-добрият мъжкар, женските прехвърлят проблема на йерархията на доминиране и на нейната компютърна безпогрешност. Всъщност те оставят мъжките индивиди да решат задачата на бойната арена и накрая си избират партньор от групата на победителите. Този подход напомня за финансовите инструменти на фондовата борса, където стойността на една компания се определя от нейната конкурентоспособност.

В периода на линеене, когато твърдата обвивка започва да омеква и трябва да бъде съблечена, женските проявяват интерес към чифтосване. Те започват да се навъртат около "ергенската квартира" на най-доминантния омар и да пръскат срещу него възбуждащи миризми и феромони, опитвайки се да го прельстят. Но тъй като именно неговата агресивност го е превърнала в победител, има голяма вероятност той да реагира с проява на доминантност и раздразнителност. Нещо повече, той е едър, кипящ от здраве и сила. Така че женската трябва доста да се постарае, за да го накара да превключи от режим на битка към режим на чифтосване. (Все пак тя би могла да привлече вниманието му, ако използва правилно чара си. От гледна точка на омарите това е еквивалентът на "Петдесет нюанса сиво" – най-бързо продаващия се булеварден роман на всички времена, интерпретиращ непреходния сюжет на архетипната любовна история между Красавицата и Звяра. Това е типичният модел на поведение, който неминуемо присъства във всички сексуално фантазии, които ориентирани литературни 3a жените привлекателност, каквато имат за мъжете провокативните образи на голи

Трябва да отбележим обаче, че чисто физическата сила е несигурна основа за изграждане на трайно превъзходство. Това се опитва да докаже холандският приматолог Франс де Ваал 38. В изучаваните от него групи шимпанзета в дългосрочен план най-успешни са онези мъжки екземпляри, чиято физически сила се допълва с някои по-изтънчени качества. Дори найжестокият тиранин в обществото на шимпанзетата може да бъде свален от власт от двойка съюзили се опоненти, които поотделно са значително послаби от него. Следователно на върха на йерархията най-дълго се задържат мъжките, които образуват взаимноизгодна коалиция със заемащите по-ниско положение представители на групата и които обръщат подобаващо внимание на женските и на децата. Целуването на бебета, както изглежда, е стар като света политически трик. Омарите обаче, като сравнително примитивна форма на живот, се задоволяват с по-простичкия сюжет от типа "Красавицата

³⁸ Waal, F. B. M. de (2007). *Chimpanzee politics: Power and sex among apes*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press; Waal, F. B. M. de (1996). *Good natured: The origins of right and wrong in humans and other animals*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

и Звяра".

Щом успее да очарова Звяра, женската (все още говорим за омари) се съблича, като се освобождава от твърдата си обвивка, и остава опасно уязвима, мека и готова за чифтосване. В точния момент мъжкият, влязъл в ролята на нежен любовник, депозира семенната си течност в съответния канал на женската. Около две седмици след това тя продължава да се върти около "квартирата" на мъжкия, докато обвивката ѝ отново се втвърди (друг феномен, който не е напълно непознат в човешката действителност). Когато прецени, че моментът е настъпил, тя се връща в собственото си местообиталище, носейки оплодени яйца в утробата си. Тогава мястото ѝ се заема от друга женска, която се опитва да направи същото, и така нататък. Доминиращият мъжки, с неговата гордо изправена и уверена стойка, получава не само първокласна недвижима собственост и директен достъп до най-добрата ловна територия. Негови са и всички момичета. Определено си струва да си успял, когато си омар, мъжки омар.

Защо продължаваме да се занимаваме с омарите ли? Може да не ви се вярва, но поради цял куп причини, без да броим тези, които будят смях заради очевидните прилики. Първо, знаем, че омарите съществуват, под една или друга форма, от над 350 милиона години. ³⁹ Тоест от много време. Преди 65 милиона години на планетата все още е имало динозаври. За нас хората това е невъобразимо далечно минало. От гледна точка на омарите обаче, на фона на собственото им граничещо с вечността съществуване, динозаврите са nouveau riche⁴⁰, появили се и изчезнали за кратко време. Това означава, че йерархиите на доминиране са неизменна характеристика на естествената среда, в която сложните форми на живот се развиват и приспособяват. Преди около 300 милиона години мозъкът и нервната система са били относително елементарни. При все това те вече са притежавали необходимото устройство и неврохимични особености, за да обработват информация за положението в обществото. И едва ли бихме могли да кажем, че важността на този факт е преувеличена.

Естеството на природата

От биологията знаем, че еволюцията има консервативен характер. Когато едно нещо еволюира, то продължава да се гради на това, което природата вече е създала. Появяват се нови особености, старите може да претърпят

³⁹ Bracken-Grissom, H. D., Ahyong, S. T., Wilkinson, R. D., Feldmann, R. M., Schweitzer, C. E., Breinholt, J. W., Crandall, K. A. (2014). "The emergence of lobsters: Phylogenetic relationships, morphological evolution and divergence time comparisons of an ancient group." *Systematic Biology*, 63, 457-479.

 $^{^{40}}$ Nouveau riche (фр.) – новобогаташ – Б.np.

известна промяна, но като цяло нещата се запазват. Точно по тази причина крилата на прилепите, ръцете на хората и перките при китовете показват изумително сходство по своята костна структура. Еднакъв е дори броят на костите им. Еволюцията много отдавна е положила крайъгълните камъни на базовата физиология.

Днес еволюцията в голяма степен се проявява в отклоненията и естествения подбор. Сред многото причини за възникването на тези отклонения са "разбъркването" на гените (казано по-просто) и произволните мутации. На това се дължат и различията между индивидите от един и същ вид. Така природата постепенно избира и развива едни особености пред други. Тази теория действително дава обяснение на постоянното изменение на живите организми през различните епохи от развитието на Земята. Въпреки това на повърхността се промъква един въпрос: каква точно е "естествената" страна на "естествения подбор"? Каква всъщност е "околната среда", в която животните трябва да се адаптират? Ние се осланяме на много и различни предположения за природата, за околната среда, и това има своите последствия. "Причината за човешките беди – казва Марк Твен – не е в това, което не знаем, а в това, за което сме сигурни, че не е така."

Първо, като казваме "природа", обикновено си представяме някакъв пейзаж – нещо статично. Само че природата изобщо не е статична, не и в прекия смисъл на думата. Тя е едновременно статична и динамична. Природата – естествената среда, която прави подбор – непрекъснато се трансформира. Тази нейна същност е уловена много точно от даоистките символи Ин и Ян. Според даоистите битието – реалността сама по себе си – се гради на два противоположни принципа, които често се определят като женствен и мъжествен, или още по-точно – като женски и мъжки. Поправилно би било обаче да схващаме Ин и Ян като хаос и ред. Даоисткият символ представлява окръжност, описана около две еднакви рибки, захапали взаимно опашките си. Черната рибка, хаосът, има бяла точка на главата си. Бялата рибка, редът, има черна точка на същото място. Това е така, защото хаосът и редът непрекъснато преливат помежду си и съществуват винаги заедно. Нищо не е толкова сигурно, че да не може да се промени. Дори слънцето понякога проявява нестабилност в цикъла си на движение. Вярно е и обратното, че нищо не е толкова непостоянно, че да не може да бъде стабилизирано. Всяка революция създава нов ред. В същото време всяка смърт е метаморфоза.

Възприемането на природата като напълно статична води до някои погрешни схващания. Природата "прави подбор". Понятието *подбор* косвено съдържа в себе си идеята за *пригодност*. "Годното" е това, което се "подбира". Пригодност, грубо казано, е вероятността един организъм да създаде потомство (да предаде гените си напред във времето). Пригодност

следователно означава, че качествата на организма отговарят изискванията на естествената среда. Ако тези изисквания се определят като статични – ако природата се възприема като вечна и непроменлива, – в такъв случай еволюцията би била безкрайна поредица от линейни подобрения, където пригодността е крайната цел, към която с течение на времето все повече се приближаваме. Господстващата все още викторианска идея за еволюционния напредък, поставяща човека над всичко останало, е частично следствие от тази представа за природата. В резултат се оформя погрешното схващане, че естественият подбор има ясно предназначение (все по-голяма пригодност към околната среда) и че то може да се определи като неподвижна цел.

Но природата, която прави подбора, не е статичен селекционер – не и в простия смисъл на думата. За всеки повод природата облича различен тоалет. Тя е променлива като музикална мелодия – това отчасти обяснява защо музиката създава такива дълбоки нюанси на въздействие. Когато околната среда, благоприятстваща развитието на определен вид, започне да се трансформира и променя, качествата, които помагат на даден индивид да оцелява и да се възпроизвежда, също се трансформират и променят. Следователно теорията за естествения подбор не твърди, че задачата на живите организми е да се впишат възможно най-точно в някакъв модел, създаден от света. По-правилно е да се каже, че живите организми са вплетени в танц с природата, макар и понякога смъртоносен. Както казва Червената царица на Алиса в Страната на чудесата: "У нас, виждаш ли, тичаш, колкото можеш, за да останеш на същото място. Ако пък искаш да идеш другаде, трябва да тичаш два пъти по-бързо". Дори и да си добре сложен, ако стоиш на едно място, никого не можеш да победиш.

По същия начин не може да се каже, че природата е само динамична. Някои неща се променят бързо, но те са част от други неща, които се променят доста по-бавно (музиката често е пример за това). Листата се променят по-бързо от дърветата, а дърветата – по-бързо от гората. Времето се променя по-бързо от климата. Ако не беше така, еволюцията нямаше да проявява консервативен характер и базовата морфология на ръцете щеше да се променя също толкова бързо, колкото дължината на костите им и функцията на пръстите. Хаосът се съдържа в реда, който се съдържа в хаоса, който се съдържа в още по-високия ред. Редът, който е най-реален, е и най-постоянен, но това качество не го прави лесно забележим. Взирайки се в листото, наблюдаващият не вижда дървото. А взирайки се в дървото – не вижда гората. Някои от най-реалните неща (като йерархията на доминиране, която присъства навсякъде) остават напълно "невидими".

 $^{^{41}}$ Превод: Стефан Гечев, 1992 г. – Б.пр.

Погрешно е също да имаме романтична представа за природата. Богатите и модерни жители на големите градове, заобиколени от нагорещен от слънцето бетон, възприемат природата като нещо девствено и идилично – като пейзаж от френски импресионист. Екоактивистите, настроени още поидеалистично, виждат в природата непокътната хармония и съвършенство, сякаш е недокосната от разрушителната дейност на човека. За съжаление, "естествената среда" означава също и елефантиазис и гвинейски червеи (не ви трябва да знаете), комари Анофелеси и малария, унищожителна суща, СПИН и чума. Никой от нас не мечтае за очарованието, което крие това лице на природата, но то е също толкова реално, колкото и нейната едемска страна. Разбира се, именно съществуването на тези неща ни кара да променяме заобикалящата ни среда и да предпазваме децата си, като строим градове и мрежи от пътища, отглеждаме храната си и произвеждаме електричество. Ако Майката природа не беше толкова твърдо решена да ни унищожи, би било доста по-лесно да живеем в съгласие с нейните закони.

Така стигаме до още едно, трето по ред погрешно схващане: природата е нещо строго изолирано от обществено-културните структури, възникнали вътре в нея. Редът вътре в хаоса и редът на Битието стават все "поестествени", колкото по-дълго съществуват. Това е така, защото "природата" е тази, която "прави подбор", и колкото по-дълго съществува дадено качество, толкова повече време е имало да бъде избирано (и да оставя своя отпечатък върху живота). Няма никакво значение дали това качество е физическо или биологично, социално или културно. Това, което има значение, от една дарвинова гледна точка, е неизменността. В този ред на мисли йерархията на доминиране съществува от някакви си половин милиард години. Тя е постоянна. Тя е реалност. Йерархията на доминиране не е капитализъм. Нито пък комунизъм. Тя не е някакъв военно-промишлен комплекс. Не е и патриархат – този тираничен културен артефакт, достъпен за свободна и неограничена употреба. Тя не е човешко творение, дори в найабстрактния смисъл на това понятие. Йерархията на доминиране е нещо съвсем различно. Тя е трайна, почти вечна характеристика на заобикалящата ни среда. И всичко изброено дотук е само преходно проявление на неизменното ѝ съществуване. Ние (вездесъщите ние, които сме тук още от зората на живота) съжителстваме в йерархия на доминиране от много, много отдавна. Ние сме се борили за положение, преди още да се сдобием с кожа, ръце, бели дробове или кости. Естествената история е малко по-дълга от човешката. Йерархиите на доминиране са по-стари дори от дърветата.

Следователно онази част от човешкия мозък, която следи за положението ни в йерархията на доминиране, е изключително древна и примитивна. 42

⁴² A brief summary: Ziomkiewicz-Wichary, A. (2016). "Serotonin and dominance."

Това е една централна контролна система, която модулира нашите възприятия, ценности, емоции, мисли и действия. Тя влияе съществено върху всеки аспект от Битието ни, съзнателен или несъзнателен. Ето защо, когато се проваляме, ние реагираме също като омарите, изгубили физическа битка. Раменете ни се отпускат. Навеждаме глава. Изпитваме страх, болка и тревога, чувстваме се слаби. Ако ситуацията не се подобри, развиваме хронична депресия. При това положение ни е трудно да се защитим в житейските битки и ставаме лесна мишена за дебелокожи грубияни. Поразителни са не само поведенческите и психо-емоционални прилики. Удивителен факт е, че в мозъка протичат почти същите неврохимични процеси.

Да вземем за пример серотонина – химическото вещество, което при омарите отговаря за стойката и за импулса за бягство. Омарите с по-ниско положение в йерархията произвеждат сравнително ниски нива на серотонин. Същото се отнася и за хората, заемащи долните стъпала в йерархията (всеки неуспех намалява допълнително нивото на серотонина). Ниският серотонин означава понижена увереност. А също и засилена реакция на стрес и поскъпа физическа подготовка в случай на опасност – защото на дъното на йерархията на доминиране във всеки един момент може да се случи абсолютно всичко (много рядко нещо хубаво). Ниският серотонин означава по-малко щастие, повече болка и тревожност, повече болести и по-кратка продължителност на живота – и при хората, и при ракообразните. Повисокото място в йерархията на доминиране и свързаният с това по-висок серотонин съответстват на по-ниски нива на заболеваемост, нищета и смърт – дори когато някои фактори като абсолютния доход (или количеството хранителни остатъци на океанското дъно) се запазват едни и същи. Това е изключително важно заключение, чието значение не може да бъде подценено.

От дъното до върха

Дълбоко във вас, в самата основа на мозъка, отвъд мислите и чувствата, се намира един невъобразимо древен "сензор". Той непрестанно следи какво място заемате в обществото по скалата от едно до десет, образно казано. Ако сте номер едно и заемате най-високото положение, вие сте пример за успех. Ако сте от мъжки пол, това ви гарантира достъп до най-добрите места за живеене и най-качествената храна. Хората се надпреварват да ви правят услуги. Разполагате с неограничени възможности за романтични и сексуални

Включено в: Т. К. Shackelford & V. A. Weekes-Shackelford (Eds.). *Encyclopedia of evolutionary psychological science*, DOI 10.1007/978-3-319-16999-6_1440-1. Източник: https://www.researchgate.net/publication/310586509_Serotonin_and_Dominance

контакти. Вие сте един щастлив "омар" и най-привлекателните женски се конкурират и редят на опашка за вашето внимание. 43

Ако сте от женски пол, разполагате с богат избор от първокачествени ухажори: високи, силни и добре сложени; изобретателни, надеждни, честни и щедри. И подобно на вашия доминантен партньор вие също се борите яростно, дори безмилостно, за да запазите или подобрите позицията си в също толкова конкурентната женска йерархия за чифтосване. Въпреки че е малко вероятно да използвате физическа сила, вие имате на разположение богат арсенал от ефикасни вербални трикове и стратегии (например злепоставяне на съперницата), които може би владеете до съвършенство.

И обратното, ако сте с отчайващо нисък статус (някъде около десетката в скалата за доминантност), независимо от своя пол вие нямате никакво (или поне прилично) място за живеене. Храната ви е ужасна, ако изобщо имате какво да ядете. Намирате се в окаяно физическо и умствено състояние. Никой не проявява към вас романтичен интерес, освен ако не е също толкова отчаян. Съществува голяма вероятност да се разболеете, да остареете преждевременно и да си отидете млади, с твърде малко или николко опечалени от вашата кончина. 44 Дори да получите пари, това няма да ви помогне. Вие няма да знаете как да ги използвате, защото, за да ги използвате правилно, трябва поне малко да разбирате от пари. Те ще ви направят уязвими към някои опасни изкушения, като алкохола и наркотиците, носещи бързо удовлетворение на онези, които дълго време са били лишени от всякакво удоволствие. Освен това парите ще ви превърнат в лесна плячка за всякакви "хищници" и психопати, които живеят на гърба на нещастниците от най-ниските слоеве на обществото. Дъното на йерархията на доминиране е най-коварното и опасно място за живеене.

Най-древната част от вашия мозък, специализирана да оценява доминантността, следи за това как другите се отнасят към вас. Въз основа на тази информация тя определя колко струвате и какъв е вашият статус. Ако другите имат ниско мнение за вас, сензорът отпуска по-малка доза серотонин. Това предразполага към по-остра физическа и психологическа реакция на обстоятелства или събития, които могат да предизвикат емоция, особено негативна. Всъщност вие се нуждаете от тази пресилена реакция. "На дъното" животът е пълен с опасности и вие трябва да сте готови да оцелявате.

⁴³ Janicke, T, Haderer, I. K., Lajeunesse, M. J., & Anthes, N. (2016). "Darwinian sex roles con-firmed across the animal kingdom." *Science Advances*, 2, el500983. Източник: http://advances.sciencemag.Org/content/2/2/el500983

⁴⁴ Steenland, K., Hu, S., & Walker, J. (2004). "All-cause and cause-specific mortality by socio-economic status among employed persons in 27 US states, 1984-1997." *American Journal of Public Health*, 94,1037-1042.

За съжаление, този мощен физически отговор, тази постоянна изострена бдителност, изразходва голямо количество ценна енергия и физически ресурси. Всъщност този отговор е това, което всички наричаме стрес, и той в никакъв случай не е само психологически. Той е отражение на злощастните обстоятелства и свързаните с тях реални изпитания. Когато сте на дъното на йерархията, древният сензор в мозъка смята, че и най-дребното неочаквано препятствие може да отприщи неконтролируема вълна от отрицателни събития, с които ще трябва да се справяте сами (на дъното на обществото не се срещат много верни приятели). Така сте принудени непрекъснато да жертвате физическите си сили, които в противен случай бихте съхранили за бъдещето, но които изразходвате в настоящето, за да поддържате повишена бдителност и готовност за незабавно паническо действие. Ако възникне нужда от спешна реакция, но не знаете кое е най-правилното действие, тогава трябва да сте готови за всяко едно действие. Това е все едно да седите в колата и с всички сили да натискате едновременно педалите на газта и спирачката. Но така никой не може да продължава дълго, защото просто ще се разпадне. Древният сензор ще изключи дори имунната система, изразходвайки енергията и ресурсите за утрешното здраве сега, в кризата на настоящето. Той ще ви подтиква да действате импулсивно⁴⁵ и в резултат ще се хвърляте с главата напред при всяка възможност за лесна връзка или някакъв вид удоволствие, колкото и евтино, непочтено и незаконно да е то. Може да ви накара да живеете безразсъдно или да рискувате живота си, сграбчвайки първата появила се възможност за удоволствие. Това състояние на постоянна готовност за действие има висока физическа цена и ще ви изтощи във всяко едно отношение. 46

От друга страна, ако имате висок статус в йерархията, безпристрастният праисторически механизъм на този сензор преценява, че мястото, което заемате в обществото, е сигурно, ползотворно и безопасно и че разполагате с необходимата социална подкрепа. Той пресмята, че вероятността нещо да ви навреди е пренебрежимо малка. Промяната е по-скоро възможност, отколкото заплаха. Серотонинът се излива в изобилие. В резултат на това вие сте уверени и спокойни, с високо вдигната глава и изправени рамене и много по-рядко сте в състояние на изострена бдителност. Положението ви е сигурно и това е предпоставка за добро бъдеще. А също и възможност да се замислите как да го направите още по-добро в дългосрочен план. Излишно е да се хвърляте импулсивно и да събирате трохите, които животът ви поднася, когато е напълно реалистично да очаквате, че изобилието от възможности

⁴⁵ Crockett, M. J., Clark, L., Tabibnia, G., Lieberman, M. D., & Robbins, T. W. (2008). "Serotonin modulates behavioral reactions to unfairness." *Science*, 320,1739.

⁴⁶ McEwen, B. (2000). "Allostasis and allostatic load implications for neuropsychopharmacology." *Neuropsychopharmacology*, 22,108-124.

няма да ви напусне. Можете да си позволите да отлагате удоволствието – не до безкрай, разбира се. И накрая, можете да си позволите да бъдете отговорен и съвестен гражданин.

Неизправност

Понякога обаче механизмът на този сензор може да се повреди. Навиците за нередовен сън и хранене могат да нарушат неговата функция. Несигурността може напълно да го извади от строя. Тялото с всички негови части трябва да работи като добре дирижиран оркестър. Всяка система трябва да изпълни партията си правилно и точно навреме, иначе ще настъпи хаос и какофония. Именно затова рутината е толкова важна. Рутинните действия, които повтаряме всеки ден, трябва да станат автоматични. Те трябва да се превърнат в устойчиви и сигурни навици и по този начин да изгубят своята сложност и да придобият предсказуемост и простота. Значението на навиците е най-очевидно при малките деца, които са весели, забавни и игриви, когато имат установен режим на хранене и сън, и съответно — нетърпими, капризни и непослушни при липсата на такъв режим.

По тези причини първото, за което разпитвам клиентите от клиничната ми практика, е какви са техните навици за сън: будят ли се в обичайния за повечето хора час, стават ли по едно и също време всяка сутрин? Ако отговорът е "не", първото, което препоръчвам, е да променят този навик. Независимо дали всяка вечер си лягат по едно и също време, задължително трябва да се спазва определен час на събуждане. Състоянията на тревожност и депресия трудно се поддават на лечение, когато всекидневният режим на страдащия е непредсказуем. Системите в човешкото тяло, които имат отношение към негативните емоции, са тясно свързани с наличието на циркаден ритъм⁴⁷ с правилна цикличност.

Вторият въпрос, който задавам на клиентите си, е какво закусват. Препоръчвам на всеки от тях богата на мазнини и протеини храна за закуска, и то възможно най-скоро след ставане (без въглехидрати и захари, които се храносмилат прекалено бързо и предизвикват внезапно покачване и след това рязък спад на кръвната захар). Причината за това е, че хората, страдащи от депресия и тревожност, вече са в състояние на стрес, особено ако отдавна са изгубили контрол върху живота си. И ако трябва да свършат нещо трудно или отговорно, организмът им получава команда за свръхпроизводство на

 $^{^{47}}$ Циркадният ритъм може да се оприличи на биологичен часовник с 24-часов цикъл. От него зависи кога заспиваме и кога се събуждаме, а също и пиковете и спадовете в отделянето на хормони, в метаболизма, телесната температура, имунната функция и др. – E.np.

инсулин. Когато се заемат с трудоемката задача на празен стомах, без да са закусили, излишният инсулин в кръвообращението абсорбира цялото количество кръвна захар. Това води до хипогликемия и до психическа и физиологическа лабилност ⁴⁸ през целия ден. Системите на организма не могат да бъдат рестартирани преди следващата порция сън. Тревожността при много от клиентите ми спадна до ниво без клинична проява само защото започнаха да спазват режим на заспиване и да закусват.

Има и други лоши навици, които могат да повлияят на прецизната работа на този сензор. Понякога това се случва просто така, поради неясни биологични причини, а друг път, защото същите тези навици предизвикват сложна възходяща причинно-следствена верига. Тази верига се състои от детектор за входящи данни, усилвател и някакъв вид изходящи данни. Представете си сигнал, който се улавя от детектора за входящи данни, усилва се и след това се излъчва многократно увеличен. Дотук добре. Проблемите започват, когато детекторът за входящи данни започне да улавя изходящия сигнал, пуска го да премине отново по веригата, усилва го и го излъчва повторно. След още няколко подобни цикъла ситуацията става опасно неконтролируема.

Много хора са изпитвали оглушителния ефект от това явление по време на концерт, когато озвучителната система издава пронизителен звук. Микрофонът изпраща сигнал към тонколоните. Тонколоните излъчват този сигнал. Ако е прекалено силен или твърде близо до микрофона, изходящият сигнал може да бъде уловен от микрофона и за втори път да премине по веригата. По този начин звукът много бързо се усилва до степен на непоносимост и ако този процес продължи, може да повреди тонколоните.

Този разрушителен цикъл се наблюдава и в човешкия живот. Това е проблем, на който обикновено се поставя етикетът *психическо заболяване*, макар процесът да протича извън психиката, или поне не само в нея. Зависимостта към алкохола или към други вещества, водещи до промяна в настроението, е често срещан пример за възходяща причинно-следствена верига. Да си представим човек, който обича алкохола, може би малко повече, отколкото трябва. Той набързо изпива три или четири питиета. Съдържанието на алкохол в кръвта му рязко се покачва. Резултатът е силно приповдигнато настроение, особено ако този човек има генетична предразположеност към алкохолизъм. 49 Но за да се поддържа настроението,

⁴⁸ Salzer, H. M. (1966). "Relative hypoglycemia as a cause of neuropsychiatric illness." *Journal of the National Medical Association*, 58,12-17.

⁴⁹ Peterson, J. B., Pihl, R. O., Gianoulakis, C., Conrod, P., Finn, P. R., Stewart, S. H., LeMarquand, D. G., Bruce, K. R. (1996). "Ethanol-induced change in cardiac and endogenous opiate function and risk for alcoholism." *Alcoholism: Clinical & Experimental Research*, 20, 1542-1552

съдържанието на алкохол в кръвта трябва да продължи да се покачва, а за целта пиещият трябва да продължи да пие. Щом спре да пие, нивото на алкохол в кръвта влиза в застой, след което започва да спада, а организмът започва да произвежда различни токсини, докато метаболизмът се опитва да разгради приетия етанол. Следва етапът на алкохолна абстиненция – тогава системите, отговарящи за усещането за тревожност, които са били потиснати по време на интоксикацията, произвеждат хиперотговор. Махмурлукът е всъщност алкохолна абстиненция (която често убива борещите се със зависимостта алкохолици) и започва почти веднага след спирането на алкохола. За да запази приятното усещане от алкохола и за да избегне неприятните последици, пиещият може просто да продължи да пие, докато запасите му от алкохол не свършат, баровете не затворят и не остане без пукната пара.

На следващия ден се събужда с тежък махмурлук, който за момента е само досадно неразположение. Истинските неприятности започват с откритието, че може да "излекува" махмурлука си, като обърне още няколко чашки още преди да е станало обед. Разбира се, този "лек" помага само временно, като просто отлага за кратко симптомите на абстиненция. Но отлагането може би е точно това, от което човекът се нуждае, тъй като неразположението е прекалено мъчително. По този начин той свиква да пие, за да се справи с махмурлука. Когато лекарството причинява болестта, вече е изградена възходяща причинно-следствена верига. А това са идеалните условия за появата на алкохолизъм.

Нещо подобно често се случва и с хората, които развиват тревожно разстройство, като агорафобия например. Страхът може до такава степен да завладее страдащите от агорафобия, че те да отказват да излизат от дома си. Агорафобията е следствие от същата възходяща причинно-следствена верига. Появата на този вид разстройство често пъти се предшества и ускорява от преживяването на паническа атака. Страдащият в повечето случаи е жена на средна възраст, която в живота си е твърде зависима от други хора. Може би тя е била прекалено зависима и закриляна от своя баща, а после веднага е започнала връзка с по-възрастен и сравнително доминиращ приятел или съпруг, с кратък или въобще никакъв период на независимост между тези два етапа.

В седмиците преди първата проява на агорафобия тази жена преживява нещо неочаквано и нетипично. Може да е някаква физиологична аномалия, например сърцебиене – едно доста обичайно оплакване, чиито прояви зачестяват по време на менопаузата, когато поведението на хормоните е непредсказуемо. Всяка осезаема промяна в сърдечния ритъм може да предизвика както мисълта за сърдечен удар, така и притеснение от публична проява на страдание и стрес в периода след това (едни от най-големите

страхове на човека са свързани със смъртта и със социалното унижение). Възможно е неочакваното събитие да бъде конфликт в съпружеската двойка, както и заболяване или смърт на партньора. Може да бъде също разводът на близък приятел или постъпването му в болница. При всички положения съществува реално събитие, което засилва първоначалния страх от смъртта и социалното осъждане. 50

След преживения шок жената излиза от вкъщи и отива да пазарува в мола. Трафикът в района е натоварен и тя се затруднява да намери място за паркиране. Нивото ѝ на стрес се покачва още повече. Мислите за собствената ѝ уязвимост, занимаващи ума ѝ след преживяното наскоро неприятно събитие, изплуват на повърхността. Те пораждат тревожност. Сърдечният ѝ ритъм се ускорява. Дишането ѝ става повърхностно и учестено. Почувствала силното сърцебиене, жената се пита дали не получава инфаркт. Тази мисъл допълнително засилва нейната тревожност. Дишането става още по-накъсано и съдържанието на въглероден диоксид в кръвта се покачва. Сърдечният ритъм се учестява още повече заради допълнителния повод за страх. Тя забелязва тази промяна и сърцето ѝ започва да бие още по-бързо.

Бам! Възходяща причинно-следствена верига. Скоро след това тревожността прераства в паника — състояние, което се управлява от друга част на мозъка, отговаряща за ситуациите на извънредно сериозна заплаха, които отключват мощен пристъп на страх. Изплашена от симптомите, жената се отправя към кабинета за спешна помощ, където след изпълнено с тревога чакане лекарят най-сетне преглежда сърдечната ѝ дейност. Няма нищо обезпокоително. Заключението обаче не ѝ вдъхва доверие.

Но тази причинно-следствена верига все още не е достатъчна, за да превърне неприятното преживяване в типична проява на агорафобия. Следващия път, когато се налага да отиде до мола, жената отново изпитва тревожност при спомена за предишното ѝ посещение. Но не се отказва. Докато пътува с колата, усеща как пулсът ѝ се ускорява. Това задвижва нов цикъл на тревожност и безпокойство. За да предотврати пристъпа на паника, тя решава да избегне стресовата ситуация и се връща у дома. Сега обаче системата за тревога в мозъка ѝ отчита, че тя бяга от мола, и заключава, че предишното ѝ посещение на това място я е изправило пред истинска опасност. Системата за тревога в мозъка ни е много практична. Тя възприема като опасност всяко нещо, от което бягаме. А фактът, че ние бягаме, е найочевидното доказателство за това.

И така, молът вече отговаря на определението: "твърде опасно място, което не бива да се доближава" (или пък бъдещата жертва на агорафобията сама си

⁵⁰ Pynoos, R. S., Steinberg, A. M., & Piacentini, J. C. (1999). "A developmental psychopathology model of childhood traumatic stress and intersection with anxiety disorders." *Biological Psychiatry*, 46, 1542-1554.

поставя етикета "прекалено уязвима съм, за да се доближа до мола"). Вероятно това все още не означава, че нещата са стигнали прекалено далеч и проблемът е станал наистина сериозен. Все пак има и други места за пазаруване. Възможно е обаче близкият супермаркет до такава степен да ѝ напомня за мола, че да поражда сходна реакция, както по време на самото посещение, така и на връщане към вкъщи. От този момент супермаркетът попада в същата графа като големия търговски център. После идва ред на магазина на ъгъла. На автобусите, такситата и метрото. Не след дълго всяко едно място попада в опасната категория. Накрая страдащата от агорафобия жена започва да се бои и от собствения си дом и ако има начин, би избягала дори от него. Но това е невъзможно. Така че тя се затваря вкъщи. Когато бягаш, преследван от чувството на тревожност, нещата, от които бягаш, засилват още повече тази тревожност. Бягството, провокирано от тревожност, кара вътрешния Аз да се чувства по-малък, а опасния външен свят – да изглежда още по-голям.

Има много механизми на взаимодействие между мозъка, тялото и социума, които могат да попаднат в цикъла на възходящата причинно-следствена верига. Например хората, страдащи от депресия, обикновено започват да се чувстват безполезни, в тежест на другите, парализирани от чувството на скръб и болка. И те се отдръпват от приятелите и семейството си. Това отдръпване обаче задълбочава усещането за самота и изолираност и много често засилва възприятието за безполезност и за това, че са в тежест на хората около тях. По тази причина те се отдръпват още повече. Ето как състоянието на депресия се развива и обостря от само себе си.

Ако в някакъв момент от живота си човек е бил наранен или малтретиран, получил е някаква тежка травма, сензорът в мозъка, който оценява доминантността, се пренастройва по начин, който причинява допълнителна болка, дори да няма основание за това. Подобно явление засяга най-често хората, вече възрастни, които в детството или в периода на съзряване са били жертва на сериозен тормоз. Те стават тревожни и най-малкото нещо може да ги извади от равновесие. Опитвайки се да се предпазят, те заемат защитна приведена стойка и избягват директния контакт с очи, който може да се изтълкува като предизвикателство и желание за надмощие.

Това означава, че пораженията от някакъв тормоз в миналото (понижаване на статуса и на увереността) може да останат много след това. ⁵¹ В найопростения случай хора, които в миналото са били унижавани, съзряват и достигат до нов, по-успешен етап в живота си. Но те не осъзнават това в достатъчна степен и запазват една контрапродуктивна психологическа

⁵¹ Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. New York: Wiley-Blackwell.

адаптация към миналата реалност. Затова в определени ситуации са попо-несигурни от нормалното. В по-сложните случаи стресирани свойствената за такъв човек подчинена позиция го прави по-стресиран и понеуверен, отколкото е нужно, но освен това стойката на тялото, по навик изразяваща подчинение, продължава да привлича възможно негативното внимание от страна на пропаднали грубияни, които все още присъстват в зрялата реалност на индивида. При тези обстоятелства физиологическите последици от миналия тормоз повишават вероятността той да продължи и в настоящето (макар че, логично погледнато, не би следвало да е така заради редица фактори като съзряване, промяна на местоживеенето, продължаване на образованието или подобряване на действителния статус).

Разбунтувайте се

Понякога хората са малтретирани просто защото *не могат* да се защитят — те са физически по-слаби от своите противници. Това е една от най-разпространените причини за физическия тормоз сред децата. Дори най-якото шестгодишно дете не може да се мери по сили с един деветгодишен хлапак. Това разграничаване по сила до голяма степен изчезва в периода на зрелостта, когато се наблюдава относително постоянство и сходство във физическите размери (запазва се единствено разликата между мъжете и жените, като първите по правило са по-едри и по-силни, особено в горната част на тялото). Освен това тогава се прилагат по-строги наказателни мерки спрямо онези, които упорито продължават да си служат с физическа разправа.

Също толкова често обаче хората стават жертва на тормоз, защото *не* желаят да се защитят. Това се случва с онези, които по темперамент са състрадателни и склонни да жертват себе си – когато се конфронтират с някой безскрупулен грубиян и са изпълнени с негативни емоции, за негово удоволствие те шумно изразяват страданието си (например децата, които се разплакват по-лесно, са малтретирани по-често). ⁵² Към същата графа се отнасят и хората, които по някаква причина са развили убеждението, че всяка форма на агресия, включително чувството на гняв, е нередна от гледна точка на морала. Виждал съм как някои хора с изключително изострена чувствителност към "дребната тирания" свръхагресивната конкуренто-способност сдържат в себе си всяка емоция, която би могла да доведе до тези

⁵² Пак там.

 $^{^{53}}$ Линия на поведение, при което даден човек налага волята и властта си над тесен кръг от хора (част от група, организация или семейство), като използва по-скоро психологически, отколкото физически натиск. — Б.пр.

неща. Често това са хора с избухливи и авторитарни бащи. Психологическите сили обаче никога не са еднозначни по своята стойност и потенциал. Тези първични сили имат способността да се противопоставят на деспотизма, да подтикват към изричане на истината и да мотивират към решително придвижване напред в периоди на неразбирателство, несигурност и опасност.

Хората, които са по-състрадателни и склонни да жертват себе си (а също и наивни и манипулируеми), напъхват способността си за агресия в усмирителната риза на един твърде ограничен морал, поради което не могат да извикат в себе си онзи неподправен, породен от чувството самосъхранение гняв, необходим, за да се защитят. На този, който умее да хапе, обикновено не се налага да го прави. Умело използвана, способността да реагираме с агресия и сила не повишава, а намалява вероятността да се наложи проявата на действителна агресия. Ако дадеш отпор още при първите наченки на деспотично отношение и отстояваш твърдо тази позиция (което означава да заявиш категорично своето несъгласие и да държиш на него докрай), това значително ще ограничи обхвата на деспотичното въздействие от страна на деспотичната личност. Силата на потисничеството се разраства неумолимо, запълвайки празното пространство, благоприятно за неговото развитие. Хората, които в разрез с инстинкта за самосъхранение отказват да демонстрират, че бранят територията си, са също толкова уязвими на експлоатация, колкото и онези, които не могат да отстояват правата си поради неспособност или действителен дисбаланс във властта.

В своите представи и действия наивните, безобидни хора обикновено се ръководят от няколко прости аксиоми: в същността си хората са добри; никой не желае наистина да нарани другите; заплахата за използване на сила (и самото използване на сила) е нещо нередно. В най-добрия случай тези аксиоми просто рухват в присъствието на някой отмъстителен и жесток по природа индивид. ⁵⁴ Казвам "в най-добрия случай", защото наивните убеждения представляват открита покана за възползване и злоупотреба, тъй като негодниците, имащи за цел да причиняват зло, са развили умението безпогрешно да надушват подобни наивници. Така че аксиомите за безобидност следва да бъдат преосмислени. В клиничната ми практика често насочвам вниманието на клиентите си, които смятат, че добрите хора никога не се гневят, към суровата реалност на собственото им възмущение.

Никой не обича да бъде командван, но много хора прекалено дълго време се примиряват с това. Затова се опитвам да помогна на клиентите си да видят във възмущението си: първо, гняв, и второ, знак, че е крайно време нещо да

⁵⁴ Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York: The Free Press.

бъде изречено или сторено (най-вече в името на истината). След това им помагам да осъзнаят, че предприемането на действие е необходимост и част от силата, която отблъсква деспотизма и го държи настрана – и в обществен, и в личен план. В много бюрократични системи се срещат представители на "дребния" авторитаризъм, които налагат ненужни правила и разпоредби с единствената цел да засвидетелстват и бетонират властта си. Поведението на този тип хора предизвиква в обкръжението им мощно подводно течение на недоволство и възмущение, което, изречено на глас, би ограничило външната проява на патологичната жажда за власт. Именно по този начин волята на индивида да се застъпи за самия себе си предпазва от криза на обществото.

Когато открият в себе си способността да изпитват гняв, наивните хора изпадат в истинско, понякога доста тежко състояние на шок. Красноречив пример за това е високата предразположеност към посттравматично стресово разстройство при новобранците в армията, което често се проявява с осъзнаване на насилието, извършено от тях, а не спрямо тях. Те се превръщат в истински чудовища в суровите условия на войната и именно откритието на какво са способни преобръща целия им свят. И нищо чудно. Вероятно преди това наивно са смятали, че най-големите злодеи в историята на човечеството са хора, които по нищо не приличат на тях. Може би не са съзирали в себе си и най-малката способност да потискат и да проявяват насилие (както впрочем и способност да отстояват себе си и правото си на успех). Сред клиентите ми има и такива, които години наред живееха в постоянен истеричен ужас само при вида на злобата, изписана по лицата на техните "тирани". Хората от този тип обикновено са отраснали "под похлупак", в семейства на свръхзакрилящи родители, където на лошите неща просто е забранено да съществуват, а животът е една прекрасна приказка.

Щом настъпи пробуждането, щом наивните преди хора открият в себе си семената на злото и чудовищното и осъзнаят, че са също толкова опасни (или поне могат да бъдат), страхът започва да намалява. Те развиват себе-уважение. И може би, макар и след време, започват да се съпротивляват на потисничеството. Осъзнават, че са способни да се противопоставят, защото и те могат да бъдат страшни. Виждат, че могат и трябва да се опълчат, тъй като започват да разбират колко жестоки могат да станат, когато недоволството им се превърне в разрушителен стремеж. Казано по друг начин: има много малка разлика между силата на характера и способността да рушиш и унищожаваш. Това е един от най-трудните житейски уроци.

Може би сте неудачник. А може би не сте. Ако сте обаче, не е нужно да продължавате в този стил. Може би просто имате някакъв лош навик. Или дори цяла колекция от лоши навици. Дори в миналото да сте възприели стойка, изразяваща подчинение, дори да сте били девета дупка на кавала

вкъщи или в училище ⁵⁵, днес всичко това може да е история. Обстоятелствата се променят. Ако вървите с приведена стойка, напомняща поведението на победения омар, околните ще приемат това като признак за нисък статус, а древният сензор (още една прилика с ракообразните), намиращ се в самата основа на мозъка, ще ви постави слаба оценка по скалата за доминантност. След това мозъкът ще започне да произвежда по-малко серотонин. Ще се чувствате по-нещастен, тревожен и потиснат и ако се наложи да защитите позицията си, най-вероятно ще отстъпите. Ще намалеят и шансовете ви да живеете в хубав и спокоен квартал, да се наслаждавате на висок стандарт на живот и да имате до себе си здрав и привлекателен партньор. Ще нарасне изкушението да потърсите утеха в кокаина или алкохола, тъй като ще живеете ден за ден в страх от несигурното бъдеще. Ще се увеличи и рискът от сърдечносъдови заболявания, рак и деменция. Накратко, изгледите не са никак розови.

Обстоятелствата се променят. Направете го и вие. Възходящата причинноследствена верига, която поражда дълга поредица от събития, може да зацикли в напълно неблагоприятна посока, но също така може и да ви тласне напред. Това е другият, доста по-оптимистичен извод от Закона на Прайс и Принципа на Парето: ако започнете да получавате, най-вероятно ще продължите да получавате. Подобна възходяща верига от причинноследствени връзки може да протече и във вашето субективно, лично пространство. Чудесен пример за това е промяната в езика на тялото. Ако някой изследовател ви помоли един по един да свивате мускулите на лицето си, за да се получи тъжна гримаса, ще установите, че това е повлияло на настроението ви и то е станало по-тъжно. И обратното, ако ви помоли отново чрез последователно свиване на мускулите да изобразите израз на щастие, ще откриете, че се чувствате по-щастливи. До известна степен емоцията се поражда от езика на тялото и следователно тя може да бъде усилвана (или потушавана) посредством мимиките и жестовете. 56

Част от възходящите причинно-следствени вериги, повлияни от езика на тялото, протичат извън субективните рамки на индивидуалното съществуване – тоест в социалното пространство, което споделяме с всички останали. Ако човек има лоша стойка на тялото – стои прегърбен, с увиснали рамене, с хлътнал гръден кош и наведена глава – и изглежда незначителен, смачкан и безсилен, той наистина ще се чувства незначителен, смачкан и безсилен. А реакциите на другите само ще засилват това усещане. Хората, подобно на омарите, се преценяват взаимно отчасти и по осанката. Ако видът

⁵⁵ Weisfeld, G. E., & Beresford, J. M. (1982). "Erectness of posture as an indicator of dominance or success in humans." *Motivation and Emotion*, 6,113-131.

⁵⁶ Kleinke, C. L., Peterson, T. R., & Rutledge, T. R. (1998). "Effects of self-generated facial expressions on mood." *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 272-279.

ви издава поражение, околните ще ви възприемат като неудачници. Но ако изправите глава и рамене, тогава ще ви погледнат с други очи и отношението им ще се промени.

Вероятно ще възразите: житейското дъно е нещо напълно реално. Да бъдеш на дъното, също е напълно реално. Не е достатъчно да коригираш стойката на тялото си, за да промениш нещо толкова обективно. Ако си в позиция номер десет, тоест заемаш най-ниската, подчинена позиция, и изправиш рамене, придавайки си доминантен вид, само ще привлечеш вниманието на онези, които биха искали отново да те изпратят на дъното. И напълно закономерно. Но да се изправиш, не е само физически акт. Защото ти не си само тяло. Ти си дух, а също и психика. Да се изправиш физически, предполага, призовава и изисква да се изправиш метафизически. Да се изправиш, значи да поемеш съзнателно, по собствена воля, товара на Битието. Нервната ти система реагира по един изцяло различен начин, когато приемеш осъзнато условията на живота. Така откликваш на предизвикателството, вместо да се готвиш за най-лошото. Виждаш съкровището, което се пази от страшния змей, вместо да трепериш при мисълта, ужасно реалната мисъл, за неговия пазител. Тогава пристъпваш напред, за да заемеш своето място в йерархията на доминиране, за да влезеш във владение на територията, която ти се полага, и да афишираш твърда готовност да я браниш, разширяваш и облагородяваш. Всичко това може да се случи фактически или символично, като физическо или ментално пренареждане на действителността.

Да се изправиш, означава да приемеш ясно и трезво страшната отговорност на живота. Означава да вземеш осъзнатото решение да превърнеш хаоса от възможности в реален и годен за обитаване ред. Означава да се примириш с бремето на собствената си уязвимост и да приемеш, че онзи рай на детството, където човешката смъртност и тленност са само смътни понятия, вече го няма. Означава да приемеш, че създаването на благотворна и смислена реалност изисква някои доброволни саможертви (или, казано на древен език, да живееш богоугодно).

Да се изправиш, означава да изработиш ковчега, който ще спаси света от потопа, да преведеш през пустинята народа си, избягал от чуждата тирания, да напуснеш уюта на дома и родината и да изричаш пророческото слово пред онези, които нехаят за вдовиците и сираците. Означава да поемеш на раменете си кръста, който бележи мястото, където твоят живот и Битието се пресичат съдбовно. Означава да запратиш стария, суров и прекалено тираничен ред обратно в хаоса, от който е създаден; да изтърпиш неизбежната несигурност и накрая да съградиш нов ред, по-добър, посмислен и по-благотворен.

Затова, погрижете се за стойката си. Не се прегърбвайте и не стойте с

наведена глава. Казвайте това, което мислите. Изразявайте гласно своите желания, сякаш имате право на тях — или поне същото право, каквото имат и другите. Ходете изправени и с поглед, насочен право напред. Позволете си да бъдете опасни. Дайте възможност на серотонина да потече в изобилие по нервните ви пътища, за да изпитате неговото успокояващо въздействие.

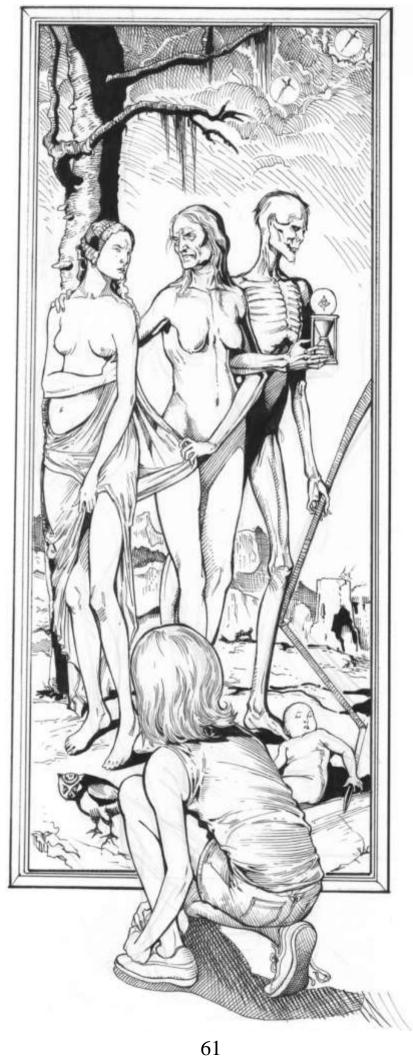
Хората, включително и вие, ще започнат да допускат, че сте компетентни и способни (или поне няма незабавно да заключат обратното). Окуражени от положителните реакции, които получавате, ще установите, че усещането ви за тревожност започва да намалява. След това ще откриете, че вече ви е полесно да забелязвате неуловимите социални сигнали, които хората си разменят при общуване. Разговорите ви ще протичат по-гладко и в тях ще има по-малко неловки паузи. Така ще се увеличат шансовете ви да срещате повече хора, да общувате с тях и да ги впечатлявате. Ако следвате този подход, вероятността да ви се случват хубави неща ще нарасне значително — нещо повече, случването на тези хубави неща ще ви кара да се чувствате все по-добре.

И тогава, натрупали сила и увереност, може да решите да се потопите в Битието и да помогнете за неговото преобразуване и подобряване. С новопридобитата сила ще можете да устоите дори ако някой от любимите ви хора се разболее, дори ако изгубите родител, а околните ще откриват във вас подкрепата и опората, без които отчаянието би ги завладяло напълно. С новопридобитата смелост ще поемете по начертания за вас житейски път, светлината ви ще осветява небесния хълм 57 и ще следвате отредената ви съдба. Тогава животът ви ще придобие такъв смисъл, че страхът от смъртта вече няма да има предишното разрушително въздействие.

И тогава навярно ще можете да приемете ужасния товар на Света и въпреки това да откривате радостта.

Почерпете вдъхновение от славния омар, който трупа практическа мъдрост от 350 милиона години. Изпънете назад рамене и стойте изправени.

⁵⁷ Перифраза на думите на апостол Матей: "Също така нека свети вашата светлина пред хората, за да виждат добрите ви дела и да прославят вашия Отец, който е на небесата". – Евангелие от Матей (5:16) – *Б.пр*.



ПРАВИЛО 2.

ОТНАСЯЙТЕ СЕ КЪМ СЕБЕ СИ КАТО КЪМ ЧОВЕК, ЗА КОГОТО СТЕ ОТГОВОРНИ

Просто си изпийте проклетото лекарство!

Представете си, че сто души получават рецепта за лекарство. Какво става след това? Една трета от тях дори няма да го купят. ⁵⁸ Половината от оставащите шейсет и седем души ще купят лекарството, но няма да го пият, както е предписано. Ще пропускат приеми и ще спрат да го вземат, преди да е изтекъл курсът на лечение. А може и въобще да не го вземат.

Лекарите и фармацевтите често обвиняват тези пациенти в неизпълнителност, бездействие и невнимателност. Можеш да отведеш коня до реката, аргументират се те, но не можеш да го принудиш да пие вода. Психолозите обаче предпочитат да заемат по-мъглява позиция, що се отнася да подобни обвинения. Когато пациентът не изпълнява лекарските препоръки, ние сме обучени да приемаме, че проблемът е в лекаря, а не в пациента. Ние вярваме, че медицинското лице носи отговорността да дава такива препоръки, каквито пациентът е склонен да изпълни; да предлага интервенции, които се приемат е доверие и уважение; да планира лечението заедно с пациента, докато не се постигне желаният резултат; и да проследява лечението, за да се увери, че всичко протича както трябва. Това е една от многобройните причини психолозите да са толкова прекрасни:) Разбира се, ние се радваме на лукса да прекарваме достатъчно време с нашите клиенти, за разлика от други специалисти, които, притиснати от графика си, се чудят защо болните не изпълняват предписанията им. Какво не им е наред? Не искат ли да се излекуват?

Има и по-лош вариант. Представете си човек, който се подлага на трансплантация — например на бъбрек. Обикновено трансплантацията става факт след дълъг период на тревожно чакане от страна на пациента. Много малко хора се съгласяват да дарят органите си след настъпване на смъртта им (и още по-малко, докато са живи). Освен това незначителна част от дарените органи показва добра съвместимост с хората от списъка на чакащите. Това означава, че повечето пациенти за бъбречна трансплантация в продължение на години се поддържат на диализа, която е и единствената алтернатива. Диализата е процес, при който цялата кръв на пациента

⁵⁸ Tamblyn, R., Tewodros, E., Huang, A., Winslade, N. & Doran, P. (2014). "The incidence and determinants of primary nonadherence with prescribed medication in primary care: a cohort study." *Annals of Internal Medicine*, 160, 441-450.

преминава през специален апарат и след това се влива обратно в организма. Един невероятен, почти чудотворен метод на лечение. Хубаво е, че съществува, но в никакъв случай не е приятен. Всяка процедура трае осем часа и се повтаря между пет и седем пъти седмично. Провежда се само по време на сън. Тоест създава много затруднения. Никой не иска да бъде на диализа.

Едно от усложненията при трансплантацията на органи е отхвърлянето. С други думи, на вашето тяло не му харесва, когато вътре в него се присажда част от нечие чуждо тяло. Имунната ви система се вдига под тревога с намерението да унищожи чуждата тъкан – дори когато тази тъкан е жизненоважна за вашето оцеляване. За да се предотврати това, трябва да приемате медикаменти против отхвърляне, които обаче отслабват имунната защита и ви правят по-уязвими към инфекциозни заболявания. Компромис, на който повечето хора охотно се съгласяват. Но въпреки съществуването и прилагането на тези медикаменти пациентите продължават да страдат от отхвърляне на присадения орган. И не защото медикаментите не действат (макар че и това е възможно). В повечето случаи пациентът просто не приема лекарствата. Трудно е да се повярва, нали? Никак не е приятно бъбреците ти да откажат. Диализата също не е забавно преживяване. Да не говорим за самата операция, която е свързана с дълго чакане, висок риск и значителни разходи. И всичко това да отиде на вятъра само защото не си пиеш лекарствата? Как е възможно това? Как е възможно хората сами да си го причиняват?

Всъщност отговорът е сложен. Голяма част от хората с присаден орган живеят в изолация или са обременени с множество здравословни проблеми (без да отчитаме фактори като оставането без работа и кризата в семейните отношения). Някои от тях може би страдат от когнитивно разстройство или депресия. Възможно е също да нямат пълно доверие на лекуващия ги лекар или да не разбират колко е важно да приемат медикаментите. Или ако са прекалено скъпи, може да са принудени да разреждат приемите, колкото и отчаяно и неефективно да е това решение.

Представете си обаче, че се разболявате не вие, а кучето ви. Разбира се, ще го заведете на ветеринар и той ще предпише рецепта. Да видим какво се случва след това. Вероятно ще намерите достатъчно причини да не вярвате на ветеринаря, както не вярвате и на своя лекар. Ако не държахте на домашния си любимец, вероятно нямаше да ви пука дали предписаното лечение е неправилно, неадекватно или погрешно. Но ако беше така, изобщо нямаше да ви хрумне да го водите във ветеринарната клиника. Следователно вие държите на него. Доказателство за това са вашите действия. Даже бих предположил, че държите на него страшно много. Всъщност хората се справят далеч по-добре, когато трябва да спазват и изпълняват правилно схемата на лечение, предписана на домашния им любимец. А това е много

лошо. Лошо е дори от гледна точка на домашния ви любимец. Защото той (най-вероятно) ви обича и ще бъде много по-спокоен, ако си пиете лекарствата.

Въз основа на тези факти единственото, което може да се заключи, е, че явно хората обичат своите кучета, котки, порове и птички (а защо не и гущери) повече, отколкото самите себе си. Не мислите ли, че звучи ужасно? Колко срам трябва да изпитваме, за да е истина нещо подобно? Какво се случило с хората, за да предпочитат домашните си любимци пред себе си?

Една древна история от Битие – първата книга от Стария завет – ми помогна да открия отговора на този объркващ въпрос.

Най-старата история и природата на света

В повествователната структура на Битие, изглежда, се преплитат две истории за Сътворението от два различни източника от Средния Изток. Първият по хронология, но исторически по-нов разказ – известен като "Жречески кодекс" – описва как Бог създава света, като с помощта на Божественото слово сътворява светлината, водата и земята, а след това – растенията и небесните тела. После Той създава птиците, животните и рибите (отново със средствата на Словото) и завършва сътворението с човека – с мъжа и жената, изваяни някак по негов образ и подобие. Всичко това се случва в първа глава на Битие (Битие 1). Във втората, по-стара история ("Яхвист") откриваме друга версия за сътворението, в която се говори за Адам и Ева (описанието на сътворението се различава само по някои незначителни подробности), за Каин и Авел, за Ной и за Вавилонската кула. Тези събития се предават в няколко последователни глави (Битие 2-11). За да разберем Битие 1, тоест "Жреческия кодекс", с неговото твърдение, че словото е основополагаща съзидателна сила, първо трябва да разгледаме няколко фундаментални древни схващания (по форма и съдържание те се различават съществено от схващанията на науката, които от историческа гледна точка са съвсем нови).

Научните идеи се появяват на бял свят преди скромните петстотин години с трудовете на Франсис Бейкън, Рене Декарт и Исак Нютон. Преди този момент каквито и представи за света да са имали нашите предшественици, те не са били пречупени през призмата на науката (както не са наблюдавали Луната и звездите през стъклената леща на телескопа, който също е съвременно творение). Днес ние сме толкова повлияни от науката, толкова материалистични, че ни е трудно дори да приемем, че съществува и друга гледна точка. За разлика от нас, хората, живели в онези далечни времена, когато са били полагани епичните основи на нашата култура, са били заети много повече с дейности, произтичащи от нуждата за оцеляване (както и с

тълкуване на света по начин, който съответства на тази цел), отколкото с някакви идеи като тези, които днес схващаме като обективна истина.

Преди раждането на научния светоглед реалността е била възприемана и тълкувана по различен начин. Битието се е схващало като място на действие, а не като място, населено с обекти. ⁵⁹ Според разбиранията на древните Битието е нещо като история или драматична пиеса. Тази история или пиеса е осезаемо субективно преживяване, което се разкрива миг след миг в съзнанието на всеки съществуващ индивид. Прилича на историите, които си разказваме един на друг за собствения ни живот и неговата значимост; или на преживяванията, които писателят, успял да улови пулса на живота, описва на страниците на книгата си. Субективното преживяване е нещо, което съдържа познати обекти, като дърветата и облаците (принципно обективни по своето съществуване), но съдържа и (което е още по-важно) неща като емоциите и мечтите, като глада, жаждата и болката. Именно тези неща, преживени лично, са есенциалните елементи на човешкия живот от една архаично-драматична гледна точка. И те не могат да бъдат сведени до неутралното и обективното – дори от съвременния редукционистичен, материалистичен ум. Да вземем за пример болката – субективната болка. Тя е нещо толкова реално, че по този въпрос не може да има две мнения. Всички ние реагираме, сякаш болката ни е напълно, безусловно реална. За нас болката е много по-материална от материята. Тъкмо затова вярвам, че преобладаващата част от световните култури разглеждат присъщото на живота страдание като неизменна, неоспорима характеристика на Битието.

Във всеки случай *нещата*, *които преживяваме субективно*, могат да се оприличат по-скоро на роман или на филм, отколкото на научно описание на физическата реалност. Това е драматичната пиеса на собствения ни живот – интимната, трагична и лично преживяна смърт на моя или вашия баща, съпоставена с обективната смърт от болничните регистри; болката след първата любов; отчаянието от разбитите надежди; радостта от успеха на децата ни.

Светът на материята и Светът на нематериалния смисъл

Научният свят на материята може да бъде сведен, образно казано, до неговите основни съставни елементи: молекули, атоми и дори кварки. Но трябва да знаем, че светът на преживяването също има своите градивни елементи. Това са ключовите елементи, при чието взаимодействие се ражда драматургията и художествената литература. Единият от тях е хаосът.

⁵⁹ Представих тази идея в известна дълбочина в: Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief.* New York: Routledge.

Другият е редът. А третият (точно така, елементите са три) е явлението, което създава връзката, взаимодействието между първите два – явление, аналогично на това, което днес наричаме съзнание. Човекът винаги е бил и ще бъде подвластен на тези два елемента и именно този факт ни кара да се съмняваме в смисъла на живота, да се оставяме по течението и да не се грижим за себе си както трябва. Правилното разбиране на третата съставка е ключът към нашето спасение.

Хаосът е пространството на абсолютното неведение. Той е неизследвана територия. Хаосът е това, което се простира, безкрайно и необятно, отвъд границите на всички държави, идеи и дисциплини. Това е непознатият, странникът, съперникът, който членува във вражеската банда, това е шумоленето в храстите в мрака на нощта, чудовището под леглото, потиснатият гняв на майките ни и болестта на децата ни. Това е отчаянието и ужасът, които ни поглъщат, когато се почувстваме предадени. Хаосът е страшното място, на което попадаме, когато животът ни се разпада, когато умират мечтите ни, когато кариерата ни рухва или бракът ни приключва. Това е подземният свят от приказките, митовете и легендите, където и змеят, и пазеното от него съкровище несъмнено съществуват. Хаосът е там, където сме изгубили посоката, и тогава, когато не знаем какво правим. Накратко, хаосът е всички онези неща и ситуации, които нито познаваме, нито разбираме.

Хаосът е също и безформеният потенциал, от който Бог от Битие 1 чрез словото поражда реда в зората на времето. Това е същият потенциал, от който самите ние, сътворени по Негов образ и подобие, създаваме романа на живота си с вечно променящите се мигове в него. Хаосът е свобода – свобода, която може да бъде и страшна.

Редът, неговата противоположност, е *изследвана територия*. Това е съществуващата от стотици милиони години йерархия за място, позиция и власт. Това е структурата на обществото. Както и биологичната структура, доколкото човекът като биологичен вид се е приспособил към структурата на обществото. Редът е племето, религията, семейството, домът и държавата. Това е топлата и сигурна дневна, в която играят децата и в камината гори огън. Това е националното знаме. Стабилността на държавната валута. Редът е твърдата почва под краката и списъкът със задачи за деня. Това е силата на традициите, редиците чинове в класната стая, влаковете, които отпътуват навреме, календарът и часовникът. Редът е социалната маска, която сме длъжни да носим, добрите обноски, когато група възпитани непознати се събират на едно място, както и тънкият лед, по който всички ние се движим. Редът съществува, когато околният свят отговаря на нашите желания и очаквания и когато нещата се подреждат по начина, по който ние искаме. Понякога обаче редът е диктатура и мракобесие и това се случва, когато

стремежът към сигурност, еднообразие и чистота се превърне в тесногръда потребност.

Там, където всичко е сигурно, сме на територията на реда. Разбираме, че сме на това място, когато нещата се развиват по план и когато не се случва нищо ново или обезпокоително. На територията на реда животът тече според Божиите намерения. Това е територията, която всеки от нас предпочита да обитава. Познатата среда е най-привлекателна. В пространството на реда ние можем да планираме и да мислим за бъдещето. Там животът тече нормално и ние се чувстваме уверени, спокойни и способни. По тази причина рядко напускаме мястото (географско или концептуално), което познаваме и разбираме, и определено не ни харесва, когато го правим по принуда или по случайност.

Вие обитавате пространството на реда, когато имате до себе си верен приятел, надежден съмишленик. Но когато този човек ви предаде, когато излъже доверието ви, вие напускате видимия свят на ясното и светлото и се спускате в тъмния подземен свят на хаоса, объркването и отчаянието. Този преход, това преминаване от светлия в тъмния свят, се случва и когато компанията, за която работите, започне да пропада и кариерата ви е изложена на риск. Когато сте подали данъчната си декларация, това е ред. Когато сте обект на данъчна проверка, това е хаос. Повечето хора биха предпочели да станат жертва на обир, отколкото да бъдат подложени на данъчна проверка. Преди да рухнат кулите близнаци на Световния търговски център, властваше редът. След това настъпиха времена на хаос. Всички го почувствахме. Несигурността се усещаще дори във въздуха. Какво всъщност е това, което рухна тогава? Не, това е грешен въпрос. Кое е това, което остана непоклатимо? – това е въпросът, на който трябваще да си отговорим.

Когато стъпвате по здрав лед, това е ред. Но когато ледът под краката ви се пропука и всичко около вас започне да се разпада – това е хаосът. Редът е Средната земя, населена от хобитите на Толкин, където всички, дори найнаивните, живеят в мир, сговор и безопасност. Хаосът е подземното кралство на джуджетата, където властта е узурпирана от Смог – дракона, пазител на огромно съкровище. Хаосът е дъното на дълбокия океан, където Пинокио трябва да се спусне, за да спаси баща си от гигантския кит Монстро. Тази спасителна експедиция и пътуване в мрака е най-голямото изпитание, през което трябва да премине една дървена кукла, ако иска да стане истинско момче; ако иска да се избави от изкушението на лъжата и преструвките, на склонността да се изживява като жертва, на лесното удоволствие и тоталитарното подчинение; ако иска да заеме своето място в света и да се превърне в истинско Човешко същество.

Редът е стабилността на брака. Негова опора са традициите и вашите очаквания – невидимо свързани именно с тези традиции. Хаосът е

разклащането на брака и на неговите устои, когато научавате за изневярата на партньора си. Хаос е усещането, че губите равновесие и се олюлявате без опора, без нещо, за което да се хванете, когато и животът, с който сте свикнали, и традициите стават на пух и прах.

Редът е пространството и времето, където често невидимите аксиоми, според които живеете, направляват действията и поведението ви по такъв начин, че това, което трябва да се случи, действително се случва. Хаосът е новото пространство и време, които излизат на преден план, когато трагедията настъпи внезапно или злото, понякога стаено под собствения ви най-обичайните смразяващия СИ лик. Дори при покрив, разкрие обстоятелства във всеки един момент може да изникне нещо неочаквано или нежелано, което да разбие всичките ви планове. Когато това се случи, територията вече се е сменила. Не се заблуждавайте: пространството, видимото пространство, може да е същото. Но ние живеем във времето, както и в пространството. По тази причина дори най-старите и познати места притежават неизменното свойство да ни изненадват. Представете си, че шофирате спокойно и безгрижно автомобила, който от години познавате и обичате. Но времето не прощава. Спирачките може да откажат. Или представете си друго: вървите си по улицата в тялото, на което винаги сте разчитали. Ако сърцето ви излезе от строя, дори за малко, изведнъж всичко може да се промени. Дружелюбното куче на съседите е преди всичко куче и може да хапе. А приятелите, дори най-старите и най-истинските, все пак могат да ви предадат. Новите идеи могат да разрушат старите и удобни истини. Не подценявайте тези възможности. Те са реални.

Когато хаосът се появи, нашият мозък реагира незабавно с прости, изключително бързи електрически импулси в невронните мрежи. Тези импулси съществуват от прастари времена, когато нашите предци все още са живеели по дърветата, а змиите са нападали светкавично. След тази почти мигновена, дълбоко импулсивна реакция на тялото настъпва еволюиралата впоследствие по-сложна, но и по-бавна емоционална реакция. И едва тогава, като последна инстанция, се активира мисленето, което протича още побавно – за няколко секунди, минути или дори години. Цялата тази реакция е донякъде инстинктивна и колкото по-бързо протича, толкова по-инстинктивен е характерът ѝ.

⁶⁰ Van Strien, J.W., Franken, I.H.A. & Huijding, J. (2014). "Testing the snake-detection hypoth-esis: Larger early posterior negativity in humans to pictures of snakes than to pictures of other reptiles, spiders and slugs." *Frontiers in Human Neuroscience*, 8,691-697. За пообща информация виж: Ledoux, J. (1998). *The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life*. New York: Simon & Schuster.

Хаос и Ред: персонификация, мъжки и женски принцип

Хаосът и редът са двата основни елемента на преживяното — две от базовите съставки на самото Битие. Но те не са предмети или обекти и не се преживяват като такива. Предметите и обектите са част от обективния свят. Те са неодушевени, безжизнени. Тоест мъртви. А това не се отнася за хаоса и за реда. Те се възприемат, преживяват и разбират (доколкото човекът изобщо ги разбира) като персонификации — и това е валидно за начина им на възприемане, преживяване и разбиране не само в древността, но и в съвременния свят. Просто съвременният човек не обръща такова внимание.

Обективното възприемане и разбиране на хаоса и реда (като предмети или обекти) не предхожда тяхното персонифициране. Тази последователност е налице единствено по отношение на обективната реалност, която първо бива сетивно възприемана и едва после осмислена като намерение и цел. Само че, независимо от някои предубеждения, възприятието като познавателен процес не работи по този начин. Например възприемането на предметите като средство за нещо предхожда или съвпада по време с възприемането им като обекти. Ние забелязваме за какво служи предметът по същото време или даже преди да забележим какъв е той. Възприемането на предметите като същности със своя индивидуалност също предшества възприемането им като предмети. Това важи още повече за поведението на другите 62 (живите същества), но ние сме склонни да възприемаме и неживия "обективен свят" като одушевен, като същност със свое намерение и цел. Това се дължи на една специфична мозъчна функция, която психолозите наричат "свръхчувствителен детектор на агенти". В продължение на хилядолетия ние сме

⁶¹ За класическата концепция по този въпрос виж: Gibson, J.J. (1986). *An ecological approach to visual perception*. New York: Psychology Press. За информация за връзката между реч и действие: Floel, A., Ellger, T., Breitenstein, C. & Knecht, S. (2003). "Language perception activates the hand motor cortex: implications for motor theories of speech perception." *European Journal of Neuroscience*, 18, 704-708. За общ преглед на връзката между действие и възприятие: Pulvermuller, E, Moseley, R.L., Egorova, N., Shebani, Z. & Boulenger, V. (2014). "Motor cognition-motor semantics: Action perception theory of cognition and communication." *Neuropsychologia*, 55, 71-84.

⁶² Fidel, A., Ellger, T., Breitenstein, C. & Knecht, S. (2003). "Language perception activates the hand motor cortex: Implications for motor theories of speech perception." *European Journal of Neuroscience*, 18, 704-708; Fadiga, L., Craighero, L. & Olivier, E (2005). "Human motor cortex excitability during the perception of others' action." *Current Opinions in Neurobiology*, 15, 213-218; Palmer, C.E., Bunday, K.L., Davare, M. & Kilner, J.M. (2016). "A causal role for primary motor cortex in perception of observed actions." *Journal of Cognitive Neuroscience*, 28, 2021-2029.

⁶³ Barrett, J.L. (2004). Why would anyone believe in God? Lanham, MD: Altamira Press.

еволюирали в силно социална среда. Това означава, че най-важните елементи на заобикалящата ни действителност са персонификации, а не предмети, обекти или ситуации.

Персонификациите, чието възприемане сме усвоили в течение еволюцията, винаги са били около нас в познаваема форма, в една или друга обичайна йерархична конфигурация и са всевъзможни по своето намерение и цел. Те се схващат като мъжки или женски от един милиард години. Тоест от много, много отдавна. Разделянето на живота на двата противоположни пола предхожда еволюцията на многоклетъчните организми. Бозайниците, които полагат значителни грижи за своите малки, са се появили преди доста по-скромната и все пак впечатляваща една пета от това време. Оттук излиза, че категорията "родител" и/или "дете" съществува от 200 милиона години. Следователно преди още да се появят птиците. Преди цветята да изпъстрят планетата. Наистина, не става дума за милиарди години и все пак това е ужасно дълго време. Достатъчно дълго, за да се оформят опозициите "мъжко-женско" и "родител-дете" и да се превърнат в жизнени градивни елементи на околната среда, в която сме се приспособили. От това следва да заключим, че тези опозиции са категории – естествени категории, заложени дълбоко в онези структури на мозъка, които отговарят за възприятията, емоциите и мотивацията.

Нашият мозък е силно социален. Другите живи същества (и най-вече другите хора) са били ключов фактор в ежедневието ни, докато ние сме се препитавали, чифтосвали и еволюирали. Тези същества буквално са били нашият естествен хабитат, нашата среда. От дарвинова гледна точка това е природата, или самата реалност, тоест естествената среда — тази, която прави подбор. Това е и най-фундаменталната дефиниция за околната среда. Тя е не просто неодушевена материя. Реалността е всичко онова, с което трябва да се справим, докато се борим за оцеляването и възпроизвеждането си. Това "всичко" до голяма степен включва и околните, взаимодействието помежду ни и мнението им за нас.

През хилядолетията човешкият мозък постепенно нараства и така се появява и развива любопитството, което ни кара да ставаме все по-осъзнати и любопитни за същността на заобикалящия ни свят – или "обективния свят", както се формулира по-късно, – който съществува отвъд рамките на семейството и групата. "Отвъд" е не просто неизследвана физическа територия. Там се съдържа всичко онова, което е *отвъд* границите на сегашното ни разбиране – а разбирането означава не просто да *опишем обективно*, а да *овладеем* и да *се справим*. Само че човешкият мозък от прекалено отдавна се фокусира върху другите хора. Оттук би следвало да се заключи, че отначало ние сме започнали да възприемаме непознатия, хаотичен и нечовешки свят посредством категориите, присъщи на социалния

ни мозък. ⁶⁴ Но дори това е невярно твърдение, защото, започвайки да възприемаме непознатия, хаотичен и неживотински свят, ние сме използвали категории, възникнали и развили се по такъв начин, че да описват *предчовешкия животински социален свят*. Нашите умове са много по-стари от човечеството. Категориите, с които те си служат, са много по-стари от нашия вид. Най-първичната от тези категории – древна като сексуалния акт – очевидно е тази на пола, мъжки и женски. Изглежда, ние сме унаследили това предисторическо познание за структурна съзидателна опозиция и сме започнали да тълкуваме всяко нещо през нейната призма. ⁶⁵

Редът, или познатото, символично се асоциира с мъжкото начало (представено от споменатия вече елемент 9*н* в даоисткия символ Ин-9*н*). Това може да се обясни с факта, че основната йерархична структура на човешкото общество е мъжка, както е и при повечето животни, включително при шимпанзетата, които са най-близки до нас генетично, а в някои случаи, и поведенчески. Както и с факта, че и днес, и през цялата история на човека мъжете са били строители на градовете ни, инженери, каменоделци, зидари, дървосекачи и оператори на тежки машини. 66 Редът е Бог Отец, вечният Съдник, деловодител и разпоредител на наказания и награди. Редът – това е мирновременната армия от полицаи и военни. Това е политическият свят, корпоративната среда и "системата". Това са "хората" от израза "както казват хората". А също и кредитните карти, класните стаи, опашката от чакащи в супермаркета, изслушването на събеседника, светофарите и обичайният маршрут, по който пътуваме всеки ден. Но ако бъде доведен до крайност, ако се изкриви, редът може да прояви своята грозна и разрушителна страна. Пример за това са принудителните изселвания, концентрационните лагери и смразяващият кръвта "железен" синхрон на военната маршова стъпка.

Хаосът, или неизвестното, символично се свързва с женското начало. Донякъде това се обяснява с факта, че всяко нещо, за което някога сме придобили познание, е родено от неизвестното, както всяко живо същество е родено от майка. Хаосът е $mater^{67}$, начало, извор, майка; materia субстанцията, от която е изградено всичко. Mamepus също е mosa, koemo uma

⁶⁴ За обширно изложение по този въпрос виж: Barrett, J.L. Si Johnson, A.H. (2003). "The role of control in attributing intentional agency to inanimate objects." *Journal of Cognition and Culture*, 3, 208-217.

⁶⁵ По тази тема силно препоръчвам следната книга на един от най-блестящите ученици и колеги на К. Г. Юнг: Neumann, E. (1955). *The Great Mother: An analysis of the archetype*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

⁶⁶ Линк: https://www.dol.gov/wb/stats/occ_gender_share_em_1020_txt.htm

⁶⁷ Matter (англ.) – материя; смисъл, значение;

значение⁶⁸, това, което се е случило "⁶⁹ — самото съдържание на мислите и общуването. В положителен план хаосът е възможност, източник на идеи, мистичната реалност на зачеването и раждането. Като отрицателна сила това е непрогледният мрак на пещерата и крайпътната злополука. А също и мечката гризли, изключително грижовна към малките си, но способна да ви разкъса, защото в нейните очи вие сте потенциален хищник и заплаха за мечетата ѝ.

Хаосът, вечното женско начало, е и безмилостната сила на сексуалния подбор. Жените са придирчиви в избора си на партньор (за разлика от женските шимпанзета, най-близките им родственици от животинския свят 70). Повечето мъже просто не отговарят на високите критерии на жените. Именно по тази причина жените в сайтовете за запознанства посочват, че 85% от мъжете са "под средното ниво" по скалата за привлекателност. 71 И пак по тази причина сред предците на всеки от нас жените са два пъти повече от мъжете (представете си, че всички жени, които са живели някога, са родили средно по едно дете. А сега си представете, че половината от мъжете, живели някога, са станали бащи на две деца, или поне са им предали гените си, а другата половина – на нито едно). 72 Жената като Природа е тази, която поглежда половината от всички мъже и отсича: "Не!". За мъжа това е директен сблъсък с хаоса – сблъсък с опустошителна сила, който се случва при всеки отказ за среща. Женската придирчивост при хората е и това, което ни отличава от общия прародител, който споделяме с нашите братовчеди шимпанзетата (както впрочем и от тях самите). Склонността на жените да казват "не" (повече от всяка друга сила) е довела до еволюирането ни в съществата, които сме днес – изобретателни, производителни, ходещи на два крака и с големи мозъци (и оттам – амбициозни, агресивни и доминиращи). 73 А Природата като Жена е тази, която казва: "Слушай, здравеняко, харесвам

 $^{^{68}}$ Майка (лат.) – *Б.пр*.

⁶⁹ What matters – това, което има значение – E.np.

⁷⁰ Muller, M.N., Kalhenberg, S.M., Thompson, M.E. & Wrangham, R.W. (2007). "Male coercion and the costs of promiscuous mating for female chimpanzees." *Proceedings of the Royal Society* (B), 274, 1009-1014.

⁷¹ К. Ръдър предлага интересни статистически данни, извлечени от анализ върху неговия сайт за запознанства OkCupid: Rudder, C. (2015). *Dataclysm: Love, sex, race & identity*. New York: Broadway Books. Интересно е да се знае, че една малка част от членуващите в този вид сайтове привличат вниманието и биват заговаряни от почти всички останали посетители (още едно потвърждение на Принципа на Парето).

⁷² Wilder, J.A., Mobasher, Z. & Hammer, M.F. (2004). "Genetic evidence for unequal effective population sizes of human females and males." *Molecular Biology and Evolution*, 21, 2047- 2057.

⁷³ Miller, G. (2001). *The mating mind: How sexual choice shaped the evolution of human nature*. New York: Anchor.

те като приятел, но досегашният ми опит с теб не показва, че генетичният ти материал е подходящ за продължаване на рода".

Дълбокото въздействие на най-ярките религиозни символи се дължи именно на това изначално, двуполюсно концептуално разделяне. Например Звездата на Давид е образувана от два преплетени триъгълника – единият сочещ надолу (женското начало), а другият сочещ нагоре (мъжкото начало). Аналогичен е смисълът на символите йони и лингам в индуизма (които са покрити със змии, най-древният враг и изкусител за човека: Шива Лингам се изобразява с навити около него змии божества, наречени Наги). Древните египтяни изобразяват Озирис, бог на държавата, и Изида, богиня на подземния свят, като змии близнаци, чиито опашки са сплетени на възел. Същият символ представя в древен Китай създателите на хората и писмеността — Фуси и Нюуа. Дори в християнството, което използва повече индивидуализирани, отколкото абстрактни образи, широко известните изображения на Дева Мария с Младенеца, както и Пиета пресъздават дуалното единство между женското и мъжкото начало 75, какъвто е и смисълът на традиционния мит за Христовата андрогинност. 76

И накрая, трябва да отбележим, че на грубо морфологично ниво структурата на мозъка видимо отразява тази дуалност. По мое мнение това ясно показва фундаменталната, излизаща извън пределите на метафоричното реалност на символичната опозиция мъжко/женско, тъй като мозъкът е устроен да се адаптира към самата реалност (тоест, реалността, концептуализирана по един квазидарвинов начин). Елхонон Голдбърг, ученик на големия руски невропсихолог Александър Лурия, предлага ясно и недвусмислено хипотезата, че полусферичната структура на мозъчната кора сама по себе си отразява фундаменталното противопоставяне между новото (непознатото,

 $^{^{74}}$ В този смисъл е любопитно да се отбележи, че съставеният от пет части символ тайчи (споменат в Γ лава /), от който произлиза по-простият символ Ин-Ян, изобразява генезиса на космоса, като произлязъл от единния абсолют и разделил се първо на Ин и Ян (хаос/ред, женско начало/мъжко начало), после — на петте елемента (дърво, огън, земя, метал, вода) и накрая, казано най-просто, на "десетте хиляди неща". Звездата на Давид (хаос/ред, женско начало/мъжко начало) по същия начин поражда четирите основни елемента: огън, въздух, вода и земя (от които е изградено абсолютно всичко). Подобна хексаграма се използва и в индуизма. При него триъгълникът с върха надолу е символ на Шакти, женското начало; а триъгълникът с върха нагоре — на Шива, мъжкото начало. На санскрит тези два елемента са известни като Ом и Хрим. Забележителни примери за концептуален паралелизъм. — E.a.

⁷⁵ Pettis, J. B. (2010). "Androgyny BT." In D. A. Leeming, K. Madden, & S. Marian (Eds.). *Encyclopedia of psychology and religion* (pp. 35-36). Boston, MA: Springer US.

 $^{^{76}}$ Андрогинност — термин с гръцки произход, отнасящ се до проявлението едновременно на мъжки и женски качества. В древногръцката митология ендрогините са митични двуполови същества — E.ped.

или хаоса) и рутинното (познатото, реда). ⁷⁷ При формулирането на тази концепция той не прави връзка със символите, описващи структурата на света, и толкова по-добре – защото най-голямо доверие печелят онези идеи, които се появяват в резултат на проучвания в различни области на науката. ⁷⁸

Всъщност ние знаем тези неща. Но не знаем, че ги знаем. Щом някой заговори за тях по този начин, веднага откриваме, че ги разбираме. Всеки от нас е способен да разбере, когато редът и хаосът, реалният и отвъдният свят се описват точно с тези понятия. Всеки от нас долавя осезаемо хаоса, който се спотайва под всичко познато. Именно затова откриваме смисъл в странните, нереални приказки като "Пинокио", "Спящата красавица", "Цар лъв", "Малката русалка" и "Красавицата и Звяра" с вплетените в тях картини на познатото и непознатото, на земното и отвъдното. Самите ние неведнъж сме попадали на тези две места: понякога случайно, понякога по собствен избор.

Щом започнете съзнателно да възприемате и разбирате света по този начин, много неща започват да си идват по местата – сякаш познанието на тялото и душата се изравнява с познанието на ума. Нещо повече, такова познание вече не е само описателно, то е и критично: отговорът на въпроса "Какво?" ви помага да разберете "Как?"; познанието за това, което е, ви помага да разберете как трябва да бъде. Например опозицията между Ин и Ян в даоизма не просто описва хаоса и реда като основни градивни елементи на Битието, но и съдържа насоки за действие. Пътят, даоисткият Път на живота метафорично се представя от (или съществува на) границата между двете еднакви рибки. Този Път е и начинът да се живее правилно. Това е същият Път, за който говори Исус: "Аз съм пътят и истината, и животът..." (Йоан 14:6). Подобна идея откриваме и в Матей 7:14: "Понеже тясна е портата и стеснен е пътят, който води към живот, и малцина са онези, които ги намират"

Съдбата на човека е вечно да обитава реда, обкръжен от хаоса. И вечно да населява територията на познатото, заобиколена от тази на непознатото. Когато поддържаме равновесие и взаимодействаме правилно и с двете, преживяванията ни са изпълнени със смисъл. Ние сме се приспособили, в

⁷⁷ Goldberg, E. (2003). *The executive brain: Frontal lobes and the civilized mind.* New York: Oxford University Press.

⁷⁸ За класическите концепции по този въпрос виж: Campbell, D.T. & Fiske, D.W. (1959). "Convergent and discriminant validation bythemultitrait-multimethod matrix." *Psychological Bulletin*, 56, 81-105. Подобна идея ще откриете и тук: Wilson, E.O. (1998). *Consilience: The unity of knowledge*. New York: Knopf. Пак по тази причина ние разполагаме с пет сетива — за да можем да "пентангулираме" индивидуалния си път в този свят, използвайки качествено различни механизми за възприятие, които работят и съпоставят фактите независимо един от друг.

най-дълбок дарвинов смисъл, не към веществения свят на предметите, а към метареалностите на реда и хаоса, на Ян и Ин. Хаосът и редът изграждат вечната, трансцендентална среда на живота.

За да се справим с тази фундаментална дуалност, трябва да умеем да пазим равновесие, стъпили здраво с единия крак в реда и сигурността, а с другия – в хаоса, потенциалната възможност, възхода и приключението. Когато животът внезапно се разкрива пред нас, пълноценен, вълнуващ и смислен; когато сме толкова погълнати от това, което правим, че не усещаме как минава времето – точно там и точно тогава ние стоим на самата граница между реда и хаоса. Субективният смисъл, който откриваме там, е реакция на най-дълбоката ни същност, на нашата неврологично и еволюционно обусловена инстинктивна природа, която ни показва, че имаме стабилност, но също и че разширяваме територията, в която живеем и създаваме – пространство, което е и лично, и социално, и естествено. Във всяко едно отношение това е най-доброто място, на което можем да бъдем. То е там, където – и когато – животът ни има смисъл. Подсказва ни го и музиката, когато се заслушаме в нея, а може би и когато танцуваме. Нейните построени, редуващи се тонове на предсказуемост непредсказуемост карат смисъла сам да си проправи път нагоре от дълбините на нашето Битие.

Хаосът и редът са фундаментални елементи, защото всяка преживяна ситуация (дори всяка мислено преживяна ситуация) е съставена и от двете. В каквито и житейски обстоятелства да сме поставени, винаги ще има неща, които можем да разберем, да оползотворим и да предскажем, и такива, които са отвъд границите на нашето познание и разбиране. Независимо дали сте коренен жител на пустинята Калахари, или сте банкер от Уол Стрийт, има неща, които можете да контролирате, и такива, които не можете. Ето защо и коренният жител, и банкерът разбират еднакво значението на едни и същи истории и живеят, ръководени от едни и същи вечни истини. И накрая, основополагащата реалност на хаоса и реда е факт за всичко живо, не само за нас. Живите същества, каквито и да са те, винаги обитават онези места, които могат да овладеят, и неизменно са обкръжени от такива неща и ситуации, които ги правят уязвими.

Редът сам по себе си е недостатъчен. Да не се променяте, да останете сигурни и стабилни, е невъзможно, защото всеки от нас има още много неща за учене, важни и жизненонеобходими. Въпреки това хаосът може да стане прекомерен. Едва ли ще издържите дълго, докато учите и усвоявате новите неща, ако стресът и напрежението от непознатото надхвърлят възможностите ви. Единственият начин е да стъпите здраво с единия крак в това, което вече сте овладяли и разбирате, а с другия – в пространството, което се опитвате да изследвате и овладеете. Само там, на границата между

реда и хаоса, ужасът от съществуването е под контрол, а вие се чувствате сигурни, но също и живи и бдителни. Това е единственото място, където можете да овладеете нещо ново и да се усъвършенствате. Това е мястото, на което ще откриете смисъл.

Райската градина

Както вече знаем, историите за произхода на Битието идват от няколко източника. Сред тях е сравнително по-новият "Жречески кодекс" (Битие 1), разказващ как редът се оформя от хаоса, и "Яхвист", втората, по-древна история, която за първи път се появява в Битие 2. Яхвистката хроника, чието название произлиза от името Яхве, с което се именува Бог, съдържа историята за Адам и Ева, както и едно доста по-подробно описание на събитията от шестия ден на сътворението, за които "Жреческият кодекс" само загатва. Приемствеността между историите, изглежда, е плод на прилежна редакторска работа от страна на един или няколко души, известни сред изследователите на Библията просто като "Редактора", вплел тези истории в един общ разказ. Вероятно това се е случило, когато по някаква причина два народа с различен културен произход са се обединили и логическата несъвместимост между техните истории, смесили се грубо с течение на времето, е била като трън в очите за някой достатъчно осъзнат, дързък и обсебен от идеята за съгласуваност.

Според яхвисткото сказание за сътворението на света, в началото Бог създал едно изолирано място, наречено Едем (което на арамейски – предполагаемият език на Исус – означава добре напоено място), или Paradise ⁷⁹ (pairidaeza, което на староперсийски, или авестийски език означава опасано със стени, защитено заграждение или градина). ⁸⁰ Там Бог поставил Адам, както и всякакви плодни дървета, две от които се отличавали от останалите. Едното било Дървото на живота, а другото – Дървото за познаване на добро и зло. Тогава Бог казал на Адам да яде колкото пожелае, но добавил, че само плодовете на Дървото за познаване на добро и зло са забранени. След това Той създал Ева, за да не бъде Адам сам."

В началото, когато са оставени в Рая, Адам и Ева не изглежда да са били много осъзнати, особено по отношение на себе си. Както твърди историята, нашите прародители са били голи, но не са се срамували от този факт. Тази

 $^{^{79}}$ *Paradise* (англ.) – рай; ориенталска градина – *Б.пр*.

 $^{^{80}}$ Или, според друго едно тълкуване, Той разделил първия човек, който бил андрогинен, на две половини, мъжка и женска. В този ред на мисли Исус, "вторият Адам", е освен това и Първият човек, преди да настъпи половото разделение. Символичното значение на това схващане трябва да е ясно за този, който следи нишката на настоящото изложение. – E.E.E.

формулировка загатва, първо, че за човека е напълно естествено и нормално да се срамува от голотата си (в противен случай отсъствието на облекло изобщо нямаше да се споменава) и, второ, че (за добро или за зло) има нещо нередно около нашите първородители. С някои малки изключения, единствените хора, които в днешно време не биха се засрамили, ако внезапно се озоват голи на публично място (без да броим ексхибиционистите), са на възраст под три години. Между другото, един от най-често срещаните кошмари на човека е да се озове гол-голеничък пред цяла тълпа от хора.

В трета глава на Битие се появява змията, както изглежда, първоначално надарена с крака. Само Бог знае защо е допуснал – или сложил нарочно – такова създание в градината. Отдавна размишлявам върху значението на този факт. Най-вероятно това е отражение на дихотомията ред-хаос, присъща на всяко житейско преживяване, като Раят е символ на обитаемия ред, а змията е олицетворение на хаоса. Следователно присъствието на змията в Едем има същия смисъл, какъвто има черната точка в бялата половина на даоисткия символ на абсолютното единство – с други думи, това е възможността непознатото и революционното да се прояви внезапно там, където всичко изглежда спокойно.

Явно никой, дори самият Бог, не би могъл да сътвори напълно защитено от външната среда пространство – не и в реалния свят, с необходимите за него ограничения, заобиколен от трансценденцията. Хаосът, това, което е отвъд, винаги се промъква вътре, тъй като нищо не може да съществува напълно отделено от останалата реалност. Така че и най-сигурното място крие змия в недрата си. В тревите и сред дърветата на нашия най-ранен африкански рай винаги и навсякъде е имало истински, влечугоподобни змии. В Но дори всички те да са били прогонени (по някакъв немислим начин, от някой предисторически Свети Георги), змията пак би продължила да съществува под формата на нашите първобитни съперници и врагове (или поне когато са проявявали вражеско отношение от гледна точка на ограничените племенно-родови разбирания). Все пак нашите предци не са страдали от липса на разпри и конфликти. В се пак нашите предци не са страдали от липса на разпри и конфликти.

Но дори да бяхме надвили всички змии, влечугоили човекоподобни, които ни нападат отвън, пак нямаше да бъдем в безопасност. Както не сме в безопасност и сега. Всеки от нас е виждал врага и този враг сме самите ние. Змията живее в душата на всеки от нас. Може би това обяснява странното твърдение на християнската църква, изразено кристално ясно от Джон

⁸¹ Headland, T. N., & Greene, H. W. (2011). "Hunter-gatherers and other primates as prey, predators, and competitors of snakes." *Proceedings of the National Academy of Sciences USA*, 108, 1470-1474.

⁸² Keeley, L. H. (1996). *War before civilization: The myth of the peaceful savage*. New York: Oxford University Press.

Милтън, че змията от Райската градина е също и Сатаната, Духът на самото Зло. Безспорно това символично отъждествяване с неговата блестяща прозорливост е от изключителна важност. Идеята за абстрактните моралните понятия и всичко свързано с тях е плод на хилядолетното упражняване на човешкото въображение. Не можете да си представите какъв исполински труд и усилия са вложени в развиването на идеята за Доброто и Злото и приказната метафора, в която е забулена. Най-опасната от всички змии е вечната склонност на човека към злото. Най-опасната от всички змии е тази, която обитава нашето психическо, духовно, лично, вътрешно пространство. И никакви стени, дори най-високите, не могат да я задържат вън от него. Дори да изградим достатъчно яка крепост, която да държи всичко лошо навън, то пак намира начин да се промъкне вътре. В края на краищата линията, разделяща доброто от злото, пише великият руски писател Александър Солженицин, минава през всяко човешко сърце. 83

Просто няма как да се създаде едно напълно изолирано и защитено от заобикалящата реалност място, вътре в което всичко е сигурно и предсказуемо. И най-високата защитна стена не може да попречи на злото отново да нахлуе вътре. Змията, образно казано, неизбежно ще пропълзи обратно. И най-съвестните родители не могат да предпазят децата си напълно, дори да ги заключат някъде, далеч от наркотиците, алкохола и порното в интернет. В този краен случай прекалено бдителният и грижовен родител се превръща в заместител на всички останали ужасяващи житейски проблеми. Става дума за страшния Едипов кошмар на Фройд. 84 Далеч по-добре е да направите индивидите под ваша опека компетентни, отколкото да ги предпазвате да не сгрешат.

Дори да беше възможно трайно да се отстрани всяка заплаха, всяка опасност (и следователно всяко предизвикателство и приключение), тогава

⁸³ "Постепенно прозрях, че линията, разделяща доброто от злото, минава не между държавите, не между класите, не между партиите, а през всяко човешко сърце – и през всички човешки сърца. Тази линия е подвижна, тя се колебае, тя лъкатуши в нас с години. Дори в сърцето, обхванато от злото, тя запазва един малък плацдарм за доброто. Дори в най-доброто сърце има неизкоренено кътче на злото. Оттогава можах да разбера истината на всички религии по света: те се борят със злото в човека (във всеки човек). Не е възможно да се прочисти светът от всичкото зло, но може да се присвие във всеки човек." Солженицин, А. *Архипелаг ГУЛАГ* (1918-1956): *Опит за художествено изследване, том 2*; прев. Иван Дойчинов. София, изд. "Народна култура", 1975 г.

⁸⁴ От всичко, което ми е попадало, този въпрос е най-добре проучен в блестящия документален филм за карикатуриста от ъндърграунд културата Робърт Кръм. Озаглавен "Кръм", филмът е режисиран от Тери Звигов (1995) и разпространен от "Сони пикчърс класик". От него ще научите много повече, отколкото бихте искали да знаете за гнева, лъжата, безочието, омразата към хората, сексуалния срам, обсебващата майка и тираничния баща.

би изникнала една друга опасност — неизлечимата човешка инфантилност и пълна безполезност. Ако няма предизвикателства и опасности, как човешката природа ще развие пълния си потенциал? Ако вече нямаме причина да сме бдителни, в какви ли достойни за презрение глупци ще се превърнем? Вероятно Бог е решил, че новото му творение е в състояние да се пребори със змията и че тя е по-малката от двете злини.

Въпрос към родителите: какво искате за децата си – да ги предпазите или да ги направите силни?

Във всеки случай, в Градината има змия и тя е "подмолен" звяр, както свидетелства древната история (невидим, неуловим, лукав, лъжовен и коварен). Нищо чудно, че змията решава да изиграе Ева. Но защо Ева, а не Адам? Може би е малшанс. При петдесет на петдесет, чисто статистически, рискът (за Ева) е достатъчно висок. С времето обаче разбрах, че в тези стари истории няма нищо случайно. Това, което е излишно и не служи на фабулата, отдавна е забравено при предаването от уста на уста. Както забелязва руският драматург Антон Чехов: "Ако в първо действие на стената е окачена пушка, в следващото действие тя непременно ще гръмне. Иначе защо ще е там. "85 Вероятно първата Ева е имала по-сериозни основания от Адам да бъде любезна със змиите, за да не закачат първобитните ѝ деца. Може би това е и причината потомките на Ева до ден днешен да са по-закрилящи, побдителни, тревожни и нервни (дори, или може би особено, в найегалитарните⁸⁶ съвременни общества⁸⁷). Така или иначе змията казва на Ева, че няма да умре, ако изяде забранения плод. А вместо това ще ѝ се отворят очите. И също като Бог ще започне да различава доброто от злото. Разбира се, змията премълчава, че това ще е единственото нещо, по което ще прилича на Бог. Но такава е природата на змията. А Ева, със своята жадна за познание човешка природа, решава да вкуси плода. Пуф! Тя се пробужда: тя се осъзнава и за пръв път осъзнава голотата си.

Никоя "прогледнала", осъзната жена няма да търпи до себе си един не пробуден мъж. Така че Ева незабавно дава на Адам също да вкуси от забранения плод. И *той* започва да се чувства неловко. Точно така, откакто свят светува жените карат мъжете да се чувстват неловко. Обикновено те правят това, като отхвърлят мъжа, а също и като го засрамят, ако той не желае да поеме отговорност. И нищо чудно, като се има предвид, че на жената се пада основната тежест за възпроизводството. Няма как да бъде по друг

⁸⁵ Bill, V.T. (1986). Chekhov: The silent voice of freedom. Allied Books, Ltd.

 $^{^{86}}$ Егалитаризъм – политическа или социална идеология, издигаща в ценност равенството между хората. – E.np.

⁸⁷ Costa, P.T., Teracciano, A. & McCrae, R.R. (2001). "Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings." *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 322-331.

начин. Всъщност умението на жената да накара мъжа да се засрами или да се чувства неудобно все още е една от движещите сили на този свят.

Сигурно се питате: какво общо имат змиите с ясния взор? Първо, умението да ги виждаш не е за пренебрегване, иначе рискуваш да послужиш за закуска на някоя от тях (особено ако си невръстен и живееш в клоните на дърветата, подобно на нашите най-примитивни предци). Доктор Лин Исбел, професор по антропология и поведение на животните в Калифорнийския университет, излага теорията, че удивително острото зрение, с което човекът се отличава от повечето животински видове, е всъщност механизъм за адаптация, развил се преди десет милиона години, когато за оцеляването ни е било важно да забелязваме и избягваме змиите, еволюиращи по същото време и на същото място като човека. ⁸⁸ Навярно това е и една от причините за ролята на змията в Райската градина - като създанието, което ни дава същото "зрение", каквото притежава и Бог (в допълнение към ролята на най-стария и вечен враг на човека). А също и една от причините, поради които средновековната и ренесансовата иконография често изобразява Дева Мария – вечния, архетипен образ на майката (една по-съвършена Ева) – как държи Младенеца Исус високо във въздуха, възможно най-далеч от хищното влечуго, чиято глава е затиснала с крак.⁸⁹ Но това не е всичко. Змията изкушава Ева не с друго, а с плод, а плодът се свързва и с трансформацията на зрението – способността да различаваме цветовете се е развила, за да можем лесно да разпознаваме узрелите, тоест годни за ядене, плодове. 90

И така, нашите прародители послушали змията. Те изяли забранения плод. Очите им се отворили. И двамата се пробудили. Може би си мислите, както и Ева в самото начало, че това е нещо хубаво. Понякога обаче половинчатата услуга е по-лоша от никаква услуга. Наистина, Адам и Ева се пробудили, но само дотолкова, че да направят някои ужасни открития. За начало, те забелязали, че са голи.

⁸⁸ Isbell, L. (2011). *The fruit, the tree and the serpent: Why we see so well*. Cambridge, MA: Harvard University Press; виж също: Hayakawa, S., Kawai, N., Masataka, N., Luebker, A., Tomaiuolo, F., & Caramazza, A. (2011). "The influence of color on snake detection in visual search in human children." *Scientific Reports*, 1,1-4.

⁸⁹ Virgin and Child (c. 1480) by Geertgen tot Sint Jans (c. 1465 - c. 1495) provides an outstand-ing example of this, with Mary, the Christ Child and the serpent additionally superimposed on a background of medieval musical instruments (and the infant Christ playing the role of conductor).

⁹⁰ Osorio, D., Smith, A.C., Vorobyev, M. & Buchanan-Smieth, H.M. (2004). "Detection of fruit and the selection of primate visual pigments for color vision." *The American Naturalist*, 164, 696-708.

Голата маймуна⁹¹

Синът ми откри голотата си доста преди да навърши три години. Настояваше винаги да е облечен. Затваряше плътно вратата на тоалетната. На публично място отказваше да се появява без дрехи. Колкото и да се опитвах, не можех да видя някаква връзка с възпитанието му. Той достигна съвсем сам до това откритие и осъзнаване. Сам избра и начина, по който да реагира. Сякаш беше нещо вродено.

Какво значи да съзнаваш голотата си или (което може да се окаже още полошо) да съзнаваш и собствената си голота, и тази на партньора си? Впрочем цял куп ужасни неща, пресъздадени от Ханс Балдунг Грин с не по-малко ужасяващия му стил на рисуване. (Една от неговите картини вдъхнови илюстрацията в началото на тази глава.) Голотата означава уязвимост и лесна ранимост. Голотата те излага на критика според критериите за привлекателност и здраве. Тя означава да излезеш незащитен и невъоръжен в дивия свят на природата и на човека. Ето защо Адам и Ева реагират със свян още щом очите им се отварят. Вече са способни да виждат, но първото, което съзират, е самите себе си. Недостатъците им излизат наяве. Уязвимостта им е изложена на показ. За разлика от всички останали бозайници, при които деликатната област на корема остава защитена под якия като броня гръб, те са създания, които ходят изправени, обърнали към света найуязвимата част на тялото си. Но по-лошото тепърва предстои. Адам и Ева незабавно си съшиват препаски (според Международната стандартна версия на Библията; и престилки – според Библията на крал Джеймс), за да покрият крехките си тела и да защитят своето его. След това те бързат да се скрият. Осъзнали напълно своята уязвимост, Адам и Ева се чувстват недостойни да застанат пред лицето на Бог.

Ако не можете да се отъждествите с това чувство, значи просто не се замисляте. Грозотата се свени от красотата. Слабостта се свени от силата. Живото се свени от мъртвото. А Идеалът кара всеки от нас да се срамува. Ние се страхуваме от него, презираме го, мразим го дори (разбира се, това е следващата тема, която се разглежда в Битие – историята за Каин и Авел). Но какво можем да направим? Да изоставим всички идеали за красота, здраве, интелигентност и сила? Не, това не е добра идея. Този подход може да ни гарантира само едно: постоянно чувство на срам, и то напълно заслужено. Замислете се за жените, които пленяват само с присъствието си. Не бих искал те да изчезнат само за да могат другите да се чувстват

⁹¹ Понятие, което писателят Дезмънд Морис въвежда в книгата си "Голата маймуна" и използва като синоним на човешко същество. Очаквайте скоро на http://4eti.me

комфортно. Не бих искал да изчезнат и великите умове като Джон фон Нойман ⁹² само защото познанията ми по математика едва покриват материала за дванайсети клас. На деветнайсет години той вече има нов поглед върху числата. ⁹³ Точно така, числата! Благодаря на Бога за Джон фон Нойман! За Грейс Кели, за Анита Екберг и за Моника Белучи! За мен е чест да се чувствам недостоен пред хора като тях. Това е цената, която всички ние плащаме за целите, постиженията и амбициите. Нищо чудно, че Адам и Ева прикриват голотата си.

Следващата част от историята, по мое мнение, е колкото трагична и печална, толкова и комична. Същата вечер, когато в Едем се поразхлажда, Бог излиза на обичайната си разходка. Но Адам не се вижда никъде. Свикнал двамата да вървят заедно, Бог се озадачава. "Адам! – провиква се Той, очевидно забравил, че тъй като е Бог, може да вижда през храстите. – Къде си?" Адам незабавно се появява, но се представя в лоша светлина: първо като невротик, а после като мерзавец. Щом чува, че Творецът на цялата Вселена го вика, Адам отговаря: "Чух гласа Ти в градината и уплаших се, защото съм гол; и се скрих". Какво означава това ли? Означава, че когато са смутени от своята уязвимост, хората открай време се страхуват да бъдат откровени, да застанат на границата между хаоса и реда и да открият съдбата си. С други думи, страхуват се да вървят рамо до рамо с Бог. Може би това не е особено похвално, но със сигурност е разбираемо. Бог е строг и критичен баща. Той има високи изисквания. Не е лесно да Му угодиш.

Тогава Бог пита: "Кой ти каза, че си гол? Да не би да си ял нещо, което не ти е било позволено?". В окаяното положение, в което се намира, Адам посочва Ева, неговата любима, спътница и сродна душа, и я издава. След това той хвърля вината върху Бог с думите: "Жената, която си ми дал за другарка, тя ми даде от дървото, та ядох". Колко малодушно и колко вярно. Първата жена поставя първия мъж в неловко положение и той е ядосан. След това първият мъж обвинява за всичко жената, а после обвинява и Бог. До ден днешен всеки отблъснат мъж се чувства по този начин. Отначало се чувства нищожен – след като жената е поставила под съмнение репродуктивните му способности, – после започва да проклина Господ за това, че е създал жената толкова злобна, него самия – толкова безполезен (ако изобщо има някакъв смисъл от него) и Битието – толкова несъвършено. А накрая се оставя да бъде погълнат от мисълта за отмъщение. Достойно за презрение, наистина (но и

 $^{^{92}}$ Американски математик от еврейски произход, който има важен принос към квантовата физика, функционалния анализ, теорията на множествата, икономиката, информатиката, статистиката и други области, свързани с математиката, пионер на съвременния цифров компютър – E.np.

⁹³ Macrae, N. (1992). *John von Neumann: The scientific genius who pioneered the modern computer, game theory, nuclear deterrence, and much more.* Nevy York: Pantheon Books.

напълно разбираемо). Жената може да оправдае постъпката си със змията, която, колкото и невероятно да звучи, по-късно се оказва самият Сатана. Затова сме склонни да приемаме грешката на Ева с разбиране и съчувствие. Тя е измамена от най-добрия. Колкото до Адам... него никой не го е карал насила да изрича онези думи.

За нещастие, най-лошото едва сега започва – и за Човека, и за Звяра. Бог проклина първо змията, като ѝ казва, че от сега нататък ще се влачи по корем, под вечната заплаха да бъде стъпкана от разгневения човек. А на жената Той казва, че вече в мъки ще ражда децата си и всяко нейно желание ще бъде подчинено на един недостоен, понякога презрителен мъж, който навеки ще се разпорежда с биологичната ѝ съдба. Какво означава това ли? Може да означава, че Бог е патриархален тиранин – според някои тълкувания на древната история, служещи за политически цели. Според мен обаче казаното от Бог е чисто описателно. Ето защо: в хода на човешката еволюция мозъкът, който спомага за появата на самосъзнание, значително увеличава обема си. Това поставя началото на свирепа надпревара между таза на жената и главата на плода. 94 Жената благосклонно наедрява в тазобедрената област, и то до такава степен, че вече не може да тича. От своя страна бебето благоволява да се роди с повече от една година по-рано в сравнение с други бозайници с подобни на неговите размери и развива плаващо свързани кости на черепа. 95 Това взаимно "нагаждане" е болезнено и за двете страни. През първата година бебето, което все още е повече ембрион, отколкото самостоятелно същество, във всяко едно отношение е почти напълно зависимо от майката. Това, че огромният му мозък подлежи на програмиране, означава, че то трябва да се учи и възпитава, докато не стане на осемнайсет (или трийсет) години, докато родителят не "побутне" пиленцето от ръба на гнездото. Да не забравяме за болката при самото раждане, както и за високия риск от настъпване на смърт и за майката, и за детето.

Всичко това означава, че жената плаща висока цена в желанието си да забременее и да отгледа децата си, особено в първите години от периода на майчинство, и част от тази висока цена са неизбежните последици от това, че е силно зависима от несигурното и почти винаги съмнително благоволение на мъжа.

След като казва на Ева какво ще се случи сега, когато очите ѝ вече са

⁹⁴ Wittman, A. B., & Wall, L. L. (2007). "The evolutionary origins of obstructed labor: bipedalism, encephalization, and the human obstetric dilemma." *Obstetrical & Gynecological Survey*, 62, 739-748.

⁹⁵ По този въпрос съществуват и други хипотези: Dunsworth, H. M., Warrener, A. G., Deacon, T, Ellison, P. T, & Pontzer, H. (2012). "Metabolic hypothesis for human altriciality." *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 109,15212-15216.

отворени, Бог се обръща към Адам и му дава да разбере, че на него и на неговите потомци също няма да им се размине. Думите на Всевишния звучат горе-долу така: "Очите ти се отвориха, понеже послуша гласа на жената. Богоподобното зрение, което дължиш на змията, на плода и на любимата си, ти позволява да виждаш далеч напред, даже в бъдещето. Само че онези, които са способни да виждат в бъдещето, съзират и проблемите, които то крие, и затова трябва да са готови за всякакви непредвидими обстоятелства и неочаквани обрати. За тази цел ти ще трябва да пожертваш настоящето в името на бъдещето. Да се откажеш от удоволствието в името на сигурността. С други думи: ще трябва да се трудиш. При това усилно и с пот на челото. Дано обичаш тръни и бодли, защото земята, от която ще се храниш, ще ги ражда в изобилие".

Тогава Бог прогонва първия мъж и първата жена от Рая, от детството, и ги изпраща от безсъзнателния животински свят в ужаса на самата история. Пред Едемските порти Той поставя херувими и пламтящ меч, за да им попречат да вкусят плодовете на Дървото на живота. Между другото, доста гадничко от Негова страна. Защо още тогава не е направил безсмъртни клетите човешки същества? Защо, наистина, при положение че точно такъв е планът за далечното бъдеще, както става ясно по-нататък в историята? Но кой би посмял да оспорва методите на Всевишния?

Може би Раят е нещо, което човек трябва сам да съгради, а безсмъртието е награда, която трябва да заслужи.

И така, отново се връщаме на първоначалния въпрос: защо някои хора добросъвестно купуват и дават лекарства на кучето си, но не правят същото за себе си? Сега вече знаете отговора, извлечен от един от основополагащите за човечеството текст. Защо да полагаш грижи за някой толкова разголен и грозен, засрамен, изплашен, недостоен, малодушен, готов да презира, да се защитава и да обвинява, каквито са потомците на Адам? Дори когато този някой си самият ти. И не се заблуждавайте от израза "потомците на Адам", защото в никакъв случай не изключвам от сметката жените.

Всички причини, които разгледахме дотук, ни дават една не особено приятна представа за човечеството и всяка от тях е приложима както за другите, така и за самите нас. И все пак това са само обобщени заключения и догадки за човешката природа. Нищо повече. Никой не ни познава подобре от нас самите. Лошата ни страна може да не е тайна за другите, но единствено ние познаваме напълно своите скрити грехове, слабости и недостойнства. Никой друг не познава толкова добре нашите психически и физически несъвършенства. Никой друг няма толкова причини да ни презира и да ни смята за жалки – само ние можем да се самонаказваме за собствените си неуспехи, като се лишаваме от онова, което е добро за нас. Няма никакво съмнение, че едно куче – едно безобидно, невинно и несъзнаващо куче – е

много по-достойно от нас.

Но ако все още не сте убедени в това, нека разгледаме още един жизненоважен въпрос. Редицата проблеми и категории, с които се запознахме дотук – ред, хаос, живот, смърт, грях, зрение, работа и страдание, – сякаш не стигат и на авторите на Битие, и на самото човечество. Историята продължава все така катастрофално и трагично и персонажите в нея (това сме ние) трябва да се изправят пред още едно болезнено пробуждане. В следващото действие сме принудени да се сблъскаме със самия морал.

Добро и зло

Щом очите им се отварят, Адам и Ева осъзнават нещо повече от своята голота и от неизбежната присъда: живот в страдание. Те придобиват способността да различават Доброто от Злото (змията изкушава жената с думите: "Но знае Бог, че в деня, когато ядете от него (забранения плод), ще ви се отворят очите и ще бъдете като Бога, да познавате доброто и злото"). Какво може да означава това? При толкова много размишления по този въпрос останало ли е нещо непроучено и неразбрано? Всъщност контекстът на историята подсказва, че градините, змиите, неподчинението, плодовете, сексуалността и голотата са част от отговора. На вярната следа в крайна сметка ме наведе последното от този списък – голотата. Но това беше процес, който продължи няколко години.

Кучетата са хищници. Котките също. Те убиват, за да се хранят. Звучи жестоко, нали? Въпреки това ние ги отглеждаме като домашни любимци, грижим се за тях и им даваме лекарства, когато са болни. Защо го правим ли? Да, те са хищници, но това е част от природата им. Инстинкт, за който не носят отговорност. Правят го, защото са гладни, а не защото са зли. Те не притежават силата на разума, въображението и, преди всичко, самосъзнанието, необходими за уникалния размах на човешката жестокост.

Защо това е така? Отговорът е съвсем прост. За разлика от нас, хищниците не осъзнават своята фундаментална слабост и уязвимост — те не осъзнават факта, че нямат власт над болката и смъртта. Ние обаче знаем много добре как, къде и защо можем да бъдем наранени. Това е дефиниция за човешкото самосъзнание, не по-лоша от всяка друга. Ние осъзнаваме неоспоримия факт на своята беззащитност, преходност и тленност. Най-страшното не е в това, че можем да изпитваме болка, отвращение от себе си, срам и ужас, а в това, че го знаем. Ние знаем кои неща ни носят страдание. Знаем по какъв начин някой може да ни причини болка и страх — и тъкмо затова знаем точно как да ги причиняваме на другите. Знаем кое ни кара да се чувстваме напълно разголени и как някой може да се възползва от това. А това означава, че знаем също кое кара другите да се чувстват разголени и как да се възползваме от

този факт.

Ние сме способни съзнателно да всяваме страх у хората. Да ги нараняваме и унижаваме заради слабости, които познаваме твърде добре. Можем да ги изтезаваме – в буквалния смисъл на думата – бавно, изкусно и безжалостно. А това е много по-страшно от дивата природа на хищника. Това е качествено изменение в модела на разбиране. Катаклизъм, който по своите размери може да се сравни с развитието на самосъзнание. Това е преломният момент, когато познанието за Добро и Зло прониква в света. Това е втората все още незараснала пукнатина в структурата на Съществуването. Това е трансформация на самото Битие в морално изпитание – отново последица от развитието на твърде фино самосъзнание.

Само човекът би могъл да измисли уреди за мъчение като "желязната девица", уреда за разтягане на тялото или за смазване на палците. Само човекът е способен да причинява страдание заради самото страдание. Това е най-точната дефиниция на злото, която бих могъл да формулирам. Това не е по силите на животните, но определено е във властта на хората с присъщата им жестокост и полубожествени възможности. С това осъзнаване ние до голяма степен узаконяваме идеята за Първородния грях (която не се слави с популярност в съвременните интелектуални кръгове). Кой би се осмелил да каже, че не е имало елемент на доброволен избор в нашето еволюционно, индивидуално и теологично развитие? Нима нашите предци не са избирали и подлагали на селекция своите сексуални партньори? Нима не са избрали съзнанието, самосъзнанието и разбирането за моралното? И кой може да отрече усещането за екзистенциална вина, вплетено в самата тъкан на човешкото съществуване? Не е ли очевидно, че именно тази вина – усещането за вродена греховност и потенциалът да постъпваме грешно – е онази малка крачка, която може да превърне нормалния човек в психопат?

Човекът притежава огромен потенциал да постъпва грешно. Това е свойство, присъщо изключително на света на живото. Ние можем и действително влошаваме нещата – доброволно, с ясното разбиране какво точно правим (естествено, случва се да грешим и неволно, по непредпазливост или от предумишлено невежество). В светлината на този страховит потенциал и склонност към вършене на злини, нима има нещо чудно във вътрешната ни съпротива да се погрижим за себе си или за някой друг? Нима е странно, че понякога се съмняваме дали целият този замисъл около сътворяването на човека изобщо си струва? Ние отдавна се отнасяме с подозрение към собствената си природа, и то не без основание. Преди хиляди години древните обитатели на Месопотамия вярвали, че човешкият род е произлязъл от кръвта на Кингу, най-страховитото чудовище, което великата Богиня на хаоса успява да сътвори в изблик на отмъстителност и желание за

разруха. ⁹⁶ В този ред на мисли, как да не поставим под съмнение ценността на собственото си съществуване и на Битието като цяло? Как да приемем болестта, застигаща нас самите или пък другиго, без да си зададем въпроса дали предписването на спасително лекарство е оправдано от морална гледна точка? Никой не познава тъмната страна на индивида по-добре от самия индивид. При това положение, когато сме болни, как да повярваме, че заслужаваме да се погрижим за себе си?

Може би щеше да е най-добре, ако Човекът изобщо не беше създаван. Нещо повече, може би светът трябва да се прочисти от всяко човешко присъствие, за да може Битието и съзнанието да се върнат към невинната жестокост на животинския вид. Убеден съм, че този, който твърди, че никога не е пожелавал подобно нещо, просто не се е допитвал до паметта си, нито се е сблъсквал с най-мрачните си фантазии.

Какво може да се направи тогава?

Божествената искра

В първата глава на Битие Бог сътворява света чрез своето правдиво Божествено Слово, като оформя обитаемия ред на градината от докосмогоничния хаос. След това той създава по Свой образ Мъжа и Жената, като им дава способността и те да правят същото – да създават ред от хаоса и да продължат Неговото дело. На всеки етап от сътворението, дори при образуването на първата двойка, Бог размишлява върху това, което е създал, и го обявява за Добро.

Контрастът между Битие 1 и Битие 2 и 3 (последните две глави проследяват падението на човека, предлагайки обяснение защо съдбата ни е белязана от трагедията и от моралните терзания) създава повествователна линия със смайваща дълбочина. Първа глава съдържа поуката, че Битието, сътворено чрез праведното слово, е Добро. Същото се отнася и за човека, преди той да се отдели от Бог. Това добро е жестоко накърнено от събитията, свързани с грехопадението (и с Каин и Авел, Потопа и Вавилонската кула), но все пак в себе си ние носим едно смътно усещане за живота отпреди грехопадението. Както се казва, спомняме си. Оттогава ние неизменно тъгуваме по невинността на детството, по божественото безсъзнателно Битие на животните и по древния, величествен като катедрала девствен лес. Това са нещата, в които намираме покой. Всеки от нас ги боготвори, дори и найбезбожният самозван природозащитник от най-античовешки вид. От тази гледна точка първичното състояние на Природата е рай. Но ние отдавна не

⁹⁶ Heidel, A. (1963). *The Babylonian Genesis: The story of the creation*. Chicago: University of Chicago Press.

сме едно цяло с Бог и с Природата. И не можем да се върнем назад към този рай.

Изглежда, Първият мъж и Първата жена, съществували в нерушимо единство със своя Създател, са лишени от съзнание (и разбира се, от самосъзнание). Все още не са прогледнали. Но колкото и да са съвършени, те не превъзхождат, а отстъпват пред мъжа и жената след грехопадението. Тяхната добродетелност им е подарена, а не спечелена или заслужена. На тях не им се налага да правят избор. Бог знае, че така е по-лесно. Но може би полесното не е по-добро. Може би свободният избор е важен, дори от космическа гледна точка (ако приемем, че съзнанието е явление с космическо значение). Кой може да е напълно наясно с тези неща? И все пак, не бих затворил тази тема само защото е несигурна и тежка. Затова ето една хипотеза: вероятно основната причина да се съмняваме в нашата ценност не е появата на самосъзнание и развитието на морално познание за Смъртта и Грехопадението. Може би истинската причина за това е нежеланието ни (намиращо отражение в срама и опита на Адам да се скрие) да вървим рамо до рамо с Бог, въпреки че сме силно уязвими и податливи на злото.

Цялото повествование в Библията е построено по такъв начин, че всичко, което се случва след грехопадението – историята на Израил, появата на пророците и на Исус, – се представя като средство за спасение от грехопадението и избавление от злото. Зараждането на съзнателна история, възходът на държавата заедно с всички патологични прояви на гордост и неотстъпчивост, идването на великите нравствени учители, които се опитват да поправят нещата, и кулминацията – идването на Месията – всичко това е част от стремежа на човечеството (ако е рекъл господ) да се изчисти от греховете. Какво обаче означава това?

За наше изумление отговорът на този въпрос е загатнат още в първа глава на Битие: да бъдем въплъщение на Божия образ и от хаоса да създаваме Битието, което е Добро – но да го правим съзнателно, като се ръководим от свободния си избор.

Да се върнем назад, е начинът да продължим напред – както правилно забелязва Т. С. Елиът, – но да се върнем назад като пробудени същества, упражняващи правилно свободната воля на пробудени същества, а не отново да сме в състояние на полусън.

...ние няма да престанем да търсим и в края на нашето търсене ще пристигнем там, откъдето сме тръгнали, и ще познаем мястото за първи път. През непознатата, запомнена врата, когато последната земя, неоткрита все още,

е това, което бе в началото; край извора на дългата река гласът на скрития водопад и на децата в ябълковото дърво, невидими, защото не са били търсени, но чути, получути, в покоя между две вълни на морето. Бързо, хайде, тук, сега, винаги - в състояние на съвършена простота (което струва не по-малко от всичко) и всичко ще бъде добро, и всеки ред на нещата ще бъде добър, щом езиците на пламъка са сплетени в короната — във възела от огън, — щом огънят и розата станат едно.

Т. С. Елиът, Литъл Гидинг, "Четири квартета", 1943⁹⁷

За да се погрижим както трябва за себе си, първо трябва да започнем да се уважаваме – нещо, което ни е много трудно, защото (най-вече в собствените си очи) ние сме грешни същества. Ако можехме да живеем в Истина; ако можехме да изричаме Истината, тогава отново бихме тръгнали рамо до рамо с Бог, бихме уважавали и себе си, и другите, и целия свят. Само тогава ще бъдем способни да се отнасяме с истинска грижа към себе си. Ще бъдем способни да спасим света и да поправим нещата. Да превърнем земята в Рай, в какъвто искаме да живеят любимите ни хора, а не в Ад, на който с презрението и омразата си обричаме всички.

По местата, където преди две хиляди години възниква християнството, населението е било много по-варварско, отколкото е сега. По онова време физическите сблъсъци са нещо нормално. Човешките жертвоприношения, включително и на деца, са често срещано явление дори за развити общества, каквото е това на древен Картаген. ⁹⁸ В Рим публичните състезания се превръщат в смъртоносни схватки, по време на които проливането на кръв е обичайна картина. Вероятността в днешно време един човек, живеещ в държава с функционираща демокрация, да убие или да бъде убит е нищожно малка в сравнение с тази в древните общества (или в някои неуредени размирни краища на съвременния свят). ⁹⁹ В древността основният морален

_

⁹⁷ Превод: Владимир Левчев, 1993 г. – *Б.пр*.

⁹⁸ Salisbury, J. E. (1997). *Perpetua's passion: The death and memory of a young Roman woman*. New York: Routledge.

⁹⁹ Пинкър, С. *По-добрите ангели на нашата природа: Защо насилието е намаляло*; прев. Елена Филипова. София, изд. "Изток-Запад", 2015 г. Очаквайте скоро на

въпрос пред обществото е свързан с контролиране на насилието, на неудържимия егоизъм и на съпътстващата го безразсъдна алчност и жестокост. Индивиди с подобни агресивни наклонности има и днес, разбира се. Те обаче са наясно, че такова поведение е повече от неприемливо, и се стараят да се контролират, защото в противен случай срещат сериозни социални затруднения.

Днес обаче ние сме изправени пред един различен проблем, който е нетипичен за онези значително по-сурови времена. Склонни сме с лека ръка да обобщаваме, че хората са арогантни, егоистични същества, които се интересуват единствено от себе си. Цинизмът, който превръща тази представа в универсална заблуда, е на мода и е широко разпространен. Не мисля обаче, че хората, които възприемат света по този начин, са чак толкова много. При повечето се наблюдава обратният проблем: те изнемогват под ужасното бреме на насочените навътре, към самите тях, погнуса, презрение и срам. Така, вместо да показват нарцисизъм и да надуват балона на своята важност, те изобщо не се ценят и не се грижат за себе си с нужното внимание. По мое мнение голяма част от хората не вярват, че заслужават да получат най-добрата грижа и внимание. Те осъзнават с болезнена яснота своите недостатъци и грешки (обективни или преувеличени), срамуват се и се съмняват в собствената си ценност. Вярват, че другите хора не бива да страдат, и за да им помогнат, се раздават прилежно и разточително. Те проявяват същото внимание дори към животните около себе си, но рядко към самите себе си.

Факт е, че идеята за благородната саможертва е дълбоко вкоренена в западната култура (поне доколкото Западът е повлиян от християнството, а то се опира на подражанието на някой, който е извършил акт на абсолютна саможертва). В такъв случай всяко твърдение, че Златното правило 100 не гласи "жертвай себе си заради другите", изглежда съмнително. Но има и нещо друго. Архетипната смърт на Исус е пример за това как да приемаме храбро житейската преходност, предателството и деспотизма – как да продължаваме да вървим заедно с Бог въпреки страшния товар на самосъзнанието, – а не повеля да жертваме себе си в услуга на другите. Да жертваме себе си в името на Бог (или на върховното добро, ако щете), не означава да страдаме мълчаливо и охотно, когато някой друг – индивид или организация – непрестанно изисква от нас повече, отколкото предлага в замяна. Това значи да подкрепяме деспотизма и да позволяваме да се отнасят с нас като с роби. Да страдаш заради един насилник, не е никаква добродетел, дори този насилник да си самият ти.

<u>http://4eti.me</u> – Б. ред.

 $^{^{100}}$ Златното правило е етична категория, която гласи: Не прави на другите това, което не искаш да правят на теб. То лежи в основата на всички световни религии. - *Б. ред*.

От Карл Юнг, прочутият швейцарски психолог и представител на дълбинната психология ¹⁰¹, научих два много ценни урока във връзка с поученията "постъпвай с хората така, както искаш те да постъпват с теб" и "обичай ближния като себе си". Първият урок е, че нито единият, нито другият постулат означават да бъдеш любезен. Вторият урок е, че това са поскоро констатации, отколкото разпоредби. Може да съм нечий приятел, съпруг или любим, но аз имам моралното задължение да преговарям в своя полза, както другите – в тяхна. Не го ли направя, тогава се превръщам в роб, а другият се превръща в деспот. Какво хубаво има в това? За взаимоотношенията винаги е най-добре, когато и двамата партньори са силни. Нещо повече, съществува незначителна разлика между това да застанеш на своя страна, да се защитиш, когато си подложен на тормоз, потискан и поставен в зависимост, и това да се застъпиш за някой друг. Това означава, отбелязва Юнг, да приемеш и обикнеш грешника в теб така, както можеш да простиш и да подадеш ръка на другия, който също е грешен и несъвършен.

Дори Бог предупреждава: "Отмъщението е Мое. Аз ще въздам отплата". Според тази идейна позиция човек не принадлежи само на себе си. Той не е просто свое собствено притежание, което е свободен да измъчва и тормози. Това е така, първо, защото Битието на всеки от нас е неразривно свързано с Битието на другите и ако ние се отнасяме зле към себе си, това може да има катастрофални последици и за хората около нас. Ясен пример за това са случаите на самоубийство, когато близките и познатите на извършителя са съкрушени и травмирани. И второ, защото във всеки от нас, образно казано, живее искрица от Божественото и тази искрица принадлежи не на нас, а на Бог. В края на краищата, както се казва в Битие, ние сме сътворени по Негов образ. Затова и разполагаме с полубожествените възможности да развием съзнание. Нашето съзнание участва в пораждането на Битието. Ние сме версия на самия Бог, само че "кенотична $^{\cdot \cdot 102}$ - с по-ниска резолюция. Ние също можем посвоему и със собствени думи да създаваме ред от хаоса и обратното. Е, може да не сме Господ Бог, но и не може да се каже, че сме едно "нищо".

Когато в живота ми са настъпвали тежки времена и душата ми е потъвала в мрак, съм се удивлявал на способността на хората да създават приятелства помежду си, да обичат интимните си партньори, родителите и децата си и да правят каквото е нужно, за да може сложната машина на живота да продължи да работи. Имах един познат, пострадал при автомобилна катастрофа и

 $^{^{101}}$ Общо наименование за различните психологически методи и теории, според които всички причини и мотиви за човешкото поведение се коренят в "дълбините на душата", тоест в несъзнаваните части на психиката. Основоположник е Зигмунд Фройд. – E.np.

 $^{^{102}}$ Понятието се свърза с доктрината, че Христос се отказа от Своите божествени качества, за да изпита човешкото страдание. $- Б.ре \partial$.

останал инвалид, който работеше за малък доставчик на комунални услуги. Дълги години след злополуката той се трудеше рамо до рамо с един мъж, който страдаше от дегенеративно заболяване на нервната система. Докато подменяха кабели или тръби, двамата си помагаха и всеки компенсираше физическите ограничения на другия. Мисля, че този всекидневен героизъм е по-скоро правило, отколкото изключение. Повечето хора се борят с един или с повече сериозни здравословни проблеми, но не се оплакват и успяват да бъдат пълноценни в работата си. Дори когато се радваме на един от онези редки периоди на лично благополучие и здраве, винаги има поне един член на семейството ни, който преживява трудности. Независимо от това хората не падат духом и продължават да се борят, за да не се разпаднат самите те, семействата им и обществото като цяло. Този факт ми се струва толкова изумителен, че състоянието на благодарно удивление е единствената реакция, на която съм способен. Потенциалните възможности нещата да се объркат или окончателно да се разпаднат са почти безкрайни, а хората, които не позволяват това да се случи, са преживелите най-много житейски удари. За героизма си те заслужават нашето дълбоко и искрено възхищение. Това е истинско чудо, сътворено от силата на духа и на характера.

В клиничната си практика насърчавам хората да бъдат щедри на похвали към себе си и към околните, когато проявяват старание и усилията им дават резултат, а също и когато показват искрена загриженост и внимание към другите. Хората са толкова изтерзани от ограниченията и изискванията на Битието, че недоумявам как изобщо успяват да постъпват правилно или да виждат по-далече от носа си. Очевидно обаче правят достатъчно много, за да разполагаме с централно отопление, течаща вода, постоянна компютърна мощност, електрическо захранване и с храна за всички. И освен това имат силите да размишляват върху съдбата на обществото и на природата, самата страшна природа. Този сложен механизъм, който ни предпазва да не умрем от измръзване, от глад и от недостиг на питейна вода, вечно е на ръба да излезе от строя заради заобикалящия ни хаос. И единствената причина да продължава да работи учудващо добре е постоянната бдителност на тези сърцати хора. Да, има и такива, които се подхлъзват в ада на презрението и омразата към Битието, но болшинството отказва да се предаде въпреки страданията, разочарованията и загубите, въпреки своите недостатъци и физически несъвършенства. И пак повтарям, това е чудо за онези, които имат очи да го видят.

Човешкият род като цяло и отделните индивиди, които го съставляват, заслужават поне малко симпатия заради непосилния товар, под чиято тежест буквално се огъват; поне някакво съчувствие за суровата участ да бъдат уязвими пред смъртта, пред деспотизма на държавата и въздействието на природните стихии. Това е екзистенциална ситуация, в каквато нито едно

животно не може да попадне и да преживее – толкова жестока, че трябва да си Бог, за да понесеш цялата ѝ тежест. Това съчувствие, тази симпатия, трябва да ни излекува от осъзнатото самопрезрение. Да, това разрушително усещане има своите причини, но е само едната страна на медала. Омразата към себе си и към човечеството трябва да се балансира с признателност за традициите, с удивление и почит към постиженията на обикновените, никому неизвестни хора, да не говорим за смайващите достижения на найзабележителните представители на човечеството.

Ние заслужаваме уважение. Вие заслужавате уважение. Вие сте важни както за себе си, така и за другите. Вие играете незаменима роля за съдбините на този свят. От това следва, че имате моралното задължение да се грижите за себе си. Вие трябва да се отнасяте към себе си с грижа, подкрепа и добрина – както се отнасяте към някого, когото цените и обичате. В този смисъл вероятно трябва да възприемете такъв тип ежедневно поведение, което ще ви позволи да изпитвате уважение към собственото си Битие. И точно така трябва да бъде. Всеки човек е дълбоко несъвършен. И е невъзможно да бъде на висотата на Бог. Но ако този неоспорим факт означаваще, че не сме длъжни да се грижим за себе си така, както се грижим за другите, в края на краищата биха пострадали всички. Това не би довело до нищо добро. Това само би задълбочило несъвършенствата на света, които могат да накарат всеки съвестен човек да се замисли дали светът е такъв, какъвто трябва да бъде. А това не е правилният път напред.

Да се отнасяш към себе си, сякаш си някой, за когото си отговорен, означава да се запиташ кое действително е добро за теб. Не става дума за това "какво искаш" или "какво ще те направи щастлив". Всеки път, щом дадем бонбон на някое дете, то е щастливо. Но това не означава, че не трябва да правим нищо друго, освен да тъпчем децата със сладкиши. Онова, което те прави *щастлив*, невинаги е добро за теб. За децата е добре да ги караме да си мият зъбите и да се обличат добре през зимата, нищо че може да се противят. Трябва да им помогнем да станат добри, отговорни и будни същества, които са способни на взаимност, които умеят да се грижат за себе си и за другите, и живеейки по този начин, да процъфтяват. Защо мислите, че е приемливо да не правите същото и за себе си?

Помислете за бъдещето си и се запитайте: "Какъв може да стане животът ми, ако се грижа добре за себе си? Коя кариера ще ме мотивира да се развивам, да бъда продуктивен и полезен, така че да поема своя дял от отговорността и да се радвам на резултатите? Когато имам възможност, какво мога да направя, за да подобря здравословното си състояние, да разширя познанията си и да направя тялото си по-силно?". Трябва да знаете къде се намирате сега, за да можете да начертаете курса си занапред. Трябва да знаете кои сте, за да сте наясно с какви оръжия разполагате и как да се

мотивирате и подготвите, за да компенсирате слабите си страни. Трябва да знаете къде отивате, за да можете да ограничите хаоса в живота си, да внесете повече ред и да дадете на света божествената сила на Надеждата.

Трябва да определите накъде сте се запътили, за да можете да преговаряте в своя полза, без да се окажете изпълнени с негодувание, озлобление и жестокост. Трябва да формулирате ясно принципите си, за да се предпазите от злонамерените опити на някои да се възползват от вас и за да се чувствате в безопасност, докато работите и се забавлявате. Трябва старателно да се учите на самодисциплина. Трябва да спазвате обещанията, които давате пред себе си, и след това да се награждавате — така ще започнете да си имате доверие и да се чувствате мотивирани. Трябва да решите как ще се отнасяте към себе си, така че да се превърнете в добър човек и да останете такъв. Хубаво би било да превърнете и света в по-добро място. Все пак Раят няма да се възцари от само себе си на земята. Ние трябва да се потрудим за това, трябва да станем по-силни, за да се изправим пред страшните ангели и пламтящия меч на възмездието, които Бог е поставил пред райските порти.

Не подценявайте силата на ясната визия и посока. Това са мощни оръжия, които имат способността да превръщат непреодолимите на пръв поглед препятствия в проходими пътища и изобилие от възможности. Оръжия, които укрепват силата на всеки човек. Започнете от себе си. Погрижете се за себе си. Определете кои сте вие. Усъвършенствайте личността си. Изберете своята посока и формулирайте ясно смисъла на Битието си. Както брилянтно отбелязва великият немски философ Фридрих Ницше: "Онзи, който има защо да живее, може да понесе почти всяко как". 103

Вие можете да помогнете траекторията, по която се движи светът, да се промени така, че той да се приближи малко повече към Рая и малко да се отдалечи от Ада. След като веднъж сте опознали Ада и, така да се каже, вече сте го проучили – особено своя собствен, личен ад, – тогава можете да решите никога повече да не стъпвате на това място, нито сами да го създавате. Тогава можете да изберете друга посока. Можете дори да посветите живота си на тази цел. Това ще ви изпълни с усещане за Смисъл, с главно С. Ще оправдае окаяното ви съществуване. Ще бъде изкупление за грешната ви природа и ще замени срама с естествената гордост и непринудена увереност на човек, който се е научил да се разхожда заедно с Бог в Неговата градина.

За начало започнете да се отнасяте към себе си като към човек, за когото сте отговорни.

¹⁰³ Nietzsche, F.W. & Kaufmann, W.A. (1982). *The portable Nietzsche*. New York: Penguin Classics (Maxims and Arrows 12).



ПРАВИЛО 3. ПОДБИРАЙТЕ СИ ТАКИВА ПРИЯТЕЛИ, КОИТО ВИ ЖЕЛАЯТ НАЙ-ДОБРОТО

Старият роден град

Градът, в който израснах, е отвоюван от безкрайната равна Северна прерия само петдесет години преди да се родя. Феървю, Албърта, е бил част от границата и доказателство за това са отдавна затворилите каубойски барове. По онова време "Хъдсънс Бей Ко", универсалният магазин на Главната улица, все още изкупуваше кожи от бобри, вълци и койоти направо от местните трапери. Там живееха три хиляди души, на шестстотин и четиресет километра разстояние от най-близкия град. Кабелната телевизия, видео игрите и интернет не съществуваха. Във Феървю нямаше порядъчен начин да се забавляваш, особено през дългата пет месеца зима, когато беше нормално дневните температури да падат до минус четиресет градуса, а нощните – още повече.

Светът е различен, когато навън е толкова студено. Пияниците в родния ми град се прощаваха рано с окаяния си живот. Когато се напиваха безпаметно и към три сутринта се строполяваха в несвяст в някоя снежна пряспа, просто умираха от измръзване. Никой нормален човек не излиза навън, когато термометърът показва четиресет градуса под нулата. Още щом си поемеш дъх, сухият пустинен въздух сковава белите ти дробове. Миглите ти се покриват със скреж и се слепват. Ако излезеш с леко влажна коса, тя се превръща в лед, а после, щом влезеш на топло и изсъхне напълно, се наелектризира и щръква призрачно във всички посоки. Децата никога не правят повторен опит да допрат език до желязната катерушка. Пушекът от комините не се издига нагоре. Победен от студа, той се спуска надолу и се събира като мъгла над покритите със сняг покриви и дворове. Нощем двигателите на колите трябва да се включват към специален нагревател, защото в противен случай на сутринта автомобилът отказва да запали. Понякога това се случва въпреки всичко. Завърташ ключа в стартера – един, втори, трети път, а накрая двигателят се задавя и замлъква окончателно. След това с вкочанени от студа пръсти развиваш клемите на замръзналия акумулатор и го внасяш вкъщи. Оставяш го на топло за няколко часа, за да може да осигури прилично захранване. Друго неудобство е, че през задното стъкло на автомобила не се вижда нищо. То замръзва през ноември и започва да се топи през май. Да се опитваш да изстържеш леда, няма особен смисъл – най-много да повредиш стъклото.

Един път късно вечерта тръгнахме е кола, за да се видим с наш приятел. Два часа седях на ръба на седалката до шофьора в един "Додж Чаланджър", 1970-та, като прилежно търках предното стъкло с парцал, напоен с водка, тъй като парното беше отказало. А да спрем, не беше вариант. Наоколо просто нямаше къде да се спре.

За котките зимата е ад. Домашната котка във Феървю има къси уши и опашка, защото се е разделила с връхчетата им в резултат на измръзване. С течение на времето тя е заприличала на арктическата лисица и е развила такива външни белези, които да ѝ помагат да се бори с жестокия студ. Един ден нашият котарак се беше измъкнал навън, без никой да забележи. Открихме го доста по-късно залепнал на леденостудените циментови стъпала пред задната врата, където беше решил да поседне. Много внимателно го отстранихме от цимента, така че нямаше никакви трайни поражения (ако изключим тежко пострадалата му гордост). Друга сериозна опасност за котките във Феървю през зимата представляваха автомобилите. Не е това, което си мислите. Причината не е, че колите поднасяха по заледените улици и просто ги прегазваха. Само една жалка котка би допуснала да умре по този начин. Действителната опасност идваше от паркиралите автомобили, по-точно онези, които допреди малко са били в движение. Премръзналите котки често се промъкват под капака и се настаняват върху все още топлия двигател. Какво би станало обаче, ако шофьорът потегли отново, докато животното все още е там? Да кажем, че търсещите топлинка домашни любимци просто не живеят дълго и щастливо в близост до бясно въртящите се перки на радиатора.

Тъй като Феървю е разположен доста на север, суровите зими бяха много тъмни. През декември слънцето изгряваше чак в 9:30 сутринта. На път за училище газехме в снега още по тъмно. Дори на връщане, малко преди ранния заник на слънцето, не беше много по-светло. За младите хора Феървю не предлагаше кой знае какви развлечения, дори през летните месеци. Но през зимата положението беше най-страшно. Тогава разбираш колко важно нещо са приятелите. Повече от всичко друго.

Моят приятел Крис и неговият братовчед

Тогава имах един приятел. Ще го наречем Крис. Той беше голям умник. Четеше много. Харесваше същия вид научна фантастика. какъвто харесвах и аз (Бредбъри, Хайнлайн, Кларк). Обичаше да изобретява разни неща. Интересуваше се от всякакви електронни джаджи, устройства и двигатели. Беше роден за инженер. Само че някакъв проблем в семейството хвърляше сянка върху всички тези качества. Така и не разбрах какъв. Сестрите му също бяха умни, баща му говореше с кротък, приятен глас, а майка му беше мила

жена. С момичетата всичко беше наред. Но Крис изглеждаше, сякаш е бил изоставен, лишен от грижата и вниманието, от които е имал нужда. Въпреки интелигентността и вроденото си любопитство той излъчваше гняв, огорчение и безнадеждност.

Всичко това се материализираше в неговия син форд пикап, 1972-ра. Тази знаменита, здраво очукана машина имаше поне по една вдлъбнатина на всеки от четирите калника. По-лошото беше, че равен брой вдлъбнатини покриваше и вътрешната страна на купето. Те пък се появиха от съприкосновението на возещите се вътре приятели със стените на купето при честите инциденти, причинени от външните вдлъбнатини. Пикапът на Крис беше екзоскелетът на един нихилист. На задната му броня стоеше перфектният стикер: "Внимавай с идиота зад мен". Иронията на това послание в комбинация с огънатите калници издигаше посланието до висотата на "театър на абсурда".

Във всичко това нямаше почти нищо... случайно (така да се каже).

Всеки път, когато Крис удряше пикапа по-сериозно, баща му поправяще колата и му купуваше още някакво возило. Така той се сдоби с мотоциклет и с каравана за сладолед. Крис изобщо не поглеждаше мотоциклета и не продаде нито една фунийка сладолед. Той често се оплакваше и от баща си, и от взаимоотношенията помежду им. Още тогава баща му беше на възраст и с разклатено здраве — диагнозата му поставиха много след това. Дори за годините си изглеждаше твърде съсипан и изморен. Сега си мисля, че може би не обръщаше внимание на сина си, защото силите не са му стигали. И може би това е единствената причина за пробойната в отношенията им.

Крис имаше братовчед, който се казваше Ед и беше с около две години помалък от него. Харесвах го, доколкото е възможно да харесваш по-малкия братовчед на приятеля си. Той беше високо, умно, чаровно и красиво дете. Не му липсваше и остроумие. Да бяхте го видели на дванайсет години, веднага бихте му предрекли блестящо бъдеще. Ед обаче бавно пое по наклонената плоскост, изпадайки в една доста замаяна, инертна форма на съществуване. Той не таеше в себе си силния гняв, който Крис имаше, но беше също толкова объркан. Ако познавахте приятелите на Ед, вероятно щяхте да заключите, че влиянието на средата е причината да поеме по пътя на деградацията. Впрочем младежите от въпросната среда не изглеждаха нито пообъркани, нито по-пропаднали от самия него, просто бяха по-глупави. Трябва да отбележа също, че състоянието и на Ед, и на Крис не се подобри особено, след като двамата откриха марихуаната. Марихуаната, между другото, не е по-опасна от алкохола. А в някои състояния даже помага. Но тя не помогна на Ед. Не помогна и на Крис.

За да се развличаме през дългите вечери, Крис, Ед и аз (което правеха и останалите тийнейджъри) кръжахме из града с нашите автомобили и пикапи

от седемдесетте. Обикновено поемахме по Главната улица, после по "Железопътна", минавахме покрай сградата на местната гимназия и щом стигнехме най-северната точка на града, обръщахме на запад (или пък от главната улица към северната част на града и оттам на изток) и после обратно, все по този маршрут. Понякога излизахме от Феървю и поемахме по някой извънградски път. Преди един век топографите са изградили широка мрежа от пътища, покриваща цялата площ от близо петстотин хиляди квадратни километра, на които се простира огромната западна прерия. В посока север, през всеки три километра тръгваше по един черен, покрит с чакъл път, който се точеше безкрайно напред – от изток на запад. А в западна посока почти на всеки километър започваше път, който водеше на север и на юг. Определено не страдахме от липса на пътища.

Изгубеният свят на тийнейджърите

Когато не обикаляхме с колите из града или по черните пътища, се събирахме на купони. От време на време някой сравнително млад възрастен (или някой сравнително смахнат по-стар възрастен) отваряше дома си за приятели и за известно време той ставаше пристан за всевъзможни "партиразбивачи". Тези елементи бяха силно нежелани още от самото начало или ставаха такива, когато се напиеха. Понякога обаче купоните се вдигаха спонтанно, когато лековерните родители на някой тийнейджър заминаваха извън града. Пасажерите на колите и пикалите, които вечно патрулираха из града, забелязваха, че в къщата свети, но че семейният автомобил не е паркиран отпред. Обикновено това не вещаеше нищо добро. Ситуацията много бързо можеше да излезе извън контрол.

Не харесвах тийнейджърските купони. Когато се сещам за тях, не изпитвам и капка носталгия. С две думи, противна история. Светлините винаги бяха приглушени, което на свой ред намаляваше самосъзнанието до нула. За сметка на това музиката беше прекалено висока и пречеше на всеки опит за разговор. Не че имаше за какво да си говорим. На тези купони винаги присъстваха поне двама от психопатите на града. Прекаляваше се с алкохола и с цигарите. Във въздуха неизменно витаеше едно ужасно потискащо чувство за безсмисленост и безцелност и никога нищо не се случваше (ако не броим онзи път, когато един от най-кротките ми съученици, пиян до козирката, започна да размахва заредена 12-калиброва пушка; или когато момичето, за което после се ожених, обиди невъзмутимо един тип, докато той я заплашваше с нож; или когато друг се покатери на едно високо дърво, залюля се на един от клоните и полумъртъв се строполи по гръб непосредствено до лагерния огън, който преди това беше запалил отдолу, а точно една минута по-късно изпълнението му повтори малоумният му

приятел).

Защо, по дяволите, продължавахме да ходим на тези купони? С надеждата да се появи някоя мажоретка? В очакване на Годо? 104 Всички биха предпочели първото (макар че отборите от мажоретки бяха рядкост за нашия град), но второто беше много по-близо до истината. В идеалния случай, тъй като бяхме отегчени до смърт от празното си ежедневие, всички ние би трябвало да реагираме с готовност при първата възможност да се ангажираме с нещо смислено. Но истината не беше такава. За възрастта си ние бяхме прекалено цинични, отегчени от живота и скептично настроени към чувството за отговорност. И затова не гледахме сериозно на клубовете по дебати, на "Въздушните кадети" 105 и спортните занимания в училище, които родителите ни се опитваха да организират. Да правиш нещо, просто не беше яко. Нямам представа какъв е бил животът на тийнейджърите, преди бунтарите от края на шейсетте да посъветват младите хора: включи се, настрой се, откажи се 106 . През 1955-та например нормално ли е било за един тийнейджър да бъде предан на клуба или на отбора си? Защото двайсет години по-късно вече не беше така. Мнозина от нас се включиха и се отказаха. Но не всички успяха да се настроят.

Исках да съм някъде другаде. И не бях единственият. Всеки, който в крайна сметка напусна родния Феървю, знаеше, че това ще се случи, преди да е навършил двайсет. Аз също го знаех. Знаеше го и съпругата ми, с която отраснахме на една и съща улица. Знаеха го и приятелите ми, част от които действително заминаха – независимо какви бяха плановете им за живота. В семействата, в които се държеше на образованието, това беше толкова очевиден факт, че се разбираше от само себе си. Колкото до децата от помалко образованите семейства, в тяхната концептуална реалност просто не фигурираше идеята за бъдеще, включващо думата университет. Проблемът обаче не беше в парите. Таксите за висше образование по онова време бяха много ниски, а в Албърта имаше достатъчно и добре платена работа. Във

 104 "В очакване на Годо" е пиеса на ирландския драматург Самюъл Бекет. Определя се като емблематична за "театъра на абсурда". – E.np.

 $^{^{105}}$ Royal Canadian Air Cadets — Кралски канадски въздушни кадети — национална младежка програма, която развива и поддържа интереса на младите хора към авиацията и предлага теоретична и практическа подготовка за желаещите да изградят кариера в областта на въздушните сили. — E.np.

 $^{^{106}}$ Фразата е популяризирана през 1966 г. от американския психолог Тимъти Диъри по време на събитие, свързано с хипи движението. В автобиографичната си книга, написана след много години, Диъри обяснява, че "включи се" означава да се обърнеш навътре и да активираш невронния и генетичния материал, с който разполагаш (според него за това помагат и наркотиците); "настрой се" — да взаимодействаш хармонично с околния свят; а "откажи се" описва процеса на активно и внимателно освобождаване от нежеланите или неосъзнати задължения и ангажименти. — E.np.

фабриката за шперплат, където работех през 1980-та, печелех много повече, отколкото през следващите двайсет години, независимо от това с какво се занимавах. През 70-те години на миналия век в богатата на петрол Албърта нямаше човек, който да се е разминал с университета поради финансови притеснения.

Някои по-различни и някои от същите приятели

В гимназията, след като всички от старата ми тайфа приключиха с ученето, се сприятелих с две нови момчета. Те не бяха от Феървю и живееха на пансион. Училището в родния им град, който беше още по-затънтен и носеше уместното име Мечия каньон, беше само до девети клас. И двамата имаха големи амбиции. Бяха сериозни и целеустремени, но също и готини и много забавни. Когато заминах да уча в окръжния колеж "Гранд Прери", на сто и четиресет километра от Феървю, с единия от тях станахме съквартиранти. Приятелят му продължи образованието си на друго място. И двамата се целеха нависоко. Намерението им да успеят даде тласък и на моите амбиции.

Когато пристигнах в колежа, бях безгрижен като птичка. Намерих си нова, по-голяма компания от връстници, с които споделяхме едни и същи интереси. Към нас се присъедини и приятелят ми от Мечия каньон. Всички се увличахме по литература и философия. Заехме се с управлението на ученическия съюз. Направихме го доходоносен за първи път в историята му, като организирахме вечери с танци (как можеш да си на минус, ако продаваш бира на колежани?). Започнахме да издаваме вестник. Запознахме се с преподавателите по политология, биология и английска литература на скромните семинари, които се провеждаха още в първата ни година. Водещите на семинарите се радваха на ентусиазма ни и се стараеха наистина да ни научат на нещо. Опитвахме се да изградим по-добър живот.

Започнах да се отърсвам от миналото си. В малкия град всеки те познава. Влачиш изминалите години след себе си като куче, което се опитва да избяга от консервните кутии, завързани за опашката му. Не можеш да избягаш от човека, който си бил. Преди животът ни не беше в интернет, и слава богу, но се съхраняваше също толкова незаличимо в споделените ни и премълчавани очаквания и спомени.

Когато отиваш на ново място, животът поне за известно време се изпълва с несигурност. Това е огромен стрес, но хаосът винаги крие нови възможности. Хората нямат свързани с миналото ти представи, в които да те оковат. Старите навици се изтръскват от теб, сякаш от брашнен чувал. След това можеш да си изградиш нови по-добри навици, да срещнеш хора, които се стремят към по-смислени цели. Мислех, че това е естественото развитие на нещата. Мислех, че всеки, който отива на ново място, изпитва – и желае

да изпита – това възраждащо преживяване. Но се оказа, че невинаги е така.

Веднъж (тогава още бях на петнайсет) с Крис и с още един приятел на име Карл отидохме до Едмънтън, град с шестстотин хиляди души население. Карл никога не беше ходил в толкова голям град, в което нямаше нищо необичайно. Все пак пътят от Феървю до Едмънтън и обратно беше близо хиляда и триста километра. Лично аз често бях пътувал до Едмънтън, със или без родителите ми. Харесвах анонимността на големия град. За мен той беше ново начало, беше бягство от потискащата, ограничена и невръстна култура на родния ми град. И така, убедих двамата си приятели да направим това пътуване. Те обаче нямаха същия опит като мен. Щом пристигнахме, Крис и Карл пожелаха да си купят трева. Затова се отправихме към онзи район на Едмънтън, който пресъздаваше най-лошото от Феървю. Там открихме същите съмнителни на вид улични дилъри на марихуана. Останалата част от уикенда прекарахме в хотелската стая, наливайки се с алкохол. Да, изминахме целия този път и накрая не отидохме никъде.

След години станах свидетел на един още по-потресаващ пример за това. Точно тогава се преместих в Едмънтън, за да завърша бакалавърската си степен. Със сестра ми, която учеше за медицинска сестра, наехме общ апартамент. Тя беше от хората, за които се казва "шило в торба не стои". (Само след няколко години тя тръгна да обикаля света, като садеше ягоди в Норвегия, организираше сафарита в Африка, прекарваше камиони през опасните, контролирани от туарегите 107 райони на Сахара, или се грижеше за горилите сирачета в Конго.) Квартирата ни беше уютно местенце в един новопостроен небостъргач с изглед към просторната долина на река Северен Саскечуан. Отвъд реката се откриваше широката панорама на града. В пристъп на въодушевление купих едно красиво пиано "Ямаха". Така мястото стана още по-приятно.

Тогава от клюкарската мрежа дочух, че Ед, по-малкият братовчед на Крис, се е преместил в града. Помислих си, че това е добър знак. Един ден той се обади и го поканих да се видим. Исках да разбера как се справя. Надявах се, че е успял да реализира поне част от потенциала, който навремето забелязах у него. Колко далече бях от истината! Ед, който се появи на вратата ми, изглеждаше състарен, оплешивял и прегърбен. Пред мен стоеше един все още млад неудачник, а не обещаващият млад мъж, когото очаквах да видя. Зачервените му, подути очи издаваха редовна употреба на наркотици. Обясни ми, че е започнал работа – косял морави и в редки случаи се занимавал с озеленяване, в което не би имало нищо притеснително, ако беше студент или човек без възможности, който може само толкова. Но за интелигентен мъж като него тази работа беше чисто и просто мизерна.

 $^{^{107}}$ Африкански номадски етнос, обитаващ голяма територия от Сахара. – *Б. пр.*

Придружаваше го някакъв приятел.

Приятелят му беше този, който ми направи по-силно впечатление. Изглеждаше неадекватен. Беше надрусан. Дрогиран до умопомрачение. Може да се каже, че мозъкът му и нашият приятен образцов апартамент не обитаваха една и съща реалност. Сестра ми също беше с нас. Тя познаваше Ед и не за пръв път виждаше подобно нещо. Но аз изобщо не бях доволен, че Ед е довел този субект в дома ни. Ед седна. Приятелят му последва неговия пример, макар че се съмнявам, че съзнаваше какво прави. Беше истинска трагикомедия. Въпреки че Ед също беше надрусан, не беше изгубил способността да изпитва неудобство. Отпихме от бирата, а приятелят на Ед погледна нагоре и съумя да произнесе: "Всичките ми атоми са пръснати по тавана". Едва ли някога са изричани думи, които съдържат толкова истина.

Дръпнах Ед настрана и любезно го помолих да си вървят. Казах му, че не биваше да води със себе си тази жалка отрепка. Той кимна. Разбираше. От това се почувствах още по-зле. По този повод доста след това получих писмо от братовчед му Крис. Включих го в първата си книга "Карти на смисъла: Архитектура на вярата", която излезе през 1999 година. "Някога имах приятели – пишеше Крис. – Някога. Това беше всеки, който изпитваше достатъчно самопрезрение, за да ми прости за моето". 108

Защо Крис, Карл и Ед не можеха (или по-лошо, не желаеха) да се преместят или да си намерят други приятели и така да подобрят обстоятелствата в живота си? Беше ли това неизбежна последица от собствените им ограничения, зараждащи се заболявания и травми от миналото? Все пак хората се различават значително и на структурно ниво, и по своите предопределености. Те се различават по своята интелигентност, която до голяма степен може да се опише като умението да учат и да се променят. Хората са разнородни и по характера си. Някои са активни, а други — пасивни, някои са нервни, други — спокойни. На всеки мотивиран да успее индивид съответства такъв, на когото му е все едно. Тези различия са дълбоко вкоренени. Да не забравяме и болестта. Умствена или физическа, диагностицирана или невидима, тя е поредното условие, което ограничава и моделира живота ни.

На трийсет и няколко години Крис преживя тежък психичен срив, след като години наред флиртуваше с безумието. Малко след това той се самоуби. Дали редовната употреба на марихуана изигра ролята на катализатор, или пък беше приемливо средство за облекчаване на проблемите му? Както знаем, някои щати, като Колорадо например, които легализираха марихуана-

¹⁰⁸ Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief.* New York: Routledge, p. 264.

та, отбелязаха спад в употребата на предписвани с рецепта болкоуспокояващи. ¹⁰⁹ Всъщност тревата може да не е навредила, а да е помогнала на Крис. Може да е облекчила страданията му, без да задълбочава нестабилното му състояние. Дали това, което го доведе до финалния срив, не беше нихилистичната философия, която изповядваше? Какъв беше този нихилизъм: последица от влошеното му здраве или начин да намери рационално оправдание за нежеланието си да се гмурне смело, но отговорно в живота? Защо — подобно на братовчед си и на някои от другите ми приятели предпочиташе хората и местата, които не му влият добре?

Когато хората имат ниско мнение за собствената си ценност или (може би) когато отказват да поемат отговорност за живота си, избират новите си познати като точно копие на онези, които в миналото са им създавали неприятности. Те не вярват, че заслужават нещо по-добро, и затова не го търсят. А може би това "по-добро" според тях е свързано с прекалено много усилия. Фройд нарича този психичен феномен "принудително повторение". Обяснява го като несъзнателен импулс да се повтарят травматичните ситуации от миналото – понякога с намерението да се формулират по-ясно, друг път в опит да се овладеят по един по-активен начин или просто защото пресъздаването им отново и отново е единствената алтернатива. Хората изграждат света, в който живеят, със средствата, с които в този момент разполагат. Неподходящите средства водят до неподходящи резултати. Повторното използване на едни и същи неподходящи средства създава едни и същи неподходящи резултати. По този начин хората, които не успяват да се поучат от миналото, сами се обричат на това да го повтарят. Отчасти това е съдба. Отчасти е неспособност да се справят. И отчасти... Какво всъщност? Нежелание да се поучат? Отказ да се поучат? Осъзнат отказ да се поучат?

Спасяване на обречените

Хората са склонни да си избират неподходящи приятели и по други причини. Например, защото искат да спасят някого. Въпреки че е по-типичен за младите хора, този импулс се среща и при по-възрастните, които са прекалено добри или прекалено наивни, или които доброволно си затварят очите. Някои ще възразят: "Прекрасно е да виждаш най-доброто у хората. А желанието да помогнеш е най-висшата добродетел". Но не всеки неудачник е жертва и не всеки паднал на дъното иска да се изправи (разбира се, има и такива, които не само искат, но и успяват). Много често хората са склонни

¹⁰⁹ Miller, G. (2016, November 3). Could pot help solve the U.S. opioid epidemic? *Science*. Източник: https://www.sciencemag.org/news/2016/11/could-pot-help-solve-us-opioid-epidemic

да приемат и дори да преувеличават собственото си страдание (и това на другите), за да могат да го размахват като доказателство за несправедливостта на живота. Сред най-угнетените има немалко тирани, макар че заради ниския си статус мнозина от тях са просто подражатели на тирани. В конкретен момент това може да е най-лесният път, но в дългосрочен план е истински ад.

Представете си един човек, който не се справя с живота. Той се нуждае от помощ. Възможно е дори да желае да му се помогне. Само че не е толкова лесно да се направи разлика между някой, който действително се нуждае от помощ и желае да я получи, и някой, който само се възползва от чуждата отзивчивост. Тази разлика е трудно доловима дори за човека, който иска да получи помощ (и вероятно ще експлоатира притеклия му се на помощ). Този, който непрекъснато полага усилия и непрекъснато се проваля, като след всеки пореден провал получава съчувствие, много често се оказва от онзи тип хора, които искат да им повярват, че наистина се стараят.

Когато не се дължи на наивитет, поривът да спасиш някого често се подхранва от суета и нарцисизъм. Тази тема се разглежда детайлно от неповторимия руския писател Фьодор Достоевски в пропитата с горчивина повест "Записки от подземието", която започва със следната знаменита реплика: "Аз съм болен човек... Лош човек съм. Непривлекателен човек. Мисля, че ме боли черният дроб". Това е изповедта на един жалък, арогантен човек, обитаващ временно подземието на хаоса и отчаянието. Той подлага личността си на безмилостен анализ, но така заплаща само за сто свои гряха, а е извършил хиляда. Смятайки, че ги е изкупил, човекът извършва найтежкото от многобройните си прегрешения. Той предлага да помогне на едно наистина нещастно създание – Лиза, една от жените на деветнайсети век, която в отчаянието си става проститутка. Кани я на гости, като ѝ обещава да върне живота ѝ в правия път. Докато я чака да се появи и размишлява, той все повече се вживява в ролята на месия:

Но мина ден, втори, трети — тя не идваше и аз почнах да се успокоявам. Особено се ободрявах и отпусках след девет часа, дори почвах понякога да мечтая, и то доста сладко: "Аз например спасявам Лиза тъкмо с това, че тя идва при мен, а аз ѝ говоря... Аз я развивам и просвещавам. Най-сетне забелязвам, че тя ме обича, страстно ме обича. Аз се преструвам, че не разбирам (не зная впрочем защо се преструвам; така, за хубост навярно). Най-после цялата смутена, прекрасна, треперейки и ридаейки, тя се хвърля в нозете ми и казва, че аз съм нейният спасител и че тя ме обича повече от всичко на света. 110

 $^{^{110}}$ Достоевски Ф. М., *Записки от подземието*, прев. Димитър Подвързачов, изд.

Това са празни фантазии, които подхранват единствено нарцисизма на човека от подземието. За самата Лиза те са опасни. Спасението, което той ѝ предлага, изисква много повече отдаденост и зрялост, отколкото мъжът е готов да прояви. За това са нужни воля и характер, каквито той не притежава — нещо, което бързо осъзнава и също толкова бързо премисля. Накрая, в отчаянието си да намери изход, Лиза се появява в мрачната му квартира и залага всичките си надежди на това посещение. Тя казва на човека от подземието, че иска да са раздели със сегашния си начин на живот. Какъв е неговият отговор ли?

- За какво си дошла при мен, я ми кажи, моля ти се? почнах аз, задъхвайки се и дори без да се съобразявам с логичния ред на думите си. Искаше ми се да изкажа всичко наведнъж, на един дъх; дори не се погрижих как да почна.
- Защо си дошла? Отговаряй! Отговаряй! виках аз, едва помнейки се. Аз ще ти кажа, любезна, защо си дошла. Дошла си, защото аз тогава ти казах жалки думи. И ето ти си се разнежила и пак ти са се при щели "жалки думи". Но знай, знай, че тогава аз ти се надсмивах. И сега ти се надсмивам. Защо трепериш? Да, надсмивах се! Преди това ме бяха оскърбили през време на един обед същите ония, които дойдоха тогава преди мен. Аз дойдох при вас, за да набия едного от тях, офицера; но не успях, не ги заварих; все трябваше да отмъстя някому за обидата, да си постигна целта, ти ми се изпречи и аз над теб излях злото и ти се надсмях... Мене ме бяха унизили, затова и аз исках да унизя; като парцал ме бяха смачкали, затова и аз исках да покажа власт... Ето какво беше, а ти си мислила, че аз нарочно съм дошъл тогава да те спасявам, нали? Нали си мислила това? Нали си го мислила?

Знаех, че тя може би ще се обърка и не ще разбере подробностите; но знаех също, че много добре ще разбере същността. Така и стана. Тя побледня като платно, искаше да продума нещо, устните ѝ болезнено се изкривиха; но падна на стола, сякаш я подсякоха с брадва. И през всичкото време сетне ме слушаше с отворени уста, отворени очи и трепереща от ужасен страх. Цинизмът, цинизмът на моите думи я смаза... 111

¹¹¹ Достоевски Ф.М., *Записки от подземието*, прев. Димитър Подвързачов, изд. "Захарий Стоянов", 2005 г. – *Б.пр*.

[&]quot;Захарий Стоянов", София, 2005 г. – E.np.

Прекаленото самомнение, безразличието и чистата злоба на човека от подземието попарват и последните надежди на Лиза. И той ясно го осъзнава. Най-лошото е, че част от него желае да постигне точно това. И той го знае. Но омерзението от собствената подлост не превръща подлеца в герой. В героя трябва да има добро – отсъствието на зло не е достатъчно.

Вероятно ще възразите: Но нали самият Исус е подавал ръка на бирници и проститутки. Как смея да съдя за мотивите им онези, които се опитват да помагат? Исус обаче е архетипният образ на идеалния човек. А вие сте найобикновени хора. В желанието си да измъкнете някого от блатото, той може да затъне още повече и освен това да повлече и вас. Да вземем за пример един ръководител, който отговаря за изключителен екип от служители, като всеки от тях се стреми към постигането на някаква колективна цел: те са посветени на работата си, пълни с идеи, блестящи и сплотени. Ръководителят на този екип обаче е натоварен със задачата да отговаря за още един човек, който не е част от екипа и който показва слаби резултати. В порив на вдъхновение добронамереният мениджър решава да премести проблемния служител в своя блестящ екип, като се надява, че примерът на другите ще го накара да се стегне. Как мислите, какво се случва? Психологическата литература има ясно мнение по този въпрос. 112 Дали некадърният натрапник веднага се взема в ръце, за да даде най-доброто от себе си? Не. Вместо това целият екип започва да затъва. Новодошлият продължава да се държи цинично, арогантно и невротично. Той се оплаква. Скатава се. Пропуска важни съвещания. Некачествената му работа причинява забавяне и трябва да бъде свършена отново от другите. Въпреки това на некадърника продължава да се плаща както на колегите му от екипа. Те се трудят съвестно и започват да се чувстват излъгани. "Защо трябва аз да се скъсвам от работа, за да завърша този проект – мисли си всеки от тях, – когато новият колега не си помръдва и малкия пръст?" Същото нещо се случва и когато някой добронамерен училищен съветник решава да премести проблемен тийнейджър в група от сравнително възпитани деца. Превес взема лошото, а не доброто поведение. 113 Пътят надолу е много по-лесен от този нагоре.

Може би спасявате някого, защото сте силен, благороден и доброжелателен човек, който се стреми да постъпва правилно. Възможно е обаче (и доста по-вероятно) да желаете да блеснете с неизчерпаемите си запаси от

Barrick, M. R., Stewart, G. L., Neubert, M. J., and Mount, M. K. (1998). "Relating member ability and personality to work-team processes and team effectiveness." *Journal of Applied Psychology*, 83, 377-391; за сходния ефект при децата вижте Dishion, T. J., McCord, J., & Poulin, F. (1999). "When interventions harm: Peer groups and problem behavior." *American Psychologist*, 54, 755-764.

¹¹³ McCord, J. & McCord, W. (1959). "A follow-up report on the Cambridge-Somerville youth study." *Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 32, 89-96.

състрадание и великодушие. Може да го правите също, за да убедите самия себе си, че силата на характера ви не е страничен ефект на късмета, който сте извадили по рождение. Или просто защото е много по-лесно да изглеждате благонадеждни на фона на някой, който е напълно безотговорен.

Засега нека приемем, че правите най-лесното, а не най-трудното нещо.

Ако например ти си невъздържан алкохолик, тогава моят навик да си пийвам с приятели ще изглежда като нещо безобидно. С дългите сериозни разговори, които водим за твоя разпадащ се брак, ти убеждаваш себе си, че наистина се стараеш, а аз убеждавам себе си, че ти помагам с каквото мога. Изглежда така, сякаш и двамата полагаме усилие. Сякаш постигаме нещо. Но истинското развитие изисква много повече и от теб, и от мен.

Можете ли да сте сигурни, че човекът, който умолява да бъде спасен, не е приел своето нарастващо и безсмислено страдание, защото така е по-лесно, отколкото да се нагърби с истинска отговорност? Не поощрявате ли една заблуда? Възможно ли е презрението ви да се окаже по-благотворно от съжалението?

А може би нямате намерение, искрено или неискрено, да спасявате когото и да било. Общувате с неподходящи за вас хора не защото някой има полза от това, а защото така е по-лесно. И вие го знаете. Знаят го и приятелите ви. Свързва ви едно негласно споразумение: избрали сте нихилизма, провала и онзи вид страдание, който е напълно безсмислен. Заради настоящето сте готови да пожертвате бъдещето. Но за тези неща не се говори. Никой от вас не е изричал: "Хайде да поемем по най-лесния път. Да живеем за мига, каквото и да ни предложи. И нека се разберем, никакво натякване. Така е полесно да забравим в какво сме се забъркали". Не споменавате и дума за това.

Но всеки от вас е наясно как стоят нещата.

Преди да решите да помагате на някого, поинтересувайте се защо този човек е в беда. Неразумно е да приемате, че той или тя е невинна жертва на несправедливите обстоятелства. Това е най-невероятното, а не най-правдоподобното обяснение. И клиничният, и житейският ми опит показват, че нещата никога не са толкова прости. Освен това, ако се хванете на въдицата, че всички беди са се случили от само себе си и жертвата не носи никаква отговорност за положението си, значи да отречете, че този човек е имал някакво влияние върху миналото си (и оттам – върху настоящето и бъдещето). По този начин вие го лишавате от всякаква власт върху живота.

Много по-вероятно е един човек да се откаже от пътя нагоре просто защото е прекалено стръмен. Може би това е и вашата спонтанна реакция, когато се окажете в трудна ситуация. Не мога да се справя, казвате си тогава. Може би наистина е така. Може би нямате сили да направите следващата крачка. Замислете се обаче: провалът е нещо, което всеки може да разбере. Никой не се нуждае от обяснение за неговото съществуване. По същия начин никой не

се нуждае от обяснение за страха, омразата, зависимостта, сексуалната безразборност, предателството и лъжата. Съществуването на порока и човешката склонност към него със сигурност не се нуждаят от обяснение. С пороците е лесно. С провала също. По-лесно е да се откажеш от бремето на проблемите. По-лесно е, когато не мислиш, не действаш и не полагаш усилия. По-лесно е да оставиш днешната работа за утре и да удавиш тревогата за предстоящите месеци и години в евтини удоволствия сега. Както казва противният баща на клана Симпсън точно преди да излее в устата си буркан, пълен с водка и майонеза: "Това е проблем на бъдещия Хоумър. Боже, жал ми е за този тип!". 114

Как мога да знам, че страданието ти не е просто търсене на внимание и домогване до моите ресурси, за да можеш най-ненадейно да предотвратиш неизбежното? А може би вече не те е грижа за предстоящата катастрофа, но все още не искаш да го признаеш. Може би помощта ми няма (и не може) да поправи нищо, а просто ще отложи момента, в който ще трябва да се изправиш пред прекалено ужасното лично осъзнаване. Или може би твоето нещастие трябва да се превърне в мое нещастие, така че аз също да се проваля и пропастта между нас, която усещаш толкова болезнено, да намалее, докато въпреки всичко продължаваш да деградираш и пропадаш. Как мога да съм сигурен, че няма да започнеш тази игра? Как мога да съм сигурен, че самият аз не се преструвам на отговорен и само се правя, че ти "помагам", за да не се налага аз да се заема с нещо наистина трудно – и наистина възможно?

Може би твоето нещастие е оръжието, което размахваш в омразата си към онези, които продължават да вървят нагоре, докато ти само чакаш и продължаваш да затъваш. Може би искаш да покажеш, че светът е несправедлив и че нещастието ти е доказателство именно за това, а не за твоите грехове, за твоята посредственост и за съзнателния отказ да се бориш и да живееш. Може би си твърдо решен да продължиш да страдаш заради провала си. Може би това е твоето отмъщение към Битието. И как да ти бъда приятел при това положение? Как бих могъл?

Успехът – това е мистерията. Добродетелта – това е, което е необяснимо. А за да се провалиш, е достатъчно да развиеш няколко лоши навика и да чакаш "да дойде твоя час". И ако развиваш лошите навици и чакаш този момент достатъчно дълго, провалът е факт. Това, което си можел да станеш, вече е изгубено, а това, което си можел да избегнеш, сега е реалност. Всичко на този свят се разпада от само себе си, но греховете на човека ускоряват неговия упадък. И тогава идва потопът.

¹¹⁴ Виж https://www.youtube.com/watch?v=jQvvmT3ab80 (от *MoneyBART*: епизод 3, сезон 22 на "Семейство Симпсън").

Не казвам, че няма надежда за спасение. Но да извадиш един човек от пропастта, е много по-трудно, отколкото да го повдигнеш от канавката. А някои пропасти са наистина дълбоки. И от тялото, което лежи на дъното, не е останало много.

Преди да ти предложа помощта си, може би трябва да почакам, докато сам пожелаеш да я получиш. Карл Роджърс, прочут представител на хуманистичната психология 115, смята, че е невъзможно да се изгради терапевтична връзка, ако човекът, който търси помощ, не желае да се развива. 116 Роджърс вярва, че е невъзможно да убедиш някого да се промени към по-добро. Желанието на клиента да се развива е задължително условие за успеха на терапията. Имал съм клиенти, изпратени при мен с решение на съда. Те не желаеха моята помощ. Търсеха я по принуда. Нищо не излезе от това. Беше истински фарс.

Ако въпреки всичко остана в нездравословни отношения с теб, това найвероятно означава, че съм нерешителен и нямам волята да си тръгна, а също и че не искам да го призная дори пред себе си. Така аз ще продължа да ти помагам, като ще се утешавам с безсмислената си саможертва. "Такова себеотрицание, такава готовност да помогнеш на някой друг – ще си мисля аз – може да означава само едно: че си много добър човек." Нищо подобно. В действителност това е поведението на човек, който само се опитва да изглежда добър и си въобразява, че разрешава някакъв много важен проблем, вместо да се заеме с нещо реално и да бъде наистина добър.

Вероятно най-правилното решение в такъв случай ще бъде да си тръгна от тези отношения, а след това да се взема в ръце и от този момент да помагам на другите чрез личния си пример.

Може би е излишно да се споменава, но все пак: всичко казано дотук не бива да се използва като оправдание, за да обръщаме гръб на хората в истинска нужда и с чиста съвест да преследваме своите ограничени, егоистични амбиции.

 $^{^{115}}$ Направление в психологията, възникнало през 60-те години на 20-ти век в САЩ, което разглежда индивида в неговата цялост, като не се фокусира върху дисфункциите. Опира се на възгледа за вродения стремеж на човека към себереализация — максимално разгръщане на собствените способности. — E.np.

¹¹⁶ Роджърс подчертава, че има шест необходими условия, за да може да настъпи конструктивна личностна промяна. Второто от тези условия е клиентът да бъде в "състояние на неконкурентност", което, грубо казано, описва осъзнаването, че нещо не е наред и трябва да се промени. Виж Rogers, C. R. (1957). "The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change." *Journal of Consulting Psychology*, 21, 95-103.

Взаимно договаряне

Замислете се върху следното: Ако смятате, че даден човек е неподходящ за приятел на сестра ви, на баща ви или на сина ви, защо вие оставате негов приятел? От лоялност, ще кажете вероятно. Само че това не е никаква лоялност, това е глупост. Лоялността е нещо, което се договаря, справедливо и честно. Приятелството е взаимно договаряне. Вие не сте морално задължени да подкрепяте човек, който превръща света в по-лошо място, отколкото е. Точно обратното. За свои приятели би трябвало да избирате хора, които се опитват да подобрят, а не да влошат нещата. Не е егоистично да предпочитате хората, които са добри за вас – това е най-правилното решение. Нещо повече, да общувате с хора, които започват да се справят, защото виждат как вие се справяте, е правилно и достойно за възхищение.

Ако се заобикаляте с хора, които ви подкрепят по пътя нагоре, те няма да търпят да бъдете цинични и разрушителни. Те ще ви насърчават, когато сте добри към себе си и към околните, и деликатно ще ви укорят, когато не сте. По този начин те ще ви подтикнат – внимателно, но твърдо – да направите това, което трябва. Хората, поели по пътя надолу, ще сторят точно обратното. Те ще предложат цигара на бившия пушач и питие на бившия алкохолик. Ще посрещнат със завист и успеха, и доброто, което правите. Ще ви лишат и от своето приятелство, и от подкрепата си или ще ви накарат да си платите скъпо както за едното, така и за другото. Ще омаловажават успехите ви, като изтъкват собствените си постижения, реални или въображаеми. Но преди всичко ще ви дърпат надолу, защото на фона на вашия напредък техният провал ще изглежда още по-страшен.

Ето защо добрият пример е животопроменящо предизвикателство, а всеки герой е наш съдия. Съвършеният мраморен Давид на Микеланджело сякаш подтиква съзерцаващите го хора: "Можете да бъдете много повече от това, което сте". Когато имате куража да се устремите нагоре, вие съзирате непълнотата на настоящето и възможностите на бъдещето. Освен това вие нарушавате спокойствието на другите, защото дълбоко в себе си те осъзнават, че нямат оправдание за цинизма и бездействието си. Вие сте Авел, а те са Каин. Напомняте им, че вече са се предали, но не заради ужасите на живота, които са неоспорими, а защото не желаят да повдигнат света на раменете си – там, където му е мястото.

Не си мислете, че е по-лесно да се обградите с мотивиращи хора, които са добри за вас, отколкото с такива, които са направо токсични и само ви вредят. Защото не е така. Добрите, мотивиращи хора са идеал. Нужна е сила, за да се осмелите да останете близо до тях. Покажете смирение, но и смелост. Преценявайте добре и се пазете от прекалено безкритичното състрадание и

съжаление.

Подбирайте си такива приятели, които ви желаят най-доброто.



ПРАВИЛО 4. СРАВНЯВАЙТЕ СЕ С ЧОВЕКА, КОЙТО СТЕ БИЛИ ВЧЕРА, А НЕ С НЯКОЙ ДРУГ ДНЕС

Вътрешният критик

Когато повечето хора живееха в малки провинциални общества, беше много по-лесно да си добър в нещо. Някой можеше да е кралят или кралицата на бала. Друг можеше да стане шампион по правопис, трети — математически гений или баскетболна звезда. В малките населени места имаше само един или двама механици и двама-трима учители. Тези местни герои, първенци в собствената си област, се радваха на мощен приток на серотонин и на увереността на победителя. Може би точно по тази причина голям процент от най-бележитите личности са родени в малки градове и села. Ако си един на милион, но си роден в днешния Ню Йорк, там има поне още двайсет души като теб. Днес повечето хора живеят в големите градове. Освен това ние сме дигитално свързани с всичките седем милиарда души на планетата. Нашите йерархии на успеха са главозамайващо отвесни.

Колкото и да си добър в дадена област, колкото и високо да оценяваш постиженията си, винаги ще има някой, в сравнение с когото ще изглеждаш некомпетентен. Може да свириш доста сносно на китара, но това не те прави Джими Пейдж или Джак Уайт 118. Малко вероятно е да завладееш дори сцената на местния пъб. Може да си добър готвач, но навън е пълно с блестящи шефове. Рецептата на майката ти за рибешки главички с ориз може да е била на почит в родното ѝ село, но е твърде проста за съвременната кулинария, в която се говори за пяна от грейпфрут и сладолед с аромат на тютюн. Някой мафиотски бос има по-натруфена яхта от твоята. А някой изпълнителен директор – по-сложен самонавиващ се ръчен часовник, който съхранява в по-скъпа кутия от дърво и стомана за самонавиващи се ръчни часовници. Дори най-зашеметяващата холивудска актриса накрая се превръща в Злата царица, която параноично се оглежда кога ще се появи някоя нова Снежанка. А ти? Работата ти е скучна и безсмислена, с поддържането на дома се справяш криво-ляво, имаш ужасен вкус, по-дебел си от приятелите си, освен това те ненавиждат партитата ти. На кого му пука дали си министър-председател на Канада, когато някой друг е президент на

¹¹⁷ Poffenberger, A.T. (1930). "The development of men of science." *Journal of Social Psychology*, 1, 31-47.

 $^{^{118}}$ Джими Пейдж е основател и китарист на британската група Лед Цепелин, а Джак Уайт — вокалист и китарист в американската група Уайт Страйпс. — E.np.

Съединените щати?

Във всеки от нас живее един критичен вътрешен глас и наблюдател, който е наясно с тези неща. Той е предразположен да вдига много шум. Готов е във всеки един момент да порицае посредствените ни усилия. И е почти невъзможно да бъде заглушен. Но ние се нуждаем от тази критика. Светът е пълен с бездарни художници, музиканти без слух, опасни готвачи, мениджъри с бюрократично разстройство на личността, писатели с продажно перо и заслепени от някаква идеология отегчителни преподаватели. Хората и нещата от живота се различават драстично в качествено отношение. Лошата музика тероризира слушателите навсякъде по света. Зле проектираните сгради рухват при земетресение. При катастрофа автомобилите, които не отговарят на изискванията, убиват хората в тях. Провалът е цената, която плащаме за понижените стандарти. Посредствеността има своите последици, реални и тежки, и затова стандартите са нещо необходимо.

Ние не сме равни по своите способности и постижения и никога няма да бъдем. Една нищожна част от хората създава повечето неща на този свят. Победителите не получават всичко. И все пак те получават почти всичко. И да, "дъното" не е приятно място за живеене. На дъното хората са нещастни. Там те се разболяват и остават неизвестни и необичани. Там пропиляват живота си. И там умират. По тези причини критичният глас в умовете на хората разказва една доста мрачна история. Животът е игра с нулева сума 119. А безполезността е нейното условие по подразбиране. Какво би могло да ни предпази от тази разяждаща самокритичност, ако не доброволната слепота? Именно заради това едно цяло поколение социални психолози препоръчваше "положителните илюзии" 120 като единствения сигурен път към менталното здраве. Какво е тяхното кредо ли? Използвай лъжата като щит. Положението е толкова страшно, че само заблудата може да те спаси. Това е найтъжната, най-жалката и песимистична философия, която можем да си представим.

Ето друг подход (който не изисква илюзии). Ако картите, с които играеш, са винаги срещу теб, значи играта е нагласена (възможно е и ти да си я

¹¹⁹ Игра с нулева сума, или антагонистична игра (англ.-*zero-sum game*) е термин от теория на игрите и икономическата теория, с който се означава некооперативна игра, при която сумата от печалбите и загубите на всички играчи е равна на нула, тоест, ако един печели, значи друг губи – E.ped.

 $^{^{120}}$ жителните илюзии са нереално благоприятни нагласи, които хората имат към себе си или към близки хора. Най-общо те са: завишена оценка на собствените способности, нереалистичен оптимизъм за бъдещето и илюзия за контрол. Терминът води началото си от научен доклад на Тейлър и Браун от 1988 г. и е известен като "Модел на психичното здраве на Тейлър и Браун". – E.ped.

¹²¹ Taylor, S. E., & Brown, J. (1988). "Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health." Psychological Bulletin, 103,193-210.

нагласил така, но да не го осъзнаваш). Ако вътрешният ти глас те кара да се съмняваш в смисъла на твоите усилия – на собствения ти живот или на живота въобще, – вероятно трябва да спреш да го слушаш. Ако използва същите клевети и срещу хората около теб, някои от които доста успели, тогава какво доверие можеш да му имаш? Явно говори празни приказки без никаква практическа мъдрост. "Винаги ще има хора, които са по-добри от теб" – това е типично за нихилизма клише. Също като фразата: "Какво значение ще има това след хиляда години?". В този случай правилният отговор не е: "Да, наистина, всичко е безсмислено". Ето какъв е правилният отговор: "Всеки идиот може да посочи достатъчно дълъг период от време, след който нищо няма да има смисъл". Това са общи приказки, а не задълбочена, критична оценка на Битието. Това е евтин трик на рационалния ум.

Богат избор от добри игри

Стандартите за по-добро и по-лошо не са илюзорни, нито ненужни. Ако не си убеден, че това, което правиш сега, е по-добро от останалите възможности, тогава щеше ли да го правиш? Идеята за необременен от оценки избор съдържа смислово противоречие. Критичната преценка е предварително условие за всяко действие. А всяко действие, което предприемаме, носи със себе си стандарти, на които трябва да отговорим. Ако едно нещо може да бъде направено, то може да бъде направено по-добре или по-зле. Следователно да направим нещо, каквото и да е то, е все едно да играем игра с ясно определен и остойностен край, до който може да се достигне с повече или по-малко ефективност и лекота. Всяка игра носи със себе си възможността за успех или за провал. Разликите в качеството, с което играем тази или друга игра, са безкрайно много. Освен това, ако оценките "по-добро" и "по-лошо" не съществуваха, не би имало смисъл да правим каквото и да е. Това би лишило действията ни от стойност и следователно от значение. Защо да полагаме усилие, ако то няма да подобри нищо? Понятието "значение" предполага да правим разлика между по-добро и полошо. Тогава как да усмирим гласа на критичното самосъзнание? Какъв е недостатъкът на привидно безпогрешната логика на неговото послание?

Като начало ще се спрем на думите *успех* и *провал* с тяхното прекалено крайно, "черно-бяло" значение. Това, което правим, се определя или като успех – нещо напълно, изцяло и съвършено хубаво, или като провал – нещо напълно, изцяло и непоправимо лошо. Тези думи не предполагат никакви други варианти, средно положение не съществува. Но в сложния свят, в който живеем, подобни обобщения (по-точно, проблем в долавянето на нюансите) са признак на наивни, простодушни и дори злонамерени

заключения. Тази бинарна система заличава всички важни степени и качествени градации и последиците от това не са никак приятни.

Първо, играта, в която можеш да отбележиш успех или провал, не е само една. Имаш богат избор от игри, и по-точно, богат избор от чудесни игри, които съответстват на твоя талант, в които можеш да участваш продуктивно заедно е други хора и които с течение на времето дори се усъвършенстват. Да бъдеш адвокат, е добра игра. Водопроводчик, лекар, дърводелец, детски учител – също. Светът допуска най-различни начини, по които да Бъдеш. Ако не успееш в едно, може да опиташ друго. Имаш свободата да избереш това, което отговаря най-точно на уникалната комбинация между твоите качества, недостатъци и житейска ситуация. Нещо повече, ако смяната на играта не реши проблема, винаги можеш да измислиш нова игра. Наскоро в едно шоу за таланти видях мим, който беше залепил лепенка на устата си и изключително смешен кухненски етюд cчифт Изпълнението му беше неочаквано. Беше оригинално. И очевидно му свърши работа.

Но има и нещо друго. Най-вероятно ти играеш в повече от една игра. Все пак имаш кариера, приятели, семейство, лични проекти, творчески опити и спортни цели. Когато оценяваш успеха си, вземай предвид всяка игра, в която играеш. Ще установиш, че в някои от тях показваш много добри резултати, а в останалите се представяш посредствено или слабо. Но това е в реда на нещата. Вероятно ще възразиш: "Трябва да побеждавам във всичко!". Но ако побеждаваш във всичко, това може да означава единствено, че не се ангажираш с нищо ново или трудно. Човек може да побеждава и без да се развива, а именно развитието е най-важната от всички победи. Нима победата тук и сега винаги има приоритет пред цялостния път, по който се движи животът?

Накрая, може би ще осъзнаеш, че особеностите на голяма част от игрите, в които участваш, са толкова уникални за теб, толкова индивидуални, че е просто неуместно да се сравняваш с другите. Може би отдаваш прекалено голямо значение на това, което нямаш, и подценяваш това, което имаш. Умението да благодариш много помага в такива случаи. И предлага отлична защита срещу капаните на самосъжалението и негодуванието. Представи си, че имаш колега, който в работата се представя по-добре от теб. Съпругата му обаче има любовна афера, докато твоят семеен живот е сигурен и щастлив. Е, кой от двама ви е сполучил повече? Или друг пример: популярната личност, на която се възхищаваш, се оказва хроничен алкохолик, който редовно шофира пиян. Чий живот е за предпочитане: неговият или твоят?

Когато вътрешният критик си служи с подобни сравнения и смазва самочувствието ти, ето каква е схемата, по която го прави. Първо той избира някакво произволно поле за сравнение (например слава или власт). След това

създава впечатлението, че този аспект от живота ти е всичко за теб. После прави неблагоприятна съпоставка между теб и някой от "шампионите" в тази област. Понякога отива още по-далеч, представяйки непреодолимата пропаст между теб и обекта за сравнение като доказателство за фундаменталната несправедливост на живота. Тази финална крачка може доста сполучливо да подкопае мотивацията ти и за най-простото действие. Хората, които прилагат този метод за самооценка, със сигурност не могат да бъдат упрекнати, че правят живота си лесен. Те го усложняват неимоверно.

Когато сме твърде млади, ние все още не сме формирали индивидуалност и опитност. Все още не сме изминали необходимия житейски път и не сме събрали достатъчно мъдрост, за да изградим собствени стандарти. В резултат на това сме принудени да се сравняваме с другите, защото стандартите са необходимост. Без тях не бихме полагали усилия и следователно не бихме стигнали далеч. Постепенно обаче ние съзряваме и развиваме все по-силна индивидуалност и уникалност. Обстоятелствата в живота ни стават все посубективни и все по-рядко подлежат на сравнение с положението на другите. Това означава, че е дошъл моментът, образно казано, да изоставим сигурността на бащиния дом и да се изправим срещу хаоса на своето лично Битие. Ние трябва да насочим вниманието си към този безпорядък, но без да забравяме напълно бащиния ред. След това трябва да преоткрием ценностите на своята култура – забулени от собственото ни невежество, скрити в прашната съкровищница на миналото, – да си ги върнем отново и да ги внедрим в зрелия си живот. Именно това изпълва съществуването с така необходимия цялостен смисъл.

Кой си ти? Мислиш си, че знаеш, но може и да се лъжеш. Знаеш ли например, че ти не си нито господар, нито роб на себе си? Не е толкова просто да кажеш на самия себе си какво да правиш и да изискваш подчинение (както не е толкова просто да накараш партньора или децата си да те послушат). От друга страна, има неща, които те интересуват, и такива, които просто не те интересуват. Разбира се, възможно е да формираш интерес към нещо, но само в определени граници. Някои занимания винаги ще те вълнуват и привличат, други – никога.

Ти имаш вътрешен свят. Можеш да влезеш в ролята на негов тиранин, но тогава той ще се разбунтува. С колко задължения можеш да се натовариш, без да убиеш желанието си за работа? Какви компромиси и жертви можеш да направиш за партньора си, преди желанието ти да даваш да се превърне в нетърпимост? Кое е това, което обичаш истински? За какво копнееш повече от всичко друго? Преди да определиш какви са твоите критерии и стандарти за нещата, които са ценни за теб, първо трябва да подходиш към себе си, сякаш си непознат – а след това да се опознаеш. Кои неща са ценни за теб и

кои ти носят удоволствие? Колко често трябва да си почиваш, да се забавляваш и да се награждаваш с нещо приятно, за да не се чувстваш сякаш си товарно животно? Как трябва да се отнасяш към себе си, за да не поискаш да счупиш ярема и да строшиш оградата на затвора си? Естествено, можеш да продължиш в този изтощителен кръговрат и вечер, прибирайки се смазан от умора, да подритваш с досада кучето си от безсилие. Можеш да наблюдаваш как безценното време изтича. Или вместо това можеш да се научиш как да приканваш и провокираш себе си към един по-умерен и благотворен ритъм на живот и натоварване. Задаваш ли си въпроса кое е това, което искаш? Водиш ли открити и честни преговори със себе си? Или си тиранин, превърнал самия себе си в роб?

В кои моменти и защо изпитваш неприязън към родителите, партньора или децата си? Какво можеш да направиш, за да промениш нещата? Какво искаш и от какво се нуждаеш по отношение на твоите приятели и бизнес партньори? Не става дума за това какво се очаква да искаш. Не говоря за нещата, които другите изискват от теб, нито за твоя дълг към тях. Това, за което говоря, е определяне на естеството на твоето морално задължение към теб самия. То може да включва това, което се очаква от теб, тъй като ти си брънка от веригата в системата от социални задължения. Това, което се очаква от теб, е отговорност, която трябва да поемеш. Но не и в ролята на послушно декоративно кученце, което не хапе. Това може да изисква само един диктатор от робите си.

Осмелявай се да бъдеш опасен. Осмелявай се да бъдеш честен. И най-вече: осмелявай се да изразяваш себе си, да заявяваш открито (или поне да признаваш пред себе си) какво е важно за теб и би изпълнило живота ти със смисъл. Ако позволиш например на своите най-мрачни и неизразени желания, свързани с партньора ти, да излязат наяве – или поне им обърнеш внимание, – може да откриеш, че те не са чак толкова мрачни, особено на дневна светлина. Може да откриеш също, че просто си бил изплашен и затова си се скрил зад маската на морала. А накрая може да осъзнаеш, че получаването на това, което си искал, всъщност те е предпазило от изкушението и греха. Наистина ли смяташ, че партньорът ти ще бъде разочарован, ако разкриеш повече от себе си? Фаталната жена и антигероят 122 са сексуално привлекателни и за това си има причина...

От какво имаш нужда? Как искаш другите да разговарят с теб? Какво искаш да получаваш от тях? С какво се примиряваш или се преструваш, че харесваш, просто по задължение или от чувство за дълг? Обърни се към

 $^{^{122}}$ В художествената литература антигероят е главен персонаж с преобладаващо отрицателни черти на характера, като песимизъм, безволие, егоцентризъм. Обикновено антигероят преживява дълбока нравствена криза или мрачно отчуждение, но често действа като протагонист. – E.np.

твоето недоволство. Макар и патологична, тази емоция може да ти разкрие много. Тя е част от опасната триада: високомерие, лъжа и недоволство. Нищо не може да причини толкова много вреда като тази подмолна троица. Недоволството винаги означава едно от следните две неща: негодуващият човек е или незрял (при това положение той трябва просто да млъкне, да спре да се оплаква и да се вземе в ръце), или е подложен на тиранично отношение (в такъв случай негов морален дълг е да проговори и да каже истината). Защо ли? Защото с мълчанието си ще навреди много повече. В даден момент, разбира се, е много по-лесно да замълчи и да избегне конфликта. Но в перспектива последиците ще бъдат гибелни. Когато имаш какво да кажеш, мълчанието е лъжа – а лъжата е това, което подхранва тиранията. Кога трябва да се опълчиш на потисника въпреки опасността? Когато започнеш да храниш тайни фантазии за отмъщение; когато животът ти е съсипан и сърцето ти се изпълни с желание за унищожение и разруха.

Преди много години имах клиент, който страдаше от тежко обсесивнокомпулсивно разстройство. За да може да заспи, той трябваше хубаво да изпъне пижамата си. След това да бухне възглавницата си. Да изглади всяка гънка на завивката. И после отново и отново. Щом научих за това, аз предположих:

- Може би част от теб, една влудяващо натрапчива част от теб, иска нещо, което е останало неизразено. Позволи ѝ да говори. Какво е това, което иска?
 - Контрол каза той.
- Сега затвори очи и се вслушай, за да разбереш от какво има нужда. Не позволявай на страха да те спре. Каквото и да е това нещо, не си длъжен да го правиш само защото си го мислиш.
- Тази част от мен иска да сграбча за яката доведения ми баща, да го притисна до стената и да го разтърся като мръсен чувал.

Помислих си, че това може наистина да се отрази добре на клиента ми, но на глас предложих да опита нещо не толкова примитивно. Един господ знае през какви битки минава човек, осъзнато и доброволно, по пътя към умиротворението.

Какво правиш, за да избегнеш конфликта (дори когато е необходим)? За кои неща си склонен да излъжеш от страх, че истината ще прозвучи неприемливо? За какви неща се преструваш?

Бебето е зависимо от родителите за задоволяването на почти всяка своя потребност. Детето — успешното дете — може да се отдели от тях, макар и временно, и да се сприятели с други деца. За тази цел то леко отстъпва от себе си, но в замяна получава много. Успешният възрастен трябва да доведе този процес до неговия логичен завършек. Той трябва да напусне родителите си и да стане като всички други. Трябва да се впише в групата, за да може да надрасне зависимостта на детството. Щом се впише, успешният възрастен

трябва да се научи да бъде точно толкова различен, колкото е необходимо.

Внимавай, когато се сравняваш с другите. Зрелостта засилва твоята индивидуалност. По този начин проблемите ти — финансови, интимни, психологически и други — стават субективни и специфични. Те са неделима част от по-широкия уникален контекст на твоето съществуване. Кариерата и професията ти служат (или не) по определен начин и взаимодействат с всички останали аспекти на живота ти по много специфичен начин. От теб зависи как ще разпределиш времето си между тях. Ти решаваш кое да пуснеш и кое да преследваш.

Посоката на погледа (или да направим равносметка)

Очите ни винаги гледат към онези неща, които искаме да доближим, да проучим, да намерим или да притежаваме. Ние се нуждаем да виждаме, но за да видим нещо, трябва да се "прицелим" с поглед. Човешкият ум се е развил въз основа на някои физически особености на нашите предци, които са били ловци-събирачи. За лова е необходима цел, която да набележиш, да преследваш и накрая да хвърлиш предмет по нея. При събирачеството трябва да набележиш какво търсиш и да го прибереш. Ние мятаме камъни, копия и бумеранги. Хвърляме топки по метални рингове, стреляме с шайби по парчета мрежа и плъзгаме по леда дялани гранитни камъни, за да попаднат в центъра на концентрични окръжности. Стреляме по най-различни мишени с лъкове, пистолети, пушки и ракети. Хвърляме обвинения, задвижваме проекти и стреляме с компромати. Поздравяваме се с успех, когато отбележим точка или улучим целта. Когато това не се случи, казваме, че сме загубили, провинили сме се (провинение, грях означава "пропускане на целта"123). Докато сме на този свят, ние сме принудени непрекъснато да се движим, а за да го правим, трябва да имаме цел. 124

Във всеки един момент ние *се намираме* в точка А (която по правило е недостатъчно привлекателна) и *се придвижваме към* точка Б (която ни се струва доста по-примамлива в съответствие с нашите осъзнати и неосъзнати ценности). Сблъскваме се със слабостите на света и се опитваме да ги променим. Винаги намираме нещо, което може да се поправи или подобри – дори да имаме всичко, от което сме смятали, че се нуждаем. Дори когато сме (временно) удовлетворени, ние продължаваме да бъдем любопитни. Живеем в мисловна рамка, която определя настоящето като неизменно недостатъчно,

124 Gibson, J. J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Boston: Houghton Mifflin.

 $^{^{123}}$ Гръцката дума за грях е хамартия (от ἀμαρτία), което означава *пропускане на целта*. Допълнителни значения: грешна преценка; фатален недостатък. Виж. https://biblehub.com/greek/264.htm

а бъдещето – като неизменно по-добро. Ако не възприемахме нещата по този начин, щяхме просто да бездействаме. Нямаше дори да виждаме, защото, за да видиш, първо трябва да се фокусираш, а за да се фокусираш, от всички неща пред очите ти трябва да избереш само едно и да насочиш погледа си в него.

Само че ние виждаме. Способни сме да виждаме дори това, което не съществува – като например как биха изглеждали нещата, след като ги подобрим. Ние умеем да съграждаме нови хипотетични реалности, където се сблъскваме и ангажираме с проблеми, за чието съществуване дори не сме предполагали. Тази наша способност има едно очевидно преимущество и то е, че можем да променяме света по такъв начин, че непоносимите условия в настоящето да намерят своето решение в бъдеще. Недостатъкът обаче на тази наша прозорливост и находчивост е хроничното неспокойствие и дискомфорт. Тъй като винаги съпоставяме това, което е, с това, което може да бъде, съвсем естествено ние се стремим към второто. Проблемът е, че понякога се целим прекалено високо. Или прекалено ниско. Или просто произволно. В резултат на това се проваляме и живеем в разочарование – дори отстрани да изглежда, че всичко ни е наред. Как обаче да извлечем полза от силата на въображението си и от способността да подобряваме бъдещето, без непрекъснато да заклеймяваме сегашния си живот като недостатъчно успешен и смислен?

Първата стъпка, логично погледнато, е да си направим равносметка. Кой съм аз? Когато купуваме къща с намерението да живеем в нея, ние наемаме специалист, който да направи оценка на състоянието ѝ – такова, каквото е в действителност, в този момент, а не каквото искаме да бъде. Готови сме да си платим, дори и новините да са лоши. Просто трябва да знаем. Трябва да сме наясно със скритите дефекти на бъдещия ни дом. Трябва да разберем с какво си имаме работа – с козметични дефекти или с конструктивни нарушения. Това е важна информация, защото няма как да отстраним повреда, за която дори не знаем. Ами когато "повредата" е в нас? Ние също се нуждаем от специалист. С тази отговорна задача може да се заеме вътрешният критик – стига да успеем да го ангажираме и да го накараме да ни съдейства. Той може да ни помогне да си направим вътрешна равносметка. За тази цел трябва да се разходим заедно из нашия психологически дом и да чуем непредубедено какво има да ни каже. Колкото и да сме сръчни и всичко да ни идва отръки, е напълно възможно да ни "потънат гемиите", щом вътрешният критик започне да излага дългия съкрушителен доклад за нашите несъвършенства. Как да направим така, че да се хванем за работа, вместо да се депресираме?

Ето един жокер. Бъдещето прилича на миналото. С изключение на една много съществена разлика. Миналото е неподвижно, а бъдещето може да

бъде по-добро, по-добро до някаква определена степен — в зависимост от онова, което можеш да постигнеш за един ден с минимално усилие. Настоящето винаги ще бъде несъвършено. Но може би по-важно е не мястото, от което тръгваш, а посоката, в която вървиш. Навярно щастието може да бъде намерено само по пътя нагоре, а не в мимолетното задоволство, което те очаква на следващия връх. До голяма степен щастието е надежда, независимо в каква мрачна преизподня се е зародила тази надежда.

Ако се обърнеш към вътрешния критик по правилния начин, той ще предложи нещо да бъде сложено в ред – нещо, което можеш и искаш да сложиш в ред, доброволно, без недоволство и дори с удоволствие. Запитай се: какво е това в живота ти или в сегашната ти ситуация, което съществува в безпорядък и което можеш и искаш да оправиш? Можеш ли и искаш ли да коригираш това конкретно нещо, което неуверено напомня за себе си поради нуждата да бъде поправено? Можеш ли да го направиш сега? Представи си, че си някой друг, с когото трябва да преговаряш. Представи си, че си мързелив, раздразнителен, озлобен и имаш опак характер. Няма да е никак лесно да накараш такъв човек, в случая себе си, да се размърда. Може да се наложи да използваш чара и въображението си: "Извинявай – би могъл да се обърнеш към себе си, но без ирония и сарказъм, – опитвам се да намаля част от ненужното страдание по света. Но ще ми трябва помощ". Не си позволявай и капка насмешка: "Питам се, има ли нещо, с което би желал да помогнеш. Ще ти бъда много благодарен за добрината". Покажи откритост и смирение. Това не е толкова лесно.

В зависимост от нагласата ти не е изключено да се наложи да продължиш преговорите. Може да нямаш доверие на себе си. Може да си мислиш, че щом веднъж поискаш нещо и го получиш, веднага ще поискаш и още. При това настойчиво и заплашително. И с пренебрежение към това, което вече си направил. Кой ще се съгласи да работи за подобен тиранин? Не и ти. Ето защо отказваш да направиш това, което искаш от себе си. Да, ти си калпав служител... и още по-калпав началник. Може би не е лошо да си кажеш: "Слушай, знам, че досега винаги ни е било трудно да се разбираме. Съжалявам. Опитвам се да поправя нещата. Вероятно ще продължа да греша, но ще се постарая да те изслушвам, когато не си съгласен. Ще се опитам да се поуча от грешките си. Днес забелязах, че не реагира с особено въодушевление, когато те помолих за помощ. Ако все пак решиш да ми подадеш ръка, има ли нещо, с което бих могъл да ти се отплатя? Например, ако нямаш нищо против да измиеш чиниите, обещавам после да те заведа на кафе. Знам, че обичаш еспресо. Е, какво ще кажеш? Чаша хубаво еспресо – може би двоен филтър. Или пък искаш нещо друго? Само кажи". След това просто слушай. Някъде отвътре може да чуеш глас (гласът на едно отдавна изгубено дете): "Какво? Искаш да направиш нещо мило за мен? Наистина ли ще го направиш? Да не е някакъв номер?".

В този момент трябва да си много предпазлив.

Този неуверен глас е гласът на някой, който вече се е опарил. Затова много внимателно му кажи: "Да, наистина. Вярно е, че допускам грешки и че не съм най-добрата компания, но наистина ще го направя. Обещавам". Доброто отношение върши чудеса, а разумната награда е мощен стимул за действие. А сега подай ръка на този твой несигурен Аз и измий проклетите чинии. После само не се втурвай да чистиш и банята. Ако забравиш за кафето (за филма или за бирата), ще става все по-трудно да призоваваш тези забравени части от теб от тъмните и потайни кътчета на психичното подземие.

Задай си въпроса: "Какво бих могъл да кажа на някой друг – на приятел, на брат си, на шефа или на асистента си, – за да се разбираме малко по-добре още утре? Мога ли тази вечер да премахна малко от хаоса у дома, на бюрото си, в кухнята, за да разчистя сцената за една по-добра пиеса? Кои змии трябва да прогоня от килера и от ума си?". Твоят ден – днес, утре, всеки ден – се състои от петстотин малки решения, петстотин малки действия. Можеш ли да избереш едно или две от тях и да ги доведеш до по-добър резултат? "По-добър" от твоя гледна точка, според твоите индивидуални стандарти. Можеш ли да направиш сравнение между твоето утре и твоето вчера? Ако се опреш на собствената си преценка, как ще изглежда твоето по-добро утре?

Поставяй си малки цели. Да се нагърбваш с прекалено голям товар, е неразумно от гледна точка на твоите ограничени възможности, склонността да се измъкваш, натрупаното недоволство и навика да бягаш от отговорност. Опитай със следната цел: в края на деня искам животът ми да е малко подобър, отколкото беше тази сутрин. А сега се запитай: "Какво мога и искам да направя, за да постигна този резултат, и щом го постигна, с какво искам да се наградя?". После направи това, за което току-що взе решение – дори да го свършиш зле. Въпреки всичко това е успех и заслужаваш да се наградиш с чаша от онова проклето кафе. Може да ти се струва глупаво, но все пак го направи. След това повтори същото утре, вдругиден, по-вдругиден. С всеки изминал ден ще вдигаш летвата малко по-високо. И това е чудо. Нарича се още капитализирана лихва. Ако правиш това в продължение на три години, животът ти ще се промени напълно. Сега вече наистина се целиш нависоко. Сега вече гледаш към звездите. Извадил си гредата от окото си и се учиш да виждаш. А това, в което се целиш, определя какво виждаш. Струва си да го повторим: Това, в което се целиш, определя какво виждаш.

Какво искаш и какво виждаш

Преди повече от петнайсет години когнитивният психолог Даниъл Саймънс демонстрира по един незабравим начин зависимостта на зрението от целите (и следователно от ценностите, тъй като ние се целим в онези неща, които смятаме за ценни). По онова време Саймънс изучава феномен, който се нарича "устойчива слепота на вниманието" и провежда няколко експеримента. Той настанява участниците пред видеоекран и им показва изображение на житно поле. След това бавно и незабележимо трансформира снимката пред очите на участниците. Неусетно на екрана се появява път, който пресича житното поле. Но това не е едва различима пътечка, а широк път, заемащ около една трета от изображението. Колкото и да е странно, голяма част от хората не забелязват нищо.

Експериментът, който донася истинска популярност на доктор Саймънс, е от същия тип, само че по-драматичен и, бих казал, невероятен. Най-напред той записва видео, на което се виждат два отбора, всеки от по трима души. 126 Единият отбор носи бели фланелки, а другият — черни. (Двата отбора не са снимани от голямо разстояние или по начин, който би затруднил наблюдаващия. Шестимата играчи изпълват голяма част от екрана и са достатъчно близо, за да се различат чертите на лицата им.) Всеки отбор разполага със собствена топка, с която играчите дриблират или подават на съотборниците си, докато се движат в тясно пространство пред асансьорите, където се снима играта. След това Дан пуска видеото на участниците в експеримента и им казва да преброят колко пъти белите подават топката помежду си. След няколко минути участниците са помолени за отговор. Повечето са преброили 15 подавания. Това е правилният отговор. И така, повечето хора са доволни от себе си. Ха! Издържали са теста! Но тогава доктор Саймънс задава въпроса: "Някой забеляза ли горилата?".

Това шега ли е? Каква горила?

"Изгледайте отново видеото — казва им той. — Но този път без да броите." И наистина, след около минута в кадър се появява мъж, облечен в костюм на горила. Няколко дълги секунди той се върти с валсова стъпка в средата на сцената, след което спира и започва да се удря в гърдите по обичайния за горилите начин. И това — в самия център на екрана. Образът на горилата е толкова голям, че може да ти извади очите. Но един от всеки двама участници пропуска да го забележи, когато гледа видеото за пръв път. И това

¹²⁵ Simons, D. J., & Chabris, C. F. (1999). "Gorillas in our midst: Sustained inattentional blindness for dynamic events." *Perception*, 28, 1059-1074.

¹²⁶ Виж. http://www.dansimons.com/videos.html

не е всичко. Доктор Саймънс провежда още един експеримент. Този път той показва на участниците видео на човек, когото обслужват на касата в магазин. Продавачът се навежда зад тезгяха, за да вземе нещо, и отново се изправя. И какво от това? Повечето участници не забелязват нищо смущаващо. Но всъщност мястото на първоначалния продавач е заето от различен човек! "Няма начин — мислят си повечето от вас. — Аз щях да забележа." Само че "има начин". Съществува много голяма вероятност да не забележите подмяната дори когато другият човек е от различен пол или раса. Значи вие също сте слепи.

Това е така, защото зрението е трудоемко от психо-физиологична и неврологична гледна точка. Една много малка област в централната част на ретината се заема от фовеята — участък с висока разделителна способност, който отговаря за остротата на зрението, включително за това да разпознаваме лицата на хората. Всяка от малкото на брой клетки на фовеята разчита на работата на 10 000 клетки в зрителната кора на мозъка, за да извърши едва първия етап от сложния зрителен процес. ¹²⁷ След това всяка от тези 10 000 клетки се нуждае от други 10 000, за да стигне до втория етап от този процес. Ако цялата ретина беше фовея, щяхме да имаме нужда от огромен череп, като на извънземните от нискобюджетните продукции, за да може да побере мозъка ни. Затова ние виждаме избирателно. През повечето време използваме периферното си зрение, което е с ниска разделителна способност. И пестим силите на фовеята за важните неща. Използваме нейната висока разделителна способност за малкото значими неща, към които се стремим. А останалото — което означава почти всичко — оставяме да избледнее на заден фон.

Ако нещо неприятно, на което не обръщаме внимание, изведнъж нахлуе в тесния фокус на интересите ни, ние ще го забележим. Иначе то просто не съществува. Топката, която поглъщаше вниманието на доброволците на Саймънс, не беше закрита нито за миг от горилата или от другите участници. Тъкмо затова (защото не се намеси в текущата тясно определена задача) горилата остана неразличима от всичко онова, което участниците не забелязваха, тъй като следяха топката. Те сполучливо пренебрегнаха огромното човекоподобно. Използваме същия подход, за да се справим с парализиращата сложност на света: пренебрегваме я и се фокусираме върху личните си тревоги. Ние забелязваме нещата, които ни улесняват по пътя към желаните цели. Забелязваме и препятствията, които се изпречват по този път. Но сме слепи за всичко останало (а това "всичко останало" е страшно много – следователно ние сме страшно слепи). Така и трябва да бъде, защото светът

¹²⁷ Azzopardi, P. & Cowey, A. (1993). "Preferential representation of the fovea in the primary visual cortex." *Nature*, 361, 719-721.

е по-голям и от вас, и от мен. Налага се да пестим ограничените си ресурси. Виждането е сложен процес. Затова трябва да избираме кои неща да виждаме и кои да пропускаме.

В древните ведически текстове (най-старите писмени паметници на индуизма и отчасти основа на индийската култура) се съдържа една много дълбока идея: светът като възприятие е майя – видение или илюзия. Това означава, че хората са заслепени от своите желания (или просто са неспособни да виждат нещата такива, каквито са). Смисълът на това твърдение излиза извън метафоричното. Нашите очи са инструмент. Те ни помагат да получаваме това, което искаме. Дават ни посока и фокус на вниманието, а цената, която плащаме, е да сме слепи за всичко останало. Това няма голямо значение, когато животът тече гладко и получаваме всичко, което искаме (макар че дори тогава може да ни затрудни, защото стремежът да получим това, което искаме сега, отклонява вниманието ни от нашите по-висши цели). Когато сме в криза обаче, когато нищо не върви както трябва, заобикалящата ни реалност, която доскоро сме пренебрегвали, се обръща срещу нас. Това може да се окаже проблем, който не е по силите ни. За щастие, точно този проблем съдържа в себе си ключа за своето решение. Ако сме пренебрегнали такава огромна част от заобикалящата ни реалност, значи наоколо е пълно с възможности, които трябва само да потърсим.

Представи си, че си нещастен. Не получаваш това, от което се нуждаеш. Причината, колкото и смахнато да звучи, може да е в това, което искаш. Ти си заслепен от него. Вероятно това, от което се нуждаеш наистина, е точно пред очите ти, но не можеш да го видиш заради нещо друго, към което в този момент се стремиш. Така стигаме до нещо много важно: цената, която трябва да се плати, преди всеки от нас да получи това, което иска (или по-скоро това, от което се нуждае). Ще го обясним по друг начин. Ти възприемаш света по своя специфичен, индивидуален начин. Използваш набор от инструменти, за да отблъснеш или допуснеш до себе си определени неща. Вложил си много време в моделирането на тези инструменти. И те са станали част от самия теб. Те не са просто абстрактни мисли. Те изграждат твоя мироглед. Помагат ти да се ориентираш в света. Това са твоите най-дълбоки и много често несъзнавани ценности. Превърнали са се в част от твоята биологична структура. Те са нещо живо. И не искат да изчезнат, да се трансформират или да умрат. Но на този свят няма нищо вечно и понякога едно нещо трябва да умре, за да се роди друго. По тази причина (а и не само) е необходимо да се освобождаваме от ненужния товар по пътя нагоре. Когато нищо не върви както трябва, може би си казваш: животът е гаден, а после умираш (както гласи един от най-циничните афоризми). Но преди отчаянието да те тласне към това ужасно заключение, помисли върху следното: проблемът не е в

животът ти не върви, причината може да е в твоето недостатъчно познание, а не в самия живот. Може би ценностната ти система се нуждае от сериозно преразглеждане. Понякога желаното от теб ти пречи да видиш полето от реални възможности. Понякога си вкопчен толкова здраво в нещата, които искаш тук и сега, че оставаш сляп за всичко останало – дори за това, от което наистина се нуждаеш.

Представи си, че завиждаш на шефа си и тайно си мислиш: "Аз трябва да съм на неговото място". Ако шефът ти обаче упорито и компетентно се е окопал на поста си, този начин на мислене ще те доведе единствено до раздразнение, недоволство и възмущение. Може да осъзнаеш това и да си кажеш: "Аз съм нещастен. Но ако осъществя амбициите си, мога да се излекувам от това нещастие". Мислите ти не спират дотук. "Един момент – сепваш се изведнъж. – Може би причината да съм нещастен не е в това, че нямам работата на шефа ми. А в това, че не спирам да я искам." Това не означава, че можеш просто така, като с магическа пръчка, да спреш да искаш тази работа и изведнъж да станеш нов човек. Не можеш да се промениш толкова лесно. Трябва да задълбаеш още по-навътре и да промениш това, което искаш, на най-дълбоко ниво.

И така, решаваш да опиташ и си казваш: "Не знам как да се справя с това глупаво страдание. Не мога просто така да се откажа от амбициите си. Това ще ме лиши от посока. Но стремежът към един пост, който не мога да имам, само влошава нещата". В резултат на това сменяш подхода. Надяваш се да те осени прозрението за един напълно различен житейски план – план, който действително ще задоволи и желанията, и амбициите ти и ще те освободи от горчивината и недоволството, които те измъчват сега. "Ще си начертая нов план – казваш си ти. – Ще се постарая да искам само онези неща, които ще направят живота ми по-добър (каквито и да са те), и ще започна още сега. Ако се окаже, че това не е работата на шефа ми, а е нещо съвсем различно, ще го приема и ще продължа напред."

Сега вече наистина поемаш по един изцяло различен път. Преди правилното, желаното и достойното за преследване беше нещо строго определено и много конкретно. С този подход се чувстваше нещастен, защото те караше да тъпчеш на едно място. Ето защо сега се отказваш от него. Това е необходима жертва, благодарение на която пред теб се разкрива един пълен с възможности нов свят – свят, който доскоро не виждаше, заслепен от предишните си амбиции. И това не е всичко. Как би изглеждал животът ти, ако стане по-добър? Как би изглеждал Животът въобще? Какво означава "по-добър"? Не знаеш точно. Все още не знаеш. Но това не е толкова страшно. Щом вече си взел решението, щом го искаш, постепенно ще започнеш да разбираш какво означава определението "по-добър". Ще

започнеш да проглеждаш за всичко онова, което е оставало скрито зад твоите предубеждения и предразсъдъци — зрителните инструменти, които преди си използвал. Накратко, ще започнеш да се учиш.

За да успее този подход обаче, трябва наистина да желаеш да подобриш живота си. Не можеш да заблудиш своята несъзнавана система от възприятия и ценности. Това е немислимо. Тя избира посоката и целите, които ти ѝ задаваш. За да я преработиш и ревизираш, за да ѝ поставиш по-добра цел, трябва щателно да я преразгледаш. С други думи, трябва да подредиш своята психика. Да разчистиш цялата бъркотия вътре. Не забравяй, че намерението да направиш живота си по-добър означава поемане на отговорност и изисква много повече усилия от нелепото примиряване с болката и от това да живееш в лъжа, високомерие и недоволство.

Ами ако светът разкрива най-добрата си страна в точно съответствие с твоя стремеж към най-доброто? Не е ли възможно колкото повече извисяваш, разширяваш и усъвършенстваш своето разбиране за най-доброто, толкова повече да растат и благоприятните възможности, които получаващ? Това не означава, че само да си пожелаеш нещо, веднага ще го имаш, нито че всичко е въпрос на тълкуване или че реалността е илюзия. Светът продължава да съществува със своите закономерности и ограничения. Докато живееш в него, той ще продължава да те спъва или улеснява. Понякога, стига да искаш, е възможно да танцуваш с живота – а с нужните умения и грация е възможно дори да се научиш да водиш този танц. Това няма нищо общо с теологията или мистицизма. Това е емпирично познание. В този подход няма нищо магическо – като изключим магията на осъзнаването. Ние виждаме само това, към което се стремим. Всичко останало (а това е почти целият свят) остава скрито за нас. Ако си поставим различна цел – например: "Искам животът ми да е по-добър", – умът ще започне да ни съдейства и да ни подава информация от този невидим преди свят. Тогава можем да се възползваме от тази информация, за да напредваме, да действаме, да наблюдаваме и да се учим. Когато научим достатъчно, може да изберем друга, по-висока цел, например: "Искам не само моят живот, а животът като цяло да е по-добър". В този момент прекрачваме в една по-възвишена и по-съвършена реалност.

А когато се озовем там, накъде ще отправим поглед? Какво може да видим? Нека започнем с наблюдението, че нещата, които желаем, са много повече от онези, от които се нуждаем. Такава е човешката природа. Всички ние познаваме усещането за глад, самота, жажда, сексуално желание, агресия, страх и болка. Тези неща са градивни елементи на Битието – първичните и вечни елементи на Битието. Но тъй като светът е сложно и ужасно реално място, ние трябва да подредим тези първични желания и да ги организираме в една обща система.

Невъзможно е винаги да получаваме това, което искаме тук и сега, заедно

с всичко останало, което по принцип искаме, защото желанията ни могат да се окажат както в конфликт помежду си, така и в конфликт с желанията на другите хора и света като цяло. Затова е важно да осъзнаем своите желания, да ги формулираме, да определим кои имат приоритет и да ги организираме в йерархия. Това им придава повече изтънченост. Помага им да съществуват в съгласие както помежду си, така и с ценностите на другите и със света по принцип. Това е и начинът да издигнем желанията си на по-голяма висота. Така те образуват система от ценности и се превръщат в морал. А нашите ценности, нашият морал, са показател за израстването ни като личности.

Философската наука за морала — за разграничаването на правилно и грешно — се нарича етика. С изучаването на тази наука човек може да усъвършенства начина, по който прави своите избори. Още по-стара и позадълбочена от етиката е религията. Тя не се интересува (само) от правилно и грешно, а и от добро и зло — архетипните представи за правилно и грешно. Религията функционира в полето на ценностите, на абсолютните ценности. Това не е полето на науката. Не е територията на емпиричната представа за света. Авторите и редакторите на Библията не са били учени. Не може да са били такива, дори да са искали. Библията е написана много преди да бъдат формулирани научните възгледи, методи и теории.

Религията се занимава с това, което наричаме порядъчно поведение. Това е идеята за Доброто 128 на Платон. Истински вярващият религиозен последовател няма за цел (макар че може да се опитва) да си формулира точна представа за обективната природа на света. Неговият главен стремеж е да бъде "добър човек". Естествено, той може да разбира "доброто" поведение просто като "послушание", и то сляпо послушание. Точно по тази причина класическото либерално западно Просвещение се противопоставя на религиозните вярвания: послушанието не е достатъчно. Но все пак е някакво начало (нещо, което сме забравили). Ако си тотално недисциплиниран и невеж, няма да можеш да определиш целите си. Няма да знаеш към какво да се насочиш, няма да се движиш в правилната посока. И дори случайно да успееш, много лесно ще се отклониш от целта и веднага ще заключиш: "В живота няма нищо, към което да се стремя". И тогава си изгубен.

Следователно за религиите е необходимо и дори желателно да съдържат догматичен елемент. Какво ѝ е доброто на една ценностна система, която не може да осигури стабилна структура и опора?

Какво ѝ е доброто, ако не може да посочи пътя към по-висшия ред на нещата? Ами ти, с какво си толкова добър, ако не можеш или не искаш да осмислиш и приемеш тази структура или този ред – не непременно като

129

 $^{^{128}}$ Платон сравнява идеята за Доброто със слънцето. Както слънцето ни позволява да виждаме във веществения свят, така Доброто ни позволява да виждаме в света на идеите и да постигнем истинско познание и просветление. - E.np.

крайна дестинация, но поне като отправна точка? Без това ти си като един двегодишен възрастен, но без чара и потенциала на детето. Не казвам, че послушанието е достатъчно. Но един човек, способен на послушание – или на самодисциплина, казано по друг начин, – е като добре издялан инструмент. Което съвсем не е малко. Естествено, трябва да има и визия отвъд дисциплината, отвъд догмата. Всеки инструмент се нуждае от предназначение. Точно по тази причина в Евангелие на Тома 129 Исус казва: "Царството на Отца е разстлано върху земята и никой човек не го вижда". 130

Да разбираме ли тогава, че онова, което виждаме, зависи от религиозните ни вярвания? Да! А също и онова, което не виждаме! Вероятно ще възразиш: "Но аз съм атеист". Не, не си (за да разбереш какво имам предвид, трябва да прочетеш "Престъпление и наказание" на Достоевски — може би найвеликият роман на всички времена, където главният персонаж, Разколников, взел насериозно своя атеизъм, извършва по свое убеждение благородно убийство и накрая си плаща за това). Ти не си атеист в своите действия, а именно действията отразяват най-точно най-дълбоките ти убеждения — онези неосъзнати убеждения, които са вградени в самото ти съществуване, които са скрити под осъзнатите и ясно изразени разбирания и видимото самопознание. Единственият начин да разбереш в какво вярваш (а не в какво си мислиш, че вярваш) е да наблюдаваш действията си. Преди да го направиш, ти просто не знаеш в какво вярваш. Ти си прекалено сложен и не е толкова лесно да разбереш себе си.

Трябва внимателно да наблюдаваш, да учиш и да се образоваш, да размишляваш и да общуваш с другите. Едва тогава можеш да се докоснеш до повърхността на своите вярвания. Всичко, което е ценно за теб, е плод на невъобразимо дълъг процес на развитие – в индивидуален, културен и биологичен план. Ти не разбираш по какъв начин това, което искаш – и следователно виждаш, – е предопределено от необятното и непонятно минало. Не разбираш как всяка невронна верига, през която опознаваш света, е еволюирала (при това доста болезнено) под въздействие на етичните стремежи на твоите предшественици в продължение на милиони години, под въздействие на живота, появил се милиарди години преди това.

Точно така, ти не разбираш нищо.

Не знаеше дори, че си сляп.

Известна част от информацията за нашите вярвания е документирана. В продължение на десетки, стотици хиляди години ние наблюдаваме своите действия и поведение, размишляваме върху наблюденията си и разказваме истории през призмата на тези размишления. Всичко това е продиктувано от

¹²⁹ Bж. http://www.earlychristianwritings.com/thomas/gospelthomas13.html

 $^{^{130}}$ Притча 114. Евангелие на Тома не е канонично евангелие и не присъства в Новия завет на Библията. – *Б. пр*.

нашия стремеж, индивидуален и колективен, да открием и да обясним ясно и точно в какво вярваме. Част от познанието, придобито по този начин, е обобщено от големите световни учения и е съхранено в различни текстове от древността, като Дао Дъ Дзин 131, вече споменатите ведически текстове и историите от Библията. За добро или за лошо. Библията е основният писмен документ на западната цивилизация (даващ информация за западните ценности, морал и представи за добро и зло). Той е плод на работа и усилия, които като процес остават извън възможностите на нашето разбиране. Библията е всъщност библиотека от много книги, написани и редактирани от най-различни хора. Тя е документ, който се ражда постепенно, чрез подбор и добавяне на текстове, образували накрая една обща, съгласувана история, писана от никой и от всеки в течение на хиляди години. Тя се появява от дълбините на съзнанието и е дело на колективното човешко въображение, което на свой ред е плод на невъобразими сили, оказвали въздействие в течение на колосални периоди от време. Нейното внимателно и почтително изучаване може да ни разкрие ценна информация за това в какво вярваме, как постъпваме и как би трябвало да постъпваме – информация, каквато не можем да придобием по никакъв друг начин.

Бог от Стария завет и Бог от Новия завет

Бог от Стария завет изглежда суров, критичен, непредсказуем и опасен, особено при повърхностен прочит. Християнските тълкуватели на Библията подсилват това впечатление, за да подчертаят разликата между старата и новата част на Светото писание. Този замисъл (който съвсем не е невинен) не остава без последици. Когато се среща с образа на Йехова, съвременният човек си мисли: "Никога не бих повярвал в такъв Бог". Ала старозаветният Бог изобщо не се интересува от мнението на съвременния човек. Както не се интересува и от мнението на хората от Стария завет (макар че Той учудващо често позволява да спорят с него, което става ясно от историята на Авраам). Въпреки това, когато Неговите хора се отклоняват от правия път – не се подчиняват на волята Му, не спазват заветите Му и нарушават заповедите Му, – неприятностите никога не закъсняват. Ако не се подчиняваш на повелите на Бога, каквито и да са те и колкото и да се опитваш да ги заобиколиш, това обрича на ужасни беди и теб, и децата ти, и децата на твоите деца.

Реалистите са тези, които създадоха, или забелязаха, Бога от Стария завет. Когато жителите на онези древни общества поемали нехайно по грешния път, той ги довеждал до робство и страдание – понякога в течение на векове –

 $^{^{131}}$ Дао Дъ Дзин е древен текст, датиран от 4 в.пр.Хр., за чийто автор се смята Лао Дзъ. Основният труд, в който е изложена философията на даоизма. – E.np.

или до пълно изтребление. Има ли правда в това? Справедливо ли е? Честно ли е? Авторите на Стария завет засягат тези въпроси с крайна предпазливост и в много редки случаи. Те са на мнение, че Създателят на Битието знае много добре какво прави, че силата и властта по същество са в Неговите ръце и че повелите Му трябва покорно да се спазват. Авторите на древния текст са прозорливи хора. Те знаят, че Бог и могъщата Природа са едно и също. Може ли гладният лъв да е честен и справедлив? Разбира ли той от правда? Що за безсмислени въпроси? Израилтяните от Стария завет са били наясно, че с Бог шега не бива и че ако разгневеното Божество допусне на главите им да се стовари самият Ад, то той ще бъде напълно реален. Ние също сме близо до това осъзнаване, след като неотдавна изпратихме едно столетие, белязано от жестоките зверства на Хитлер, Сталин и Мао.

Бог от Новия завет често се изобразява като един напълно различен персонаж (да не забравяме обаче, че книгата Откровение на Свети Йоан, където се говори за Страшния съд, отправя предупреждение към наивните вярващи). Този Бог напомня за благодушния Джепето, който е майстор дърводелец и всеотдаен баща. Той ни мисли най-доброто. Той е любящ и всеопрощаващ. Е, ако съгрешиш прекалено много, ще те изпрати в Ада, разбира се. Но като цяло Той е Богът на любовта. Това звучи колкото оптимистично и наивно обещаващо, толкова и невероятно. В света, в който живеем – в този инкубатор на смърт и разруха, – кой би повярвал на такава история? В света, създал Аушвиц, кой би повярвал на приказката за добрия Бог? Именно по тези причини немският философ Ницше, може би найсуровият критик, влизал в спор с християнството, определя Бога от Новия завет като най-голямото литературно престъпление в западната история. В "Отвъд доброто и злото" той пише:

В иудейския Ветхий завет, книгата за справедливостта на Бога, има хора, неща и текстове от такъв висок стил, че гръцката и литература предложат индийската не могат да съпоставимо. Човек стои в ужас и страхопочитание пред тези величествени останки от онова, което някога е бил човекът, и не може да не изпадне в тъжни размисли за древна Азия и за нейното издадено напред полуостровче Европа [...] Да бъде слепен този Нов завет, нещо като рококо на вкуса във всяко едно отношение, с Ветхия завет в една книга като Библия, като Книга за себе си: това може би е най-голямата дързост и най-тежкият "грях спрямо духа", който тежи на съвестта на литературна Европа.¹³²

 $^{^{132}}$ Ницше, Фр. *Отвъд доброто и злото*; прев. Ренета Килева-Стаменова. изд. "Захарий

Може би само най-наивните сред нас биха повярвали, че този жесток свят се управлява от едно толкова добро и милостиво Създание? Но това, което е непонятно за слепеца, може да е напълно очевидно за онзи, чиито очи са отворени.

А сега да се върнем на ситуацията, при която целите ти се определят от някаква дребнава емоция — в нашия случай завистта към шефа ти. Тази завист превръща света, който ти обитаваш, в място на огорчение, разочарование и презрение. Нека си представим, че започваш да забелязваш, да анализираш и преосмисляш нещастието си. След това решаваш да поемеш отговорност за него и се осмеляваш да допуснеш, че е възможно поне в някаква степен да го контролираш. Тогава отваряш око за миг и поглеждаш. Вече искаш нещо по-добро. Решаваш да пожертваш своята дребнавост, разкайваш се за завистта и разтваряш сърцето си. Вместо да проклинаш мрака, пропускаш в сърцето си малко светлина. И тогава правиш избор: вече ще се стремиш към по-добър живот, вместо към по-добър офис.

Но това е само началото. Изведнъж осъзнаваш, че е погрешно да се стремиш към по-добър живот, ако това означава да навредиш на някой друг. Започваш да мислиш креативно. Решаваш да опиташ една малко по-сложна игра. Да, ти продължаваш да мечтаеш за по-добър живот, но по такъв начин, че животът на семейството ти също да стане по-добър. Всъщност на семейството и на приятелите ти. Или още по-хубаво – на семейството, на приятелите и на всички хора около тях. Ами враговете ти? И тях ли трябва да включиш в сметката? По дяволите, нямаш никаква представа как да излезеш от това затруднение. Но нали си учил история. Знаеш каква е цената на агресията и враждата. Така започваш да желаеш доброто дори на враговете си, или поне се стараеш, защото все още не може да се каже, че си овладял тези емоции.

С това се променя и посоката на погледа ти. Вече виждаш отвъд ограниченията, които (без дори да осъзнаваш) са те спъвали. Пред теб изникват нови възможности и правиш всичко по силите си, за да ги реализираш. Животът ти наистина става по-добър. А ти продължаваш да размишляваш: "Какво значи по-добър? Може би значи по-добър живот за мен, за семейството, за приятелите и дори за враговете ми. И не само. Значи също по-добър живот днес, но по такъв начин, че да става още по-добър утре, след седмица и след година. А после след десет, след сто, след хиляда години. И така завинаги".

И тогава "по-добър" означава да се стремиш към Подобряване на Битието, с главно П и главно Б. Мислейки по този начин, осъзнавайки всичко това, ти

Стоянов", София, 2002 г.

поемаш риск. Решаваш да се отнасяш към старозаветния Бог (с Неговото страшно и често пъти сякаш произволно правосъдие), като че ли е съвсем същият Бог от Новия завет (макар да разбираш, че това твърдение е абсурдно по много причини). С други думи, решаваш да действаш така, сякаш съществуването може да бъде оправдано от доброто в него – достатъчно е ти да постъпваш добре. Точно това решение, тази декларация на екзистенциална вяра ти помага да преодолееш нихилизма, недоволството и високомерието. Декларирането на тази вяра отблъсква омразата към Битието и всички произтичащи от нея злини. Но тази вяра няма нищо общо с желанието да вярваш в неща, за които прекрасно знаеш, че са лъжа, нито с детската вяра във вълшебството – подобна вяра е израз на невежество, дори на доброволна слепота. За разлика от нея, истинската вяра е в осъзнаването, че трагичната ирационалност на живота трябва да се балансира с едно също толкова ирационално упование в изначалната доброта на Битието. Това е желанието да отправиш поглед към недостижимото и в същото време да си готов да пожертваш всичко, включително (и най-важното) живота си. Осъзнаваш, че буквално не можеш да направиш нищо по-добро. Но откъде да започнеш (ако приемем, че си достатъчно лекомислен, за да опиташ)?

За начало можеш да се опиташ да не мислиш, или по-точно, да не мислиш толкова язвително, а също и да спреш да подчиняваш вярата си на сегашната си рационалност с нейната ограничена гледна точка. Това не означава "да се правиш на глупак". Напротив. Означава да престанеш да лавираш, да правиш сметки, да кроиш заговори и да плетеш интриги, да се налагаш и да изискваш, да си затваряш очите, да пренебрегваш и да наказваш. Означава да се откажеш от старите си стратегии. И вместо това да започнеш да обръщаш внимание – както никога досега.

Обръщай внимание

Обръщай внимание. Фокусирай се върху заобикалящата те среда, физическа и психологическа. Избери нещо, което те дразни, притеснява и не ти дава мира и което можеш и искаш да промениш. Можеш да откриеш кои са тези неща, като си зададеш (с искрена заинтересованост) следните три въпроса: "Какво ме притеснява?", "Мога ли да го променя?" и "Наистина ли имам желание да го променя?". Ако отговориш с "не" дори само на един от тези въпроси, помисли за нещо друго. Свали летвата. Потърси нещо, което те притеснява и което можеш и искаш да промениш, и го промени. За този ден това е достатъчно.

Може би на бюрото ти се е събрала купчина документи, с които отдавна отказваш да се заемеш. Избягваш дори да поглеждаш натам, когато влизаш в стаята. В тази купчина дебнат ужасни неща: данъчни бележки, сметки за

плащане и писма от хора, искащи от теб все неща, които не можеш да направиш. Обърни внимание на страха си и покажи съчувствие към себе си. Възможно е в тази купчина да се спотайват змии. И някоя да те ухапе. Там може да се крие и някоя хидра¹³³. Ще отсечеш една от главите, но на нейно място ще поникнат други седем. Как би могъл изобщо да се справиш?

Задай си въпроса: "Има ли нещо във връзка с тази купчина документи, което съм склонен да направя? Готов ли съм да прегледам поне част от тях? Да кажем, за около двайсет минути?". И този път отговорът може да е "Не!". Опитай да им отделиш десет, пет или поне една минута. Започни отнякъде. Скоро ще откриеш, че огромният куп значително е намалял само защото си прегледал част от документите. Ще установиш също, че цялото е съставено от части. Ами ако след това се наградиш? Може да си позволиш чаша вино с вечерята или да се сгушиш на дивана и да почетеш, или, защо не, да погледаш някой глупав филм. Може да помолиш съпругата или съпруга си да ти каже едно "браво", след като приключиш с планираната задача. Как мислиш, това ще те мотивира ли? Онези, от които очакваш да получиш признателност, може да не се сещат да я изразяват, но това не бива да те спира. Всеки може да се научи, дори да е страшно неумел в началото. Запитай се честно какво би те мотивирало да се заемеш с дадена задача и обърни внимание на отговора. Не си казвай: "Не е хубаво, че имам нужда да се мотивирам". Какво изобщо знаеш за себе си? От една страна, ти си най-сложното нещо в цялата вселена, а от друга, не можеш да настроиш часовника на микровълновата. Не надценявай степента, до която се познаваш.

Позволи на задачите за деня сами да изплуват. Това може да стане сутринта, докато все още седиш на ръба на леглото. Или пък вечерта, малко преди да заспиш. Помоли себе си за доброволно участие в този процес. Ако помолиш мило и слушаш внимателно, ако не се опитваш да хитруваш, найвероятно ще го получиш. За известно време прави това всеки ден. А после — до края на живота си. Съвсем скоро ще забележиш някои промени. Вече по навик ще си задаваш въпроса: "Какво мога и искам да направя, за да стане Животът по-добър?". По този начин ти не си налагаш какво трябва да означава това "по-добър". Не си служиш с тоталитарни или утопични методи, дори по отношение на себе си, защото си научил важен урок от Хитлер, Сталин и Мао, а също и от личен опит, и вече знаеш, че тоталитаризмът е нещо лошо. Поставяй си високи цели. Отправи поглед към най-високата: създаване на по-добро Битие. Настрой се, вътре в душата си, в съзвучие с Истината и с най-висшето Добро. Хаосът на този свят съдържа обитаем ред, който чака да бъде създаден, и красота, която чака да се роди. Има също и

 $^{^{133}}$ Лернейската хидра е чудовище от древногръцката митология с тяло на змия и найчесто девет драконови глави, макар че броят им варира според различните източници. – E.np.

зло, което човекът трябва да победи, и страдание, което трябва да облекчи. А към себе си той има дълг да стане по-добър човек.

В това именно, по мое мнение, се изразява най-висшата етика на западния канон¹³⁴. Това е и посланието на будещите вечна полемика пламенни думи, които Исус изрича в Проповедта на планината 135 и които в известен смисъл обобщават същината на мъдростта на Новия завет. Това е опитът на Човешкия дух да трансформира разбирането за етиката от първоначалната и необходима забрана към детето ("Недей...") и Десетте Божи заповеди в ясно изразеното позитивно виждане на истинската личност. Това е израз не просто на достоен за възхищение самоконтрол и себевладеене, а на фундаменталния стремеж да поправиш света. Това не е премахване на злото, а неговата противоположност – абсолютното добро. Проповедта на планината описва истинската природа на човека и очертава действителната цел на човечеството: фокусирай се върху днешния ден, за да можеш да живееш в настоящето, и насочи вниманието си към нещата, които са точно пред теб – но едва след като позволиш на светлината в теб да се покаже, за да оправдае Битието и да огрее света. Направи го едва тогава, когато решиш да пожертваш всичко, което трябва да се пожертва, за да тръгнеш по следите на най-висшето добро.

Разгледайте кремовете как растат; не се трудят нито предат; но казвам ви, нито Соломон във всичката си слава не се е обличал както един от тях.

И ако Бог така облича полската трева, която днес я има, а утре я хвърлят в пещ, колко повече ще облича вас, маловери!

И тъй, не търсете какво да ядете и какво да пиете, и не се съмнявайте;

защото всичко това търсят народите на света; а Отец ви знае, че се нуждаете от това.

Но търсете [Божието] царство и [всичко] това ще ви се прибави. Не бой се, малко стадо, защото Отец ви благоволи да ви даде царството.

Продайте имота си и давайте милостиня; направете си кесии, които не овехтяват, неизчерпаемо съкровище на небесата, гдето крадец не се приближава, нито молец изяжда.

Защото гдето е съкровището ви, там ще бъде и сърцето ви. (Лука 12:27-34)

¹³⁴ Събирателно наименование за най-високите образци в западната литература, философия, музика и изобразително изкуство, придобили статут на класически произведения. -*Б.*<math>np.

¹³⁵ Проповедта на планината е описана в глави 5, 6 и 7 на Евангелие от Матей. В нея преимуществено е изложена моралната страна от учението на Исус Христос. – Б.ред.

Процесът на осъзнаване е започнал. Вече обръщаш внимание и не се държиш като тиранин. Казваш истината, вместо да манипулираш. Учиш се да преговаряш, вместо да се правиш на жертва или да бъдеш тиранин. Вече не завиждаш, защото не смяташ, че другият човек живее по-добре. Не се чувстваш объркан, тъй като се учиш най-напред да си поставяш малки цели и да бъдеш търпелив. Постепенно откриваш кой си, какво искаш и какво си готов да направиш. Разбираш, че твоите специфични проблеми се нуждаят от също толкова специфични, индивидуални решения. Вече не се бъркаш в работите на другите, защото самият ти имаш предостатъчно за вършене.

Фокусирай се върху днешния ден, като се стремиш към най-висшето добро.

Сега твоята траектория е насочени към висините. Изпълнен си с надежда. Дори несретникът от потъващия кораб може да изпита щастие, щом стъпи в спасителната лодка. Кой знае къде може да го отведе бъдещето. Може би щастливото пътуване е много по-важно от успешното пристигане...

Търси и ще намериш. Почукай и ще ти се отвори. Ако търсиш така, сякаш го искаш, и почукаш така, сякаш наистина искаш да влезеш, може би ще получиш шанса да подобриш живота си — малко, много, изцяло. А това подобрение е напредък за цялото Битие.

Сравнявай се с човека, който си бил вчера, а не с някой друг днес.

ОБЩО ПРАВО

Общото право на Англия беше въведено на този континент с пристигането на първите заселници на 13 май 1607 година. Първата харта, издадена от Джеймс I на вирджинската компания през 1606 година, постановява, че жителите на колонията "....ще притежават и ще се ползват от всички свободи, права и привилегии... Сякаш са родени и живеят в земите на английската корона... ". След Магна харта, общото право стана крайъгълен камък на личните свободи, дори срещу короната. Неговите принципи, обобщени по-късно в закона за правата, вдъхновиха разширяването на нашата система от свободи, защитени от закона. Това е нашето най-скъпо притежание и гордо достижение.

Съставено от адвокатско сдружение на Вирджиния, 17 май 1959-та.

THE COMMON LAW

HERE THE COMMON LAW OF ENGLAND WAS ESTABLISHED ON THIS CONTINENT WITH THE ARRIVAL OF THE FIRST SETTLERS ON MAY 13,1607. THE FIRST CHARTER GRANTED BY JAMES I TO THE VIRGINIA COMPANY IN 1606 DECLARED THAT THE INHABITANTS OF THE COLONY"... SHALL HAVE AND ENJOY ALL LIBERTIES, FRANCHISES AND IMMUNITIES. AS IF THEY HAD BEEN ABIDING AND BORNE WITHIN THIS OUR REALME OF ENGLANDE ... '. SINCE MAGNA CARTA THE COMMON LAW HAS BEEN THE CORNERSTONE OF INDIVIDUAL LIBERTIES, EVEN AS AGAINST THE CROWN, SUMMARIZED LATER IN THE BILL OF RIGHTS ITS PRINCIPLES HAVE INSPIRED THE DEVELOPMENT OF OUR SYSTEM OF FREEDOM UNDER LAW, WHICH IS AT ONCE OUR DEAREST POSSESSION AND PROUDEST ACHIEVEMENT. PRESENTED BY THE VIRGINIA STATE BAR MAY 17, 1959





ПРАВИЛО 5.

НЕ ПОЗВОЛЯВАЙТЕ НА ДЕЦАТА СИ ДА ПРАВЯТ НЕЩА, КОИТО ВИ КАРАТ ДА НЕ ГИ ХАРЕСВАТЕ

Не, не е нормално

Наскоро наблюдавах как едно тригодишно хлапе едва-едва се влачи след родителите си сред тълпите хора на летището. На интервали от пет секунди то надаваше пронизителен вик – и по-важното, правеше го нарочно, а не по необходимост. Не беше на предела на силите си – като баща можех да позная по тона му. То дразнеше родителите си и стотици други хора, за да привлече внимание. Може би имаше нужда от нещо. Но това не беше начинът да го получи и родителите му трябваше да му го покажат. Вероятно ще възразите, че са били "изтощени от дългия полет и часовата разлика". Но ако бяха отделили трийсет секунди, за да решат проблема, щяха да сложат край на тази позорна сцена. Един по-грижовен родител не би позволил детето му да се превърне в обект на презрение от страна на тълпата.

Веднъж наблюдавах майка и баща, които не можеха или просто не искаха да кажат "не" на двегодишното си дете и бяха принудени неотлъчно да го следват по петите, вместо да се наслаждават на това, което би трябвало да бъде приятно събиране с приятели. Когато не контролираха всяко негово движение, детето се държеше толкова зле, че беше рисковано да го изпуснат от поглед дори за секунда. Желанието на родителите да му позволят да бъде спонтанно, без да го коригират, по някаква извратена ирония беше довело до обратния ефект: те бяха отнели всички шансове на детето да направи нещо самостоятелно. Тъй като не си бяха направили труда да го научат какво значи "не", то нямаше никаква представа за разумните граници, които осигуряват максимална независимост на малките деца. Това беше класически пример за твърде много хаос, който поражда твърде много ред (и обратното, което е неизбежно). В подобна ситуация бяха двама родители на едно вечерно парти – те останаха изолирани от разговорите на присъстващите, защото децата им, на 4 и 5 години, доминираха на социалната сцена, като изядоха средата на всяка филийка хляб и тормозеха всички гости, докато мама и татко просто ги наблюдаваха, потънали от срам и неспособни да се намесят.

Когато дъщеря ми беше малка, едно дете я удари по главата с метално камионче. Година по-късно станах свидетел как същото това дете блъсна злобно по-малката си сестричка върху една стъклена масичка за кафе. Майка му го взе на ръце (него, а не изплашената си дъщеря) и кротко му каза да не прави така. Междувременно го потупваше утешително по начин, който

недвусмислено изразяваше одобрение. Тя възпитаваше един малък бог – господар на вселената. Това е тайната, неизказана цел на много майки, голяма част от които се изживяват като застъпници на равенството между половете. Тези жени ще се противопоставят енергично на всяка заповед, излязла от устата на един мъж, но ако синът им, зает с много важна видео игра, поиска сандвич с фъстъчено масло, веднага ще се втурнат към кухнята. Бъдещите съпруги на тези момчета имат сериозно основание да мразят свекървите си. Уважение към жените ли? Това важи за другите момчета, за другите мъже, но не за техните скъпи синове.

Вероятно нещо подобно лежи в основата на предпочитанието към децата от мъжки пол, което се наблюдава най-вече в страни като Индия, Пакистан и абортите заради нежелан пол на детето са широко Китай, където разпространени. Статията в Уикипедия, посветена на това явление, обяснява съществуването му с определени "културни норми", които облагодетелстват децата от мъжки пол. (Цитирам Уикипедия, защото тя се пише и редактира колективно и следователно е идеалният източник на данни за общоприети схващания.) Засега обаче липсват доказателства за строго културния на тези предпочитания. 3a сметка на това правдоподобни психо-биологични предпоставки за еволюцията на тази нагласа, но те не са никак привлекателни от съвременната егалитарна гледна точка. Ако обстоятелствата те принуждават да поставиш всички яйца в една кошница, така да се каже, синът е по-добър жребий според строгите правила на еволюцията, за която няма нищо по-важно от предаването на гените. Защо е така?

Дъщерята, която е успешна от гледна точка на репродукцията, може да осигури на родителите си между осем и девет внуци. Една от рекордьорките в това отношение, Ита Шварц. оцеляла от Холокоста, има три поколения преки наследници, постигнали този репродуктивен успех. До смъртта ѝ през 2010 година потомците ѝ наброяват две хиляди души. ¹³⁶ Но ако имате репродуктивно успешен син, таванът на възможностите е само небето. Сексът с много на брой партньорки е билетът му за размножаване в геометрична прогресия (имайки предвид практическото ограничение на нашия вид да ражда по едно дете наведнъж). Мълвата твърди, че актьорът Уорън Бийти и спортистът Уилт Чембърлейн са преспали с няколко хиляди жени (което при рок звездите също не е необичайно). Благодарение на съвременните средства за контрол на раждаемостта те имат малко деца – за разлика от някои личности от далечното минало. Например Джоканга, родоначалник на династията Цин (около 1550 година), по мъжка линия е

¹³⁶ Вж. https://www.nytimes.com/2010/02/21/nyregion/21yitta.html

прародител на милион и половина души в североизточен Китай. ¹³⁷ Средновековната династия О'Нейл създава три милиона потомци от мъжки пол, съсредоточени в североизточна Ирландия и в Съединените щати (в резултат на ирландската емиграция). ¹³⁸ А шампионът в тази класация, Чингиз Хан, завоевател на огромна част от Азия, 34 поколения след смъртта си е предшественик на 8% от мъжете в Централна Азия — което прави шестнайсет милиона потомци от мъжки пол. ¹³⁹ Както виждаме, от гледна точка на биологията има сериозна причина много родители да предпочитат синовете до такава степен, че да отстраняват ембрионите от женски пол. Не твърдя обаче, че между тези две явления съществува пряка причинноследствена връзка, нито пък, че не се намесват други фактори, свързани в поголяма степен с културната принадлежност.

Привилегированото, по-добро отношение, което получава синът по време на своето израстване, може да му помогне да се превърне в привлекателен, хармонично развит и уверен млад мъж. Точно това се случва с бащата на психоанализата Зигмунд Фройд, който споделя: "Мъжът, който е бил безспорен фаворит за майка си, запазва за цял живот чувството на завоевател – тази увереност в успеха, която често поражда истинския успех". 140 В това има логика. Но от "чувството на завоевател" лесно може да се стигне до "истински завоевател". Забележителният репродуктивен успех на Чингиз Хан несъмнено е бил за сметка на успеха на много други (включително милионите убити китайци, персийци, руснаци и унгарци). Следователно разглезването на сина може да е полезно от гледна точка на "егоистичния ген" (според известния израз на еволюционния биолог Ричард Докинс), защото се създават възможности гените на предпочитаното дете да се възпроизведат чрез безкрайно много потомци. Но от друга страна, това може да доведе до мрачна, болезнена драма в настоящето, която в бъдеще да се изроди в нещо неописуемо опасно.

Казаното дотук не означава, че всички майки предпочитат синовете пред дъщерите си (или че дъщерите никога не са предпочитани пред синовете, а бащите понякога не предпочитат синовете си). На преден план може да

¹³⁷ Balaresque, P., Poulet, N., Cussat-Blanc, S., Gerard, P., Quintana-Murci, L., Heyer, E., & Jobling, M. A. (2015). "Y-chromosome descent clusters and male differential reproductive success: young lineage expansions dominate Asian pastoral nomadic populations." *European Journal of Human Genetics*, 23,1413-1422.

¹³⁸ Moore, L. T., McEvoy, B., Cape, E., Simms, K., & Bradley, D. G. (2006). "A Y-chromosome signature of hegemony in Gaelic Ireland." *American Journal of Human Genetics*, 78, 334-338.

¹³⁹ Zerjal, T., Xue, Y., Bertorelle, G., Wells et al. (2003). "The genetic legacy of the Mongols." *American Journal of Human Genetics*, 72, 717-21.

¹⁴⁰ Jones, E. (1953). *The life and work of Sigmund Freud (Vol. I)*. New York: Basic Books, p. 5.

излязат и други фактори. Понякога несъзнаваната омраза (всъщност тя невинаги е толкова несъзнавана) превъзхожда родителската загриженост към детето, независимо от пола, характера или ситуацията.

Познавах едно четиригодишно момче, което най-редовно оставяха да стои гладно. Когато бавачката му получи някаква травма и нямаше кой да го гледа през деня, временно всички съседи се редувахме да се грижим за него. Майка му го остави у нас и ни предупреди, че през целия ден синът ѝ няма да хапне нищо.

– Това е нормално – добави тя.

Не, не е нормално (в случай че не е очевидно). Това четиригодишно момченце часове наред следваше навсякъде жена ми и я гледаше с отчаяние и обожание, след като тя вложи цялата си упоритост, търпение и състрадание, за да успее да го нахрани на обяд, като през цялото време го поощряваше и не му позволяваше да се откаже. То седеше на сложената за обяд маса с всички нас — жена ми и аз, двете ни деца и две съседски деца, които гледахме през деня — и в началото отказваше да отвори уста. Тами държеше лъжицата пред него и чакаше търпеливо, докато момчето въртеше глава, използвайки защитните методи, типични за едно непослушно и лишено от грижи невръстно дете.

Тя не му позволи да се откаже. Галеше го по главата всеки път, когато склоняваше да отвори уста и да преглътне храната, и при всеки успех го хвалеше, че е "добро момче". Жена ми наистина вярваше, че той е добро дете. Едно много сладко, но травмирано дете. След десет не чак толкова мъчителни минути чинията му беше празна. Всички наблюдавахме в напрегнато мълчание. Това беше момент на живот и смърт.

– Ето виж – каза Тами и вдигна чинията. – Изяде си всичко.

Това момче, което при първата ни среща се криеше в ъгъла и гледаше унило; което отказваше да общува с другите деца; постоянно се мръщеше и не реагираше, когато го закачах и гъделичках — същото това момче сега се усмихваше широко и лъчезарно. Радостта му се предаде на всички около масата. Оттогава са минали двайсет години, но този спомен все още ме кара да се просълзявам. През остатъка от деня детето вървеше по петите на жена ми като кученце и нито веднъж не я изпусна от поглед. Щом Тами седнеше някъде, то се настаняваше в скута ѝ, сгушваше се в нея и отново се отваряше за света, като отчаяно търсеше любовта, която дълго му беше отказвана. По-късно същия ден (за съжаление, прекалено скоро) майка му отново се появи. Тя влезе в стаята, в която се бяхме събрали, и щом видя детето, сгушено в скута на жена ми, презрително каза:

– О, супермама...

Черното ѝ каменно сърце не трепна. После си тръгна, влачейки за ръка обреченото си дете. Тя беше психолог. Има неща, които се виждат и с

Всички мразят аритметиката

Клиентите от клиничната ми практика често идват при мен, за да говорят за ежедневните си семейни проблеми. Обикновените, рутинни тревоги крият една опасност. Заради своето обичайно и предсказуемо проявление те изглеждат тривиални. Но тази тривиалност е измамна. Тя се състои от нещата, които се случват всеки ден и постепенно оформят живота ни, а времето, което ден след ден прекарваме по един и същ начин, тревожно расте. Наскоро един баща сподели с мен¹⁴¹, че изпитва огромни затруднения всяка вечер, когато слага сина си да си легне. Четиресет и пет минути от този преминавали обикновено В разправии. Направихме изчисления. Четиресет и пет минути на ден, седем дни в седмицата – това прави около триста минути или пет часа на седмица. Пет часа, умножени по четири седмици в месеца – това са двайсет часа на месец. Двайсет часа на месец по дванайсет месеца в годината прави двеста и четиресет часа на година. Това са шест (40-часови) работни седмици.

Клиентът ми прекарваше шест работни седмици в годината в безрезултатни и мъчителни спорове със сина си. Излишно е да споменавам, че и двамата страдаха от това. Дори да имате най-добри намерения, дори да сте мили и търпеливи по характер, ще бъде невъзможно да запазите добри отношения с някого, с когото се карате шест седмици в годината. Неизбежно ще се натрупа огорчение. Но дори да не се случи, това е време, пропиляно в неприятни преживявания, време, което може да се използва за нещо попродуктивно, полезно и забавно, както и не толкова стресиращо. Как да тълкуваме тези ситуации? Кой е виновен: родителят или детето? Природата или обществото? И има ли нещо, което може да се направи?

Според някои източникът на тези проблеми е светът на възрастните – в частност родителят или обществото като цяло. "Лоши деца няма – смятат тези хора, – има само лоши родители." Когато идеализираният образ на невинното дете изникне в ума, тази идея изглежда напълно оправдана. Децата са очарователни и открити, изпълнени са с радост, доверие и обич и затова е толкова лесно да хвърлим вината върху възрастните. Но тази склонност е наивно романтична и опасна. Тя е едностранчива – особено когато става дума за родителите на проблемни деца. Такава е също и склонността безкритично да виним обществото за човешката поквара. Това

 $^{^{141}}$ Тук, както и на други места в книгата, давам примери от клиничния си опит (или от личния, както видяхме по-горе). Постарах се да запазя непокътната поуката от тези истории, премълчавайки много подробности, за да не наруша неприкосновеността на личния живот. Надявам се, че съм успял да постигна правилния баланс. – E.a.

заключение измества проблема назад във времето. Не обяснява и не решава нищо. Ако покварено е обществото, а не индивидите, които го съставят, тогава откъде е дошла покварата? Как се е разпространила? Това е една ограничена, дълбоко идеологическа теория.

Още по-тревожно е твърдението, произтичащо от презумпцията за обществена поквара, че всички проблеми на индивида, дори най-рядко срещаните, трябва да се решават чрез културно преструктуриране, колкото и радикално да е то. Обществото ни все по-често се сблъсква с призива да разрушим стабилизиращите традиции, за да включим в обществото онези малцинствени групи, неспособни или нежелаещи да се впишат в категориите, на които се опират дори възприятията ни. Това не е хубаво. Не може всеки личен проблем да се решава чрез социална революция, тъй като революциите са дестабилизиращи и опасни. Научили сме се да живеем заедно и да организираме сложните си общества бавно и постепенно, в продължение на големи периоди от време, и все още не разбираме напълно защо тази организация работи. Променяйки лекомислено обществените порядки в името на някакъв идеологически лозунг (каквито има много), вероятно ще създадем много повече проблеми, отколкото да постигнем нещо положително. Защото дори най-малките революции причиняват страдание.

Например, когато либерализирахме толкова радикално закона за разводите през 60-те години на миналия век, постигнахме ли нещо добро? Не съм убеден, че това е мнението на децата, чийто живот беше разбит заради хипотетичната свобода, която донесе този опит за разкрепостяване. Страхът и ужасът дебнат зад стените, които нашите предци мъдро са издигнали. Ние ги рушим и се излагаме на опасност. Несъзнателно се плъзгаме по тънък лед, а отдолу, в дълбоките студени води дебнат чудовища, каквито не можем и да си представим.

Струва ми се, че днешните родители са ужасени от децата си (не на последно място, защото ги смятат за проводник на хипотетичната социална тирания). Едновременно с това те са лишени от признание за ролята им на доброжелателни и необходими посредници на дисциплината, реда и общоприетите правила. Смутени и потиснати, те живеят в могъщата сянка на юношеския дух от 60-те – едно десетилетие, чиито крайности доведоха до развенчаване на зрелостта, до необоснована липса на вяра в съществуването на компетентна власт и до неспособност да се прави разлика между отговорната свобода и хаоса, породен от липсата на зрялост. Родителите станаха силно чувствителни към краткосрочното емоционално страдание на децата си. При това страхът, че може да им навредят, нарасна болезнено и стана вреден. Вероятно ще възразите: по-добре това, отколкото обратното. Но катастрофата обикновено се спотайва в крайните прояви на всеки морален модел.

Позорният дивак

Твърди се, че всеки човек, съзнателно или не, е последовател на някой от влиятелните философи. Убеждението, че детският дух е чист и неопетнен и може да бъде покварен единствено от културата и обществото, до голяма степен е заимствано от Жан-Жак Русо – философ от 18-ти век, роден в Швейцария. ¹⁴² Русо е убеден в покваряващото влияние на човешкото общество и частната собственост. Той твърди, че няма нищо по-прекрасно и по-нежно от човека, незасегнат от цивилизацията. По същото време Русо установява, че ролята на баща не е за него, и оставя пет от децата си на милостивото и фатално благоволение на сиропиталищата от онова време.

Благородният дивак, когото Русо описва, е идеал — архетипна и религиозна абстракция, — а не съществото от плът и кръв, за каквото той го смята. Божественото дете, в своята митологична чистота, непрекъснато обитава човешкото въображение. То е потенциалът на младостта, новороденият герой, несправедливо обвиненият, отдавна изгубеният син на законния крал. То е усещането за безсмъртие, присъщо на най-ранните ни преживявания. То е Адам, съвършеният човек, който, неопетнен от греха, се разхожда заедно с Бог в Рая преди грехопадението. Но в човешките същества има не само добро, а и зло. Мракът, който вечно обитава душата, живее в нас и в найневинните ни години. Общо взето, с възрастта хората стават по-добри, а не по-лоши — опитът ги прави по-мили, по-съвестни и емоционално стабилни. 143 Тормозът над по-слабите в неговата най-чиста и жестока форма, която познаваме от училище, 144 рядко се проявява у възрастните. "Повелителят на мухите", мрачната и анархична антиутопия на Уилям Голдинг, неслучайно се превърна в класика.

Съществуват множество преки доказателства, че не е толкова просто да припишем на историята и на обществото ужасните прояви на човешкото поведение. Приматологът Джейн Гудол достига до това особено болезнено за нея откритие през 1974 година, когато забелязва, че любимите ѝ шимпанзета са не просто способни да извършват убийства (ако трябва да използвам подходящата за човека терминология), но освен това го правят охотно. 145

¹⁴² Кратък, но задоволителен преглед на тези идеи ще намерите тук: https://www.britannica.com/art/noble-savage

¹⁴³ За повече информация вижте: Roberts, B. W., & Mroczek, D. (2008). "Personality trait change in adulthood." *Current Directions in Psychological Science*, 17, 31-35.

¹⁴⁴ Тези въпроси са разгледани задълбочено и подкрепени с примери от Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Malden, MA: Blackwell Publishing.

¹⁴⁵ Goodall, J. (1990). Through a window: My thirty years with the chimpanzees of Gombe.

Поради шокиращия характер и огромно антропологическо значение на тези наблюдения тя ги пази в тайна в продължение на години. Гудол се опасява, че контактът ѝ с животните може да е причината за това неестествено поведение. След като публикува откритията си, мнозина отказват да им повярват. Скоро обаче става ясно, че наблюдаваното от нея поведение съвсем не е рядко срещано явление.

Шимпанзетата, така да се каже, водят междуплеменни войни. Освен това проявяват невиждана жестокост. Зрялото шимпанзе обикновено е два пъти по-силно от човека, въпреки че е по-дребно на ръст. 146 С известен ужас Гудол съобщава за склонността на изучаваните от нея шимпанзета да изтръгват здрави стоманени кабели и лостове. 147 Te са способни взаимно да се разкъсат на парчета и действително го правят. И за това не са виновни човешките общества и техните сложни технологии. 148 "Когато се будех нощем – пише тя, – често в съзнанието ми неканени нахлуваха ужасни картини. Сатана (шимпанзе, което Гудол наблюдава отдавна) е подложил шепа под брадичката на Сниф, за да пие от кръвта му, която блика от дълбока рана на лицето му... Джомео откъсва ивица кожа от бедрото на Де. Фиган се хвърля напред и обсипва с удари раненото, треперещо тяло на Голиат, един от неговите герои от детството." 149 Малки банди от млади шимпанзета, повечето от мъжки пол, "патрулират" по границите на своята територия. Ако срещнат натрапници и ако имат числено превъзходство, бандата напада и безмилостно ликвидира пришълците (дори това да са шимпанзета, с които някога са се познавали, но които после са се отцепили от разрасналата се група). Шимпанзетата нямат силно развито суперего, така че е разумно да имаме предвид, че човешката способност за самоконтрол може също да е надценена. Внимателен прочит на една толкова шокираща и ужасяваща книга като "Изнасилването на Нанкин" 150 от Айрис Чан, описваща жестокото унищожаване на един китайски град от японските нашественици, ще отрезви дори най-заклетия романтик. ¹⁵¹ А колкото по-малко се говори за Отряд 731 – създадена по същото време секретна японска част за изследвания в областта

_

Boston: Houghton Mifflin Harcourt.

¹⁴⁶ Finch, G. (1943). "The bodily strength of chimpanzees." *Journal of Mammalogy*, 24, 224 ¹⁴⁷ Гудол, Дж. *В сянката на човека*; прев. Весела Илиева, Лиляна Генкова. София, "Земиздат", 1982 г.

¹⁴⁸ Wilson, M.L. et al. (2014). "Lethal aggression in Pan is better explained by adaptive strategies than human impacts." *Nature*, 513, 414-417.

¹⁴⁹ Goodall, J. (1990). *Through a window: My thirty years with the chimpanzees of Gombe*. Houghton Mifflin Harcourt, pp. 128-129.

 $^{^{150}}$ Книгата описва събитията от Китайско-японската война (1937-1939), когато японската армия окупира Нанкин, тогава столица на Китай, и подлага града на разрушение, а мирното му население — на масово клане и изнасилвания. — E.np.

¹⁵¹ Chang, I. (1990). *The rape of Nanking*. New York: Basic Books.

на биологичните оръжия, – толкова по-добре. Четете за нея на свой риск. Предупредени сте.

Въпреки своя общностен начин на живот и изолирана култура, ловцитесъбирачи са много по-склонни да убиват, отколкото жителите на индустриалните градове. Годишният брой на убийствата в съвременна Великобритания е около 1 на 100 000. 152 В САЩ тази цифра е около четирипет пъти по-висока, а в Хондурас – цели 99 пъти, което е най-високата известна стойност за страните от съвременния свят. Данните обаче дават сериозни основания да се смята, че хората са станали далеч по-миролюбиви с течение на времето, с разрастването и по-високата степен на организираност в обществата. При африканските бушмени, които през 50-те години Елизабет Маршал Томас романтично описва като "безобидни хора" годишният брой на убийствата е бил 40 на 100 000. Тази стойност намалява с повече от 30%, след като бушмените са поставени под държавно управление. 154

Това е много поучителен пример как сложните социални структури служат, за да ограничават, а не да повишават човешката склонност към насилие. Според статистиката, в бразилското племе Яномами, известно със своята агресивност, броят на ежегодните убийства е 300 на 100 000. Но това не са най-високите стойности за подобни данни. За жителите на Папуа Нова Гвинея те варират между 140 и 1000 жертви на 100 000 души. ¹⁵⁵ А рекордът очевидно се държи от племето Като, коренно население на Калифорния, при което около 1840 година от насилствена смърт загиват 1450 на 100 000 души. ¹⁵⁶

Децата, както и всички човешки същества, нямат само добри страни, така че не могат да бъдат оставени да се развиват сами. Без влиянието на обществото те не могат да просперират и да постигнат съвършенство. Дори кучетата трябва да се социализират, за да бъдат приети от глутницата. А децата са доста по-сложни от кучетата. Това означава, че те могат много посериозно да се отклонят от правилното поведение, ако никой не ги обучава и дисциплинира, ако не насърчава най-доброто в тях. Означава също, че да

¹⁵⁴ Roser, M. (2016). *Ethnographic and archaeological evidence on violent deaths*. Източник: https://ourworldindata.org/ethnographic-and-archaeological-evidence-on-violent-deaths/

¹⁵² United Nations Office on Drugs and Crime (2013). Global study on homicide. Източник: https://www.unodc.org/documents/gsh/pdfs/2014_GLOBAL_HOMICIDE_BOOK_web.pdf

¹⁵³ Thomas, E.M. (1959). *The harmless people*. New York: Knopf.

¹⁵⁵ Пак там. И също: Brown, A. (2000). *The Darwin wars: The scientific battle for the soul of man*. New York: Pocket Books

¹⁵⁶ Keeley, L.H. (1997). War before civilization: The myth of the peaceful savage. Oxford University Press, USA.

приписваме всяка разрушителна човешка склонност на патологиите на социалната структура, е не само погрешно, но и назадничаво. Жизненоважният процес на социализация предотвратява много опасности и насърчава стремежа към доброто. За да просперират, децата трябва да трупат познание, а характерът им — да се оформя. Този факт е ясно изразен в поведението им: те отчаяно се борят за вниманието и на възрастните, и на връстниците си, тъй като това внимание е жизненонеобходимо, то ги превръща в ефективни и цивилизовани колективни играчи.

Липсата на грижовно внимание може да има същото (или по-голямо) пагубно въздействие като емоционалното и физическото насилие. В този случай злото е причинено от бездействие, а не чрез действие, но ефектът е също толкова дълбок и дълготраен. Родителите вредят на децата си, като "най-великодушно" не им обръщат внимание и пропускат да ги научат да бъдат наблюдателни, будни и съобразителни, оставяйки ги в едно неосъзнато, неопределено състояние. Те им нанасят ужасни щети, когато не смеят да ги коригират и ги оставят без напътствие просто защото се страхуват да не ги разстроят, да влязат в конфликт с тях. Винаги разпознавам тези деца на улицата. Те са разсеяни, апатични и блуждаещи. Те са мрачни и унили, вместо ведри и сияещи. Приличат на мъртво, необработено парче дърво, което чака някой да го намери и извае, за да му вдъхне живот.

Тези деца са подложени на хронично пренебрежение от връстниците си, защото с тях не е забавно да се играе. Възрастните също са склонни да ги пренебрегват (макар че никога не биха го признали). В началото на кариерата си работех в детски градини и занимални, където пренебрегваните деца търсеха вниманието ми отчаяно, неумело и недодялано, без да спазват подобаваща дистанция. Независимо с какво се занимавах в дадения момент, те се настаняваха до мен или направо в скута ми, водени от непреодолимата жажда за вниманието на някой възрастен – необходимият катализатор за понататъшното им развитие. Беше ми трудно да потисна раздразнението си (или дори отвращението) към тези деца с тяхната проточила се прекалено дълго инфантилност. Изкушавах се да ги отблъсна, в прекия и преносен смисъл на думата, макар че им съчувствах и разбирах трудното им положение. По мое мнение тази реакция, макар да е жестока и груба, е почти универсален вътрешен сигнал за тревога, който предупреждава, че може да е опасно да установиш отношения с едно зле социализирано дете. Опасността произтича от това, че е възможно да се развие незабавна и неуместна зависимост (принципно това е отговорност на родителя), която да изисква огромно количество време и ресурси.

Когато се сблъскат с такава ситуация, обикновено благоразположените връстници и възрастни са склонни да пренасочат вниманието си към взаимодействие с други деца, при които (колкото и грубо да звучи)

Родител или приятел

Пренебрежението и грубостта, характерни за неправилния или направо отсъстващ възпитателен подход, може да са умишлени – мотивирани от ясно изразени, съзнателни (макар и погрешни) родителски подбуди. Най-често обаче съвременните родители просто са парализирани от страха, че ако наказват децата си, те ще спрат да ги харесват и обичат. Родителите копнеят за приятелството на децата си и за да го получат, са готови да пожертват дори авторитета си. Това не води до нищо добро. Едно дете може да има много приятели, но само двама родители (ако изобщо ги има), а родителите са нещо повече от приятели. Приятелите имат ограничен авторитет и те не могат да коригират. Ето защо всеки родител трябва да се научи да приема моментния гняв или омраза, с които детето реагира в отговор на някакво корективно действие, тъй като неговата способност да се замисля и тревожи за дългосрочните последствия е силно ограничена. Родителите играят ролята на обществен арбитър. Те учат децата как да се държат, за да могат другите да взаимодействат с тях смислено и ефективно.

Да дисциплинираш едно дете, е проява на отговорност. Това не е гняв, породен от лошо поведение. Нито отмъщение за лоша постъпка. Това е деликатно съчетание между състрадание И дългосрочна Правилната дисциплина изисква усилия – тя е синоним на усилие. Трудно е да обръщаш адекватно внимание на децата. Трудно е да прецениш кое е правилно и кое е грешно, и защо е така. Трудно е да формулираш справедливи и щадящи методи за дисциплина, както и да се договориш за прилагането им с другите, които също участват в грижите за детето. Заради тази комбинация от отговорност и трудност предположението, че налаганите ограничения вредят на детето, е добре дошло. Щом тази идея бъде възприета, тя позволява на възрастните, които са достатъчно наивни, да изоставят дълга си, да се превърнат просто в посредници на инкултурацията 157 и да се преструват, че това е добро за детето. Всъщност това е дълбока и пагубна заблуда. Това е нехайно, жестоко и непростимо. Но склонността да си търсим оправдания не спира дотук.

Ние вярваме, че правилата ще потиснат неограничената креативност, присъща на детето, макар че научната литература дава ясно да се разбере, че: първо, онази креативност, която надхвърля границите на тривиалното, е

 $^{^{157}}$ Процес на опознаване и приобщаване на индивида към културата на дадена общност. Това включва приемане на нейните норми и ценности. – E.np.

изключително рядка¹⁵⁸ и, второ, строгите ограничения по-скоро улесняват, отколкото потискат творческите постижения 159. Вярата, че по своята същност правилата и структурата са разрушителни, често се съпътства от идеята, че децата могат да направят разумен избор кога да си лягат и с какво да се хранят, стига да позволим на истинската им природа да се прояви. Но тези схващания са не по-малко безпочвени. Децата са способни да преживяват на хот-дог, пилешки хапки и сладка зърнена закуска, ако с това внимание, ще придобият власт или привлекат необходимостта да опитат нещо ново. Вместо разумно и кротко да си легнат, те ще се борят със съня, докато умората не ги надвие. Нарочно ще провокират възрастните, докато изследват сложните контури на социалната среда – подобно на малките шимпанзета, които тормозят зрелите индивиди в стадото. 160 Като наблюдават последствията от поведението си, и шимпанзетата, и децата откриват границите на своята свобода, която в противен случай би била твърде неопределена и ужасяваща. Веднъж опознати, тези граници предлагат сигурност – дори когато процесът по откриването им предизвиква временно разочарование или объркване.

Веднъж заведох двегодишната си дъщеря на детската площадка. Тя се качи на една катерушка и увисна само на ръце. Едно предизвикателно малко чудовище на приблизително същата възраст беше стъпило на същия лост, за който тя се държеше. Наблюдавах как се придвижва към нея. Очите ни се срещнаха. Момчето бавно и преднамерено стъпи върху ръцете ѝ, като постепенно се отпускаше с цялата си тежест и продължаваше да ме гледа отгоре. Отлично знаеше какво прави. "Върви по дяволите, татенце!" – това беше неговата философия. На тази крехка възраст вече беше стигнало до заключението, че възрастните заслужават презрение и може спокойно да ги предизвиква. Жалко за него, защото един ден то щеше да стане същия възрастен. Това е безнадеждното бъдеще, на което го бяха осъдили родителите му. За негово огромно учудване, аз го грабнах от катерушката и го проснах на земята.

Не постъпих така, разбира се. Просто взех дъщеря си и я отведох на друго място. Но за него щеше да е по-добре, ако го бях направил.

Представете си един малчуган, който отново и отново удря майка си по лицето. Защо го прави? Глупав въпрос. Прекалено наивен. Отговорът е

¹⁵⁸ Carson, S.H., Peterson, J.B. & Higgins, D.M. (2005). "Reliability, validity and factor structure of the Creative Achievement Questionnaire." *Creativity Research Journal*, 17, 37-50.

¹⁵⁹ Stokes, P.D. (2005). *Creativity from constraints: The psychology of breakthrough*. New York: Springer.

¹⁶⁰ Wrangham, R. W., & Peterson, D. (1996). *Demonic males: Apes and the origins of human violence*. New York: Houghton Mifflin.

очевиден: за да доминира над нея. За да провери дали ще му се размине. Насилието не е никаква загадка. Истинската загадка е мирът. Насилието се случва естествено. То е лесна работа. Мирът е труден: той се учи, втълпява, печели. (Хората често задават грешно някои елементарни психологически въпроси. Защо хората вземат наркотици? Това не е загадка. Загадка е защо не ги вземат непрекъснато. Защо хората страдат от тревожност? И това не е загадка. Истинският въпрос е: Как изобщо могат да бъдат спокойни? Ние сме уязвими и смъртни, има хиляди неща, които могат да се объркат по хиляди начини, и би било нормално във всеки един момент да треперим от ужас. Но не го правим. Същото може да се каже и за депресията, мързела и престъпността.)

Ако мога да те нараня и надвия, значи бих могъл да правя каквото и когато си поискам, дори да си наблизо. Мога да те тормозя, за да задоволя любопитството си. Мога да привлека вниманието ти и да доминирам над теб. Мога да открадна играчката ти. Децата удрят, на първо място, защото агресията е вродена, въпреки че при някои индивиди тя е по-силно изявена, отколкото при други. И на второ място, защото агресията помага да постигнем желанията си. Глупаво е да смятаме, че този вид поведение се усвоява. Змията не се учи да напада – това е в природата ѝ. Статистически, най-агресивните хора са двегодишните деца. ¹⁶¹ Те ритат, удрят и хапят, крадат вещите на другите. Правят го, за да експериментират, за да изразят гняв или объркване, за да задоволят импулсивните си желания. И найважното (в нашия случай) – за да открият границите на допустимото поведение. Как иначе ще разберат кое е допустимо и кое не е? Малките деца са като един слепец, който изучава очертанията на помещение. Те не се спират пред нищо, изследват и понякога стигат прекалено далеч, за да установят къде минава границата (която рядко се поставя там, където би трябвало да бъде).

Последователната корекция на това поведение показва на детето къде минава границата на допустимата агресия. Липсата на корекция изостря любопитството му и ако детето е агресивно и доминиращо, то ще удря, хапе и рита, докато някой или нещо не му покаже къде е границата. Колко силно мога да ударям мама? Докато не възрази. В този случай колкото по-рано се направи корекцията, толкова по-добре (ако желаният резултат е детето да не удря родителя). Освен това корекцията помага на детето да разбере, че да удря другите, не е най-добрата социална стратегия. Без тази поправка никое дете няма да премине доброволно през сложния процес на организиране и

¹⁶¹ Peterson, J.B. & Flanders, J. (2005). Play and the regulation of aggression. In Tremblay, R.E., Hartup, W.H. & Archer, J. (Eds.). *Developmental origins of aggression*, (pp. 133-157). New York: Guilford Press; Nagin, D., & Tremblay, R. E. (1999). "Trajectories of boys' physical aggression, opposition, and hyperactivity on the path to physically violent and non-violent juvenile delinquency." *Child Development*, 70,1181-1196

контролиране на вътрешните импулси, така че тези импулси да съжителстват безконфликтно и в психичния свят на детето, и в по-широкия социален свят. Да организираш ума, не е проста работа.

Докато прохождаше, синът ми беше нетърпим. На същата възраст дъщеря ми замръзваше само като я погледнех малко по-строго. Но този поглед нямаше никакъв ефект върху сина ми. На девет месеца, докато се хранеше, той вече успяваше да се налага над майка си (а тя не е от хората, които се предават лесно). Той се бореше за контрол над лъжицата. "Е, добре!" – казахме си ние. И без това не искахме да го храним в устата и една минута повече от необходимото. Но малкият пакостник изяждаше три-четири лъжици и започваше да си играе с храната. Пускаше парченца от нея от високото столче и гледаше как падат долу на пода. Какво лошо? Просто изследваше света. Проблемът беше, че не се хранеше достатъчно, а когато не се хранеше достатъчно, не спеше достатъчно. В полунощ започваше да плаче и будеше бедните си родители. Бяхме уморени и това ни побъркваше. Майка му се изнервяше и си го изкарваше на мен. Тази причинно-следствена връзка никак не ми харесваше.

След няколко изтощителни дни реших да си върна контрола над лъжицата. Подготвих се за война. Освободих си време. Колкото и да не е за вярване, търпеливият родител може да надвие едно двегодишно дете. Всеки знае, че опитът на старостта може да надвие силата на младостта. Отчасти това е така, защото времето тече убийствено бавно, когато си на две години. Половин час за сина ми беше като цяла седмица. Бях сигурен в победата. Той беше голям инат. Но аз можех да го надмина. Седнахме на масата един срещу друг, с купичката пред него. Това беше решаващият сблъсък. И двамата го знаехме. Той взе лъжицата. Аз му я отнех и гребнах от вкусната каша. Поднесох я решително към устата му. Той ме погледна с изражението на онова малко чудовище от детската площадка. Стисна устни в намръщена гримаса, което означаваше отказ. Ръката ми с лъжицата в нея следваше траекторията, по която той въртеше главата си.

Но аз знаех и други номера. Мушнах го в гърдите с показалеца на свободната си ръка, така че да се подразни. Той не помръдна. Повторих жеста отново. И отново... Не много силно, но не и толкова леко, че да бъде игнориран. Някъде на десетото мушване с показалеца той отвори уста с намерението да изрази възмущение. Ха! Това беше неговата грешка. Пъхнах умело лъжицата в устата му. Езикът му енергично се опита да избута оскърбителната каша. Но и в този случай имах готово решение. Поставих показалец хоризонтално върху устата му. Част от кашата излезе навън, но останалата беше преглътната. Точка за татко. Потупах го по главата и му казах, че е добро момче. Наистина го мислех. Ако един човек направи това, което искате от него, трябва да го възнаградите. Без лоши чувства след

победата. Час по-късно всичко беше приключило. Имаше протести. Имаше и сълзи. По едно време се наложи жена ми да излезе от стаята. Стресът ѝ дойде в повече. Но кашата беше изядена. Накрая синът ми се отпусна изтощен на гърдите ми. Подремнахме заедно. А когато се събуди, ме харесваше много повече, отколкото преди да го дисциплинирам.

Често наблюдавах подобна ситуация — не само със сина ми. Скоро след това с една приятелска двойка започнахме да се редуваме да гледаме децата. Събирахме ги всички на едно място, като едните родители излизаха на вечеря или на кино, а другите оставаха да се грижат за децата. Всички деца бяха на по-малко от три години. Една вечер към групата се присъедини трета двойка родители. До този момент не познавах сина им — едро, силно момче на две години.

– Няма да иска да заспи – каза бащата. – Обикновено, след като го сложим да спи, той изпълзява от леглото и идва при нас, на долния етаж. Тогава му пускаме някой епизод на Елмо и го оставяме да погледа.

"Как ли не! — помислих си аз. — За нищо на света не бих наградил едно непослушно дете за неприемливото му поведение. И със сигурност тази вечер никой няма да гледа Елмо." Открай време ненавиждам тази ужасна хленчеща кукла, която е позор за наследството, оставено от Джим Хенсън 162. Така че Елмо не фигурираше в списъка с наградите. Не казах нищо, разбира се. Излишно е да се говори с родителите за децата им, докато не са готови да слушат.

Два часа по-късно сложихме децата да си легнат. От петте четири веднага заспаха, но не и почитателят на Елмо. Сложил го бях в детската кошара, за да не може да избяга. Затова пък можеше да вие – и го доказа. Беше хитър. Добра стратегия от негова страна. Звукът беше дразнещ и освен това можеше да събуди останалите деца, които щяха да се присъединят към ужасния вой. Една точка за малкия. Принудих се да отида в спалнята.

 – Лягай – казах строго. Ефект нямаше. – Лягай – повторих – или аз ще те сложа да легнеш.

Безсмислено е да увещаваш едно дете, особено при такива обстоятелства, но аз вярвах в идеята за честното предупреждение. Разбира се, то не легна. Отново наду гайдата — за ефект.

Децата често използват тази тактика. Притеснените родители смятат, че плачещото дете е или тъжно, или наранено. Но това просто не е вярно. Гневът е една от най-обичайните причини за плача. Това е доказано след внимателен анализ на групите мускули, които се активират при плачещите деца. 163 Изражението на лицето е различно, когато детето плаче от гняв и

 $^{^{162}}$ Американски кукловод, режисьор, сценарист и др., създател на "Мъпет шоу" и част от екипа на "Улица Сезам". – E.np.

¹⁶³ Sullivan, M.W. (2003). "Emotional expression of young infants and children." *Infants and*

когато плаче от страх или тъга. Дори плачът звучи различно и това може да се долови, ако човек се вслуша внимателно. Гневният плач много често изразява желание за доминиране и изисква определен подход. Взех детето и го сложих да легне – направих го внимателно и търпеливо, но твърдо. То се изправи. Отново го сложих да легне. Няколко пъти повторихме това упражнение. Когато за пореден път го сложих да легне, поставих ръка на гърба му. Детето се бореше яростно, но напразно. В крайна сметка беше десет пъти по-малко от мен. Можех да го повдигна с една ръка. Не му позволявах да стане, като в същото време му говорех спокойно. Казах му, че е добро момче и че трябва да се отпусне. Дадох му биберон и нежно го потупвах по гърба. Момченцето започна да се отпуска. Очите му се затваряха. Тогава отдръпнах ръката си. В този момент то скочи на крака. Бях впечатлен. Това дете имаше дух! Вдигнах го и отново го сложих да легне.

– Лягай, малко чудовище – подканих го аз и известно време продължих да го потупвам по гърба. При някои деца това действа успокояващо. Умората го надвиваше. Беше готов да капитулира. Най-сетне затвори очи.

Изправих се и с бързи, безшумни стъпки се отправих към вратата. Обърнах се, за да го погледна за последен път. Отново стоеше на крака.

 Лягай, чудовище – казах сериозно и насочих показалец към него. Той легна на мига и аз затворих вратата.

Харесахме се взаимно. През тази нощ не чухме нито звук повече от него.

- Как мина? попита бащата, когато се прибраха късно през нощта.
- Добре отвърнах аз. Нямаше никакви проблеми. В момента спи.
- Ставаше ли от леглото? поинтересува се той.
- He казах аз. Спа през цялото време.

Таткото ме погледна. Искаше да научи повече, но не попита. А и аз не му казах.

Старата мъдрост гласи: "Не хвърляйте бисерите си пред свинете". Може би си мислите, че звучи жестоко. Ами да научиш детето си да не спи и да го награждаваш за това с щуротиите на проклетия Елмо? Това също е жестоко. Сами преценете кое е по-малкото зло.

Дисциплина и наказание

Съвременните родители изпитват ужас от две близки по смисъл думи: дисциплина и наказание. Те навяват асоциации за затвори, казарми и войници, които набиват крак. Лесно е да прекрачиш границата между това да дисциплинираш и да бъдеш тиранин, между наказанието и чистия тормоз. Към дисциплината и наказанието трябва да се подхожда внимателно. Те

Young Children, 16,120-142.

предизвикват страх и в това няма нищо чудно. Но са необходими. Може да се прилагат съзнателно или несъзнателно, правилно или грешно, но употребата им не може да се избегне.

Разбира се, не е невъзможно да се създава дисциплина с помощта на награди. Всъщност награждаването на доброто поведение дава доста добри резултати. Най-известният поведенчески психолог, Б.Ф. Скинър, е убеден застъпник на този подход. И истински експерт в него. Той дресира гълъби да играят пинг-понг, макар че птиците просто търкалят топчето, като го кълват с човка. И все пак това са гълъби. Така че колкото и посредствено да се справят, като за гълъби е доста добре. Скинър успява дори да обучи птиците да управляват снаряди по време на Втората световна война в така наречения проект "Гълъб" (по-късно "Оркон"). Той изминава дълъг път, преди изобретяването на електронните навигационни системи да обезсмисли усилията му.

Докато обучава гълъбите, Скинър наблюдава изключително внимателно поведението им. Всяко действие, което се доближава до желания резултат, е последвано от равна по стойност награда – нито твърде малка, за да няма ефект, нито твърде голяма, за да обезцени бъдещите награди. Приложен при децата, този подход дава много добри резултати. Представете си, че малкото ви дете ви помага да подредите масата. Това е полезно умение и ако го притежава, ще го харесвате повече. Което ще е добре за неговото себеуважение (потръпвам при тази дума). А сега разбийте желаното поведение на съставните му части. Първият елемент от подреждането на масата е да отнесе чинията от шкафа до масата. Но дори такова елементарно действие може да се окаже твърде сложно за него. Ако детето е проходило само преди няколко месеца, то все още се чувства нестабилно и неуверено. Затова като начало подайте на детето чинията и после го накарайте да ви я върне обратно. Сега може да го погалите по главата. Превърнете обучението в игра. Прехвърляйте чинията от едната в другата си ръка, а после зад гърба. След това я подайте на детето и се дръпнете назад, за да го накарате да измине няколко крачки, преди да ви я върне. Учете го, докато стане виртуоз в подаването на чинии. Не го оставяйте в капана на собствената му непохватност.

С този способ можете да научите абсолютно всеки на каквото ви хрумне. Първата стъпка е да си изясните какво искате. След това наблюдавайте хората около вас, както ястреб наблюдава земята. Щом забележите поведение, което поне малко напомня на желаното от вас, спуснете се (нали сте ястреб) и дайте награда. Ето един пример. Дъщеря ви се държи

¹⁶⁴ Виж Фондация Б.Ф. Скинър: https://www.youtube.com/watch?v=vGazyH6fQQ4

¹⁶⁵ Glines, C.B. (2005). "Top secret World War II bat and bird bomber program." *Aviation History*, 15, 38-44.

необичайно затворено, откакто е влязла в пубертета. Иска ви се да разговаряте повече. Ето каква е целта: дъщеря ви да разговаря повече с вас. Една сутрин, по време на закуска, тя ви споделя някаква история от училище. Това е отличен момент да ѝ обърнете внимание. Това е и наградата. Спрете да пишете съобщения и слушайте. Освен ако не искате това да е последното нещо, което ще сподели с вас.

Ясно е, че онези действия от страна на родителя, които правят децата щастливи, могат и трябва да бъдат използвани при формирането на тяхното поведение. Това важи и за поведението на партньора, колегите и близките. Скинър обаче е реалист. Той забелязва, че методът да се използват награди среща някои трудности: наблюдателят трябва да чака търпеливо, докато обектът спонтанно демонстрира желаното поведение, и след това да го награди. Проблемът е, че това изисква много време и твърде много чакане. Освен това той трябва да държи животните гладни, докато достигнат до три четвърти от нормалното си тегло, за да проявяват интерес към наградите. Но това не са единствените недостатъци на чисто позитивния подход.

Негативните емоции, подобно на позитивните, ни помагат да учим. А ние сме принудени да учим, защото сме глупави и лесно раними. Факт е, че всеки от нас може да умре. Това не е хубаво и ни кара да се чувстваме зле. Ако беше обратното, щяхме да търсим смъртта и да намерим начин да умрем. Всъщност ние се чувстваме зле при самата мисъл, че някой ден смъртта може да ни се случи. Чувстваме се така непрекъснато. По тази причина, колкото и да са неприятни, негативните емоции ни предпазват. Това, че сме способни да изпитваме болка, страх, срам и отвращение, ни кара да избягваме опасностите. Ние сме силно предразположени към тези емоции. Всъщност негативната емоция при "загуба" е много по-силна, отколкото позитивната при еднаква по размер "печалба". Болката е по-могъща от удоволствието, а тревогата е по-силна от надеждата.

Емоциите, положителни или отрицателни, се проявяват в два лесно различими варианта. Удовлетворението (тоест насищането) показва, че това, което сме направили, е добро; докато надеждата (тоест стимулиращата награда) показва, че предстои нещо приятно. Болката ни наранява — затова не повтаряме действията, които са ни причинили вреда или са довели до социална изолация (технически погледнато, самотата също е вид болка). Тревожността ни кара да страним от опасните хора и места, за да не се налага да изпитваме болка. Всички тези емоции трябва се разглеждат в тяхната взаимозависимост и да се оценяват в контекст, но при всички положения те са необходими, за да оцеляваме и да се развиваме. Следователно ние правим лоша услуга на децата си, като не използваме всички налични средства, в това число и отрицателните емоции, за да им помагаме да придобиват познание. Запомнете обаче, че когато използвате отрицателните емоции за

тази цел, трябва да го правите по най-щадящия начин.

Скинър си дава сметка, че заплахите и наказанията прекъсват нежеланото поведение така, както наградите насърчават желаното. В нашия свят, който се парализира при мисълта за каквато и да било намеса в хипотетично непорочния път на естественото детско развитие, дори обсъждането на тези методи се приема неохотно. Този период на естествено развитие (преди зрелостта) нямаше да е толкова дълъг, ако поведението на децата не се нуждаеше от формиране. Те щяха да напускат утробата, готови да търгуват с акции. Невъзможно е да предпазим напълно децата от страха и болката. Те са малки и уязвими. Не знаят много за света. Животът непрекъснато им нанася удари, дори да правят нещо толкова естествено като това да се учат да ходят. Да не говорим за неизбежното разочарование и отхвърляне при общуването с братя и сестри, с връстници или с непреклонни, твърдоглави възрастни. При това положение основният морален въпрос не е как да предпазим напълно децата от нещастията и провалите, така че никога да не преживеят болка и страх, а как да оптимизираме процеса на учене по такъв начин, че да плащат възможно най-ниска цена за придобитите знания.

Във филма на Дисни "Спящата красавица" кралят и кралицата след дълго чакане се сдобиват с дъщеря – принцеса Аврора. По случай кръщенето те организират голямо празненство, на което да представят детето. Поканени са всички, които обичат и почитат новородената им дъщеря. За нещастие, пропускат да поканят Малефисент (означава зла, злонамерена), която е господарка на подземния свят, на природата в нейния отрицателен аспект. В символичен смисъл това означава, че кралското семейство е прекалено закрилящо и създава около малката принцеса един нереален свят, в който няма нищо негативно. Но това не я предпазва, а я прави по-слаба. Малефисент орисва принцесата щом навърши шестнайсет години, да се убоде на иглата на чекрък и да умре. Въртящото се колело на чекръка е колелото на съдбата, а убождането, при което потича кръв, символизира изгубената девственост – знак, че детето се превръща в жена.

За щастие, една добра фея (положителният аспект на природата) смекчава наказанието – принцесата само ще изпадане в безсъзнание, от което може да бъде спасена с първата целувка на истинската любов. Изплашени, кралят и кралицата заповядват всички чекръци в кралството да бъдат унищожени и оставят дъщеря си на грижите на трите добри феи. И така, те продължават със своя план да премахнат всички опасни предмети, но по този начин оставят дъщеря си наивна, незряла и слаба. Един ден, точно преди шестнайсетия ѝ рожден ден, в гората тя среща принц и веднага се влюбва в него. Това е прекалено, откъдето и да се погледне. След това Аврора горчиво оплаква отредената ѝ участ да се омъжи за принц Филип, с когото са сгодени от деца, и рухва емоционално, когато за рождения ѝ ден я връщат в замъка

на родителите ѝ. В този момент се сбъдва проклятието на Малефисент. Една врата в замъка се отваря, появява се чекрък, Аврора се убожда на иглата му и изпада в безсъзнание. Превръща се в Спящата красавица. По този начин (отново символично) тя избира безсъзнателното пред ужаса на зрелия живот. Нещо подобно, в екзистенциален смисъл, често се случва със свръхзакриляните деца, които рухват (и започват да копнеят за блаженството на безсъзнателното) при първия истински контакт с провала или (още по-лошо) с чистата злонамереност, която те не разбират или не искат да разберат и срещу която са беззащитни.

Да вземем за пример едно тригодишното момиченце, което не е научено да То проявява егоистичното споделя играчките си. присъствието на родителите си, но те са прекалено добри, за да се намесят. Или по-точно, отказват да обърнат внимание, да признаят какво се случва и да научат детето как трябва да се държи. Те се дразнят, разбира се, когато малката им дъщеря не желае да споделя играчките със сестра си, но се преструват, че всичко е наред. Само че се заблуждават. По-късно ще ѝ се скарат за нещо напълно различно. Тя ще се почувства засегната и объркана и нищо няма да научи. Но по-лошото е, че ще бъде неспособна да се сприятелява заради липсата на социални умения. Връстниците ѝ ще бъдат отблъснати от неумението ѝ да общува правилно. Те ще се карат с нея или ще си тръгват, търсейки друг, с когото да играят. Забелязвайки лошото ѝ поведение, родителите на тези деца ще спрат да я канят да играе с децата им. Тя ще се чувства самотна и отхвърлена, което ще породи тревожност, депресия и огорчение. Това е отдръпване от живота, което е равносилно на стремежа към безсъзнателното.

Родителите, които отказват да поемат отговорност и да дисциплинират децата си, смятат, че могат просто да избегнат конфликта, необходим за правилното възпитание. В този смисъл те не желаят да влязат в ролята на лошото ченге. Но това не е начин да спасят или да предпазят децата си от болката и страха. Тъкмо обратното: безразличното общество, което е строг съдник, ще влезе в много по-сериозен конфликт и ще настоява за много потежко наказание от онова, което ще наложи съзнателният родител. Така че можете или сами да дисциплинирате децата си, или да прехвърлите тази отговорност на суровия и равнодушен свят. Но мотивацията за второто решение няма нищо общо с любовта.

Днешните родители често възразяват: защо детето изобщо трябва да бъде подложено на своеволната родителска диктатура? Според един по-нов вариант на политически коректното мислене тази идея представлява "адултизъм" ¹⁶⁶ – форма на предубеждение и потисничество, аналогична

 166 Adultism (англ.) — едно от значенията на това понятие описва властта, която

например на сексизма или расизма. ¹⁶⁷ Въпросът за властта на родителя изисква много внимателен отговор. Но първо трябва да се изследва подробно самият въпрос. Да приемеш едно възражение така, както е формулирано, означава, че си "на половината път" да го признаеш за валидно. А това може да е опасно, когато въпросът е грешно формулиран. Затова нека да го разбием на части.

Първо, защо е необходимо детето да се подчинява? Това е лесно. Всяко дете трябва да слуша и да се подчинява на възрастните, защото е зависимо от грижите, които един или повече несъвършени възрастни са готови да му предложат. В този смисъл за детето е най-добре да се държи по начин, който предразполага към истинска обич и добронамереност. Има и още по-добър вариант. Детето може да се държи по начин, който осигурява оптимално внимание от страна на възрастния, като едновременно с това допринася за сегашно си състояние и за бъдещото си развитие. Това е много висок стандарт, но той е в интерес на най-доброто за детето, така че имаме сериозна причина да се стремим към него.

Всяко дете трябва да бъде научено да се съобразява с очакванията на гражданското общество. Това не значи да бъде смачкано и принудено да проявява безкритичен идеологически конформизъм. Напротив. Означава, че родителите трябва да награждават отношението и действията, които ще донесат успех на детето в света извън семейството, и да използват заплахи и наказания, за да прекъснат поведението, което би довело до страдание и провал. За да постигнем всичко това, разполагаме с много малък времеви прозорец, затова е важно да не пропускаме нито един шанс. Ако до четиригодишна възраст детето не се научи да се държи правилно, то до края на живота си ще изпитва трудности да се сприятелява. В научната литература се заема ясна позиция по този въпрос. Това е важно, защото след четиригодишна възраст основният източник на социализация са връстниците. Децата, които биват отхвърляни, спират да се развиват, защото изпадат в изолация. Те изостават все повече и повече, докато другите продължават да учат и да съзряват. Така детето без приятели често се превръща в самотен, антисоциален или депресиран тийнейджър, а после и в също такъв възрастен. Перспективите не са никак добри. Душевното ни здраве зависи от успешното ни вписване в социалната среда много повече, отколкото предполагаме. Трябва постоянно да ни се напомня да разсъждаваме и действаме правилно. Направим ли грешна стъпка, хората, които държат на нас и ни обичат, ни подтикват, доброволно или насила, да се върнем в правия път. Добре е да имаме такива хора до себе си.

възрастните упражняват върху децата. – E.np.

¹⁶⁷ Flasher, J. (1978). "Adultism." Adolescence, 13, 517-523; Fletcher, A. (2013). *Ending discrimination against young people*. Olympia, WA: Common Action Publishing.

Не може да се твърди (да се върнем отново на въпроса), че разпорежданията на възрастните са винаги своеволни. Това е вярно само за нефункционалните тоталитарни държави. В цивилизованото отворено общество мнозинството се придържа към действащия социален договор, който цели взаимен напредък или поне съвместно съществуване без твърде много насилие. Ако тези минимални изисквания на социалния договор са залегнали в система от правила, то тя не може да се определи като своеволна, особено на фона на алтернативите. Ако обществото не възнаграждава както трябва благотворното просоциално поведение, ако настоява да разпределя ресурсите по начин, който е подчертано тираничен и несправедлив, ако кражбите и експлоатацията, то няма да остане задълго безконфликтно. Ако йерархиите в него се опират единствено (или главно) на силата, а не на компетентното управление, необходимо за решаването на важните и сложни проблеми, обществото и в този случай е застрашено от разпадане. Това важи, в по-елементарна форма, и за йерархиите на шимпанзетата, което подкрепя фундаменталната, биологична произволна правота на твърдението. 168

Неуспешно социализираните деца имат тежък живот. Затова е толкова важно децата да бъдат оптимално социализирани. Донякъде този резултат може да се постигне по метода на награждаването, но не напълно. Следователно въпросът не е дали да си служим с наказания и заплахи, а как да ги използваме съзнателно и обмислено. В такъв случай как трябва да дисциплинираме децата? Въпросът е сложен, защото децата (както и родителите) се различават много по темперамент. Някои деца са мили по характер. Те имат силното желание да угодят, но плащат за това, като избягват конфликтите и стават зависими. Други имат по-прагматичен ум и са по-независими. Те отказват да се подчиняват и правят каквото и когато си искат. Те са предизвикателни, непокорни и упорити. Някои деца изпитват остра нужда от правила и структура и се чувстват добре дори в силно рестриктивна среда. Други, които не обичат предсказуемото и рутината, са "имунизирани" дори срещу минималните изисквания на внасящите необходим ред правила. Някои имат богато въображение и творчески дух, а други са по-прагматични и консервативни. Това са много дълбоки и важни различия, които са биологично обусловени, и затова трудно се поддават на въздействие от социалната среда. Предвид това разнообразие е истински късмет, че сме наследили дълбоко познание за правилното използване на социалния контрол.

¹⁶⁸ de Waal, F. (1998). *Chimpanzee politics: Power and sex among apes*. Baltimore: Johns Hop-kins University Press.

Най-малката необходима сила

За начало, ето една съвсем ясна идея: правилата не бива да бъдат повече, отколкото е необходимо. С други думи, лошите правила отнемат уважението към добрите правила. Това е етичният (а също и правният) еквивалент на "бръснача на Окам"¹⁶⁹, концептуалната гилотина на учения, според който най-простата от всички възможни хипотези е и най-предпочитаната. Затова не обременявайте децата — или онези, които отговарят за тяхната дисциплина — с твърде много правила. Този път води до безсилие.

Ограничете броя на правилата. Изяснете си какво ще предприемете, ако някое от тях бъде нарушено. Трудно е да се изведе общо, независещо от контекста правило за строгостта на наказанието. В английското общо право – едно от най-големите достижения на западната цивилизация – е утвърдена една полезна норма, която може да ни помогне да формулираме още един добър принцип.

Английското общо право позволява да защитаваш правата си, но само в разумна форма. Ето един пример. Някой нахлува в дома ти. Имаш пистолет, който е зареден. Имаш и правото да се защитиш, но е най-добре да го направиш стъпка по стъпка. Ами ако нарушителят е пиян съсед, който е объркал вратата? "Ще го гръмна!" – минава ти през ума. Но не е толкова просто. Вместо веднага да го застреляш, първо му казваш: "Стой! Имам оръжие". Ако другият не даде обяснение или не се оттегли, ще е най-добре да произведеш предупредителен изстрел. Ако въпреки това натрапникът не спре да се приближава, тогава можеш да се прицелиш в крака му. (Не, това не е правен съвет. А просто пример.) Описаната последователност от все посериозни действия се опира на един впечатляващо практичен принцип – този за най-малката необходима сила. Сега вече разполагаме с два основни принципа на дисциплината. Първи принцип: ограничете броя на правилата. Втори принцип: използвайте най-малката необходима сила, за да наложите тези правила.

"Да ограничим правилата, но колко точно?" — вероятно се питате във връзка с първия принцип. Ето някои предложения: не хапи, не ритай и не удряй, освен при самозащита. Не тормози и не бий другите деца, за да не свършиш в затвора. Храни се културно и с благодарност, така че хората с радост да те приемат в дома си и да споделят с теб храната си. Научи се да споделяш играчките си, така че другите деца да искат да играят с теб. Слушай внимателно, когато възрастните ги говорят, за да те харесват и да благоволят да те научат на нещо. Лягай си навреме и без разправии, за да могат

¹⁶⁹ Това е принципът за простотата в науката, наречен на името на английския монах и фило¬соф Уилям Окам, но податки за него се откриват още при Аристотел. – Б.пр.

родителите ти да имат личен живот и да не ги дразниш със самото си съществуване. Грижи се за вещите си, защото това е нещо, на което трябва да се научиш, и защото имаш късмета да ги притежаваш. Бъди приятна компания, когато другите се забавляват, за да те поканят и ти да се включиш в забавлението. Дръж се така, че те да ценят присъствието ти и да искат да бъдеш около тях. Детето, което знае тези правила, ще бъде добре дошло навсякъде.

Що се отнася до втория, също толкова важен принцип, може би ще попитате: "Каква е най-малката необходима сила?". Това трябва да се установи експериментално, като се започне от най-малката възможна намеса. Някои деца се вкаменяват само от един гневен поглед. При други вербалната заповед оказва по-добър ефект. А при трети е достатъчно едно щракване с пръсти. Тази стратегия върши много добра работа на публични места, като ресторанти например. Тя може да се приложи незабавно, ефективно и без много шум, без риск от нажежаване на страстите. Каква е алтернативата ли? Съгласете се, че едно ревящо дете, което изисква внимание, не буди особено умиление. А детето, което тича от маса на маса и притеснява всички, позори (остаряла, но подходяща дума) и себе си, и родителите си. Това поведение е много далеч от желаното. Вярно е също, че децата се държат най-зле на публично място, защото експериментират. Опитват се да установят дали познатите правила важат и там. Те не изясняват въпроса вербално, особено ако са под три години.

Когато децата ни бяха малки и ги водехме на ресторант, те събираха усмивки. Седяха кротко и се хранеха възпитано. Но не издържаха така много време и затова не оставахме прекалено дълго. Щом започнеха да се изнервят, след 45 минути на едно място, знаехме, че е време да си вървим. Всъщност това беше част от сделката. Посетителите на близките маси споделяха, че е много приятно да видят такова щастливо семейство. Е, невинаги бяхме щастливи, защото децата ни невинаги се държаха прилично. Но се държаха така през повечето време и беше прекрасно, когато хората реагираха толкова положително на присъствието им. Беше полезно за децата. В такива случаи одобрението на хората насърчаваше доброто им поведение. И това беше наградата.

Хората са готови да харесат децата ви, но трябва да им дадете шанс. Научих това, щом се роди първото ни дете, дъщеря ни Микейла. Когато я разхождахме в сгъваемата ѝ количка из нашия работнически квартал във френскоезичен Монреал, грубовати на вид, пиещи здраво дървосекачи се спираха на улицата и ѝ се усмихваха. Те гукаха, кискаха се и правеха глуповати физиономии. Вярата ти в човешката природа се възвръща, като виждаш как хората реагират на децата. А когато собствените ти деца се държат добре на публично място, удовлетворението се умножава

многократно. За да постигнете този резултат, е необходимо внимателно и ефективно да дисциплинирате децата си. За тази цел трябва да научите нещо повече за наградите и наказанията, а не да бягате от това познание.

За да изградите връзка с вашия син или дъщеря, първо трябва да разберете как малкият човек реагира на дисциплиниращата намеса и кога тази намеса е ефективна. Иначе е много лесно да се повтарят едни и същи клишета: "Няма извинение за физическото наказание" или "Когато удряш детето, ти го учиш да удря другите". А сега да разгледаме първото клише: Няма извинение за физическото наказание. Първо, трябва да отбележим, че има широко разпространен консенсус за това, че някои форми на лошо поведение, особено кражбата и насилието, са дълбоко нередни и трябва да бъдат санкционирани. Второ, почти всяка от тези санкции включва наказанието в една от многобройните му психологически или чисто физически форми. Лишаването от свобода причинява болка, която е близка по характер с болката от физическата травма. Същото важи и за използването на социалната изолация (към която спада и отстраняването на детето от играта). Обяснение за това дава невробиологията. И в трите случая се активират едни и същи области от мозъка и за облекчаване на болката се използва един и същ клас медикаменти – опиатите. 170 Затворът е ясен пример за физическо наказание, особено затварянето в единична килия, дори когато няма данни за друго насилие. И трето, трябва да отбележим, че някои неправилни действия трябва незабавно и ефективно да бъдат прекъснати, за да не се случи нещо още по-лошо. Какво е най-подходящото наказание за детето, което не спира да бърка с вилица в контакта? Или за детето, което, заливайки се от смях, се втурва да тича из оживения паркинг на супермаркета? Отговорът е прост: всяко нещо, в рамките на разумното, разбира се, което ще го спре по найбързия начин. Защото алтернативата може да е фатална.

Примерите с контакта и с паркинга са твърде очевидни. Но същото се отнася и за социалната сфера и това ни отвежда до четвъртия аргумент, свързан с извиненията за физическото наказание. Наказанията за лошо поведение стават все по-сурови с порастването на децата и в повечето случаи онези от тях, които остават неефективно социализирани до четиригодишна възраст, биват наказвани от обществото след това, в периода на юношеството или в ранната зрялост. Много от децата, които до четиригодишна възраст не са дисциплинирани, са били прекалено агресивни по природа още на две години. Статистиката показва, че в сравнение с връстниците си те са много по-склонни да ритат, удрят и хапят, и да вземат чужди играчки (нещо, което на по-късен етап наричаме кражба). Това са около 5% от момчетата и много

¹⁷⁰ Panksepp, J. (1998). *Affective neuroscience: The foundations of human and animal emotions*. New York: Oxford University Press.

по-малък процент от момичетата. ¹⁷¹ Повтаряйки лекомислено магическото заклинание "Няма извинение за физическото наказание", ние подхранваме заблудата, че нашите невинни малки ангелчета изведнъж, като с магическа пръчка, са се превърнали в истински дяволи в периода на пубертета. Имайте предвид, че правите мечешка услуга на детето си, когато игнорирате лошото му поведение (особено ако то е по-агресивно по темперамент).

Да подкрепяте теорията, че няма извинение за физическото наказание, означава също (и това е пето) да приемате, че е възможно думата "не" да доведе до желания резултат в отсъствието на заплаха от наказание. Една жена може да каже "не" на по-силния самовлюбен мъж само защото зад нея стоят обществените норми, законът и държавата. Родителят може да каже "не", когато детето поиска трето парче от тортата, само защото е по-едър, посилен и по-способен от детето (и защото зад неговия авторитет също стои законът и държавата). И за да завършим този анализ, думата "не" винаги означава: "Ако продължаваш да правиш това, което правиш, ще ти се случи нещо, което изобщо няма да ти хареса". И това е всичко. А в по-лошия случай тя може да означава: "Поредната безсмислена глупост, изречена от един незаслужаващ внимание възрастен". Или в най-лошия случай: "Всички възрастни са слаби и безполезни". Това е изключително лош урок, тъй като съдбата на всяко дете е да стане възрастен и тъй като повечето неща, които се научават без лично да се опариш, са обяснени от възрастните, чрез пример или чрез думи. Какво може да очаква от бъдещето едно дете, което не зачита и презира възрастните? Защо му е да пораства? Това е историята на Питър Пан, който смята, че всички възрастни са копие на капитан Хук, деспотични и ужасени от собствената си смъртност (помните ли лакомия крокодил, глътнал един часовник?). Единственият случай, когато "не" означава "не" в отсъствието на насилие, е, когато се изрича от една цивилизована личност към друга цивилизована личност.

А какво да кажем за идеята, че да удряш детето, значи да го учиш да удря другите? Глупости. Това е твърде опростено заключение. Като начало, глаголът "удрям" е прекалено елементарен, за да опише дисциплиниращото поведение от страна на ефективния родител. Ако действието "удрям" обхващаше целия диапазон на физическата сила, тогава не би имало разлика между дъждовните капки и атомните бомби. Силата е от значение – както и контекстът, – освен ако не сте от хората, които предпочитат да останат слепи и наивни по този въпрос. Всяко дете разбира каква е разликата между злото куче, което хапе, без да го предизвикаш, и собственото му куче, което може лекичко да го гризне по ръката, докато се опитва на шега, но твърде

¹⁷¹ Tremblay, R. E., Nagin, D. S., Seguin, J. R., Zoccolillo, M., Zelazo, P. D., Boivin, M.,... Japel, C. (2004). "Physical aggression during early childhood: trajectories and predictors." *Pediatrics*, 114, 43-50.

невнимателно, да му вземе кокала. Когато един човек удря друг човек, не можем да пренебрегнем въпроса колко силен е бил ударът и какво го е предизвикало. Точният момент също е част от контекста и е от изключителна важност. Ако пернете с пръст двегодишното си дете веднага след като е ударило бебето по главата с дървено кубче, то ще направи връзката и в бъдеще ще се замисли, преди да го стори отново. А това е добър резултат. Фактът, че майка му го е пернала с пръст, няма да го накара да заключи, че може да продължи да удря бебето. Двегодишното дете не е глупаво. То просто ревнува и освен това е импулсивно и неопитно. От друга страна, как иначе да защитите по-малкото му братче или сестричка? Ако не го дисциплинирате, тогава ще страда бебето. Може би години наред. Тормозът ще продължи, защото не правите нищо, за да го спрете. Ще избягвате конфликта, който е единственият път към мира. Ще се преструвате, че не забелязвате. А след време, когато по-малкото дете ви упрекне (може би вече като възрастен), вие ще се оправдаете: "Не знаех нищо за това". Но истината ще е, че не сте знаели просто защото не сте искали да знаете. Отказали сте да поемете отговорност за дисциплината, прикривайки вината си с постоянна демонстрация на доброта. Но както знаем, във всяка захаросана къщичка живее една Баба Яга, която яде деца.

Докъде ни води всичко това? До решението да дисциплинираме ефективно или да дисциплинираме неефективно, но не и да се откажем изцяло от дисциплината. Защото в такъв случай природата и обществото ще накажат с драконови мерки всички грешки, които не са коригирани в детството. Така че ето няколко практически насоки: отстраняването на детето от играта може да бъде изключително ефективна форма на наказание, особено ако непослушното дете бъде поканено обратно веднага щом овладее гнева си. Ядосаното дете трябва да остане само, докато се успокои. След това трябва да му позволите да се върне към нормалния си живот. По този начин печели детето, а не неговият гняв. Правилото гласи: "Заповядай при нас, когато си готов да се държиш добре". Това е чудесна сделка за детето, за родителя и за обществото. Вие ще можете да прецените дали детето наистина се е овладяло. Ще го харесвате отново, въпреки че по-рано се е държало зле. Ако все още се чувствате ядосани, има два варианта. Или детето не се разкайва напълно за грешката си, или пък вие трябва да обърнете внимание на неумението си да прощавате.

Ако детето ви е едно от онези малки дяволчета, които ще ви се изсмеят и ще избягат от стаята си, където са наказани, се налага да добавите и физическо ограничение. Например хванете го внимателно, но здраво над лактите, докато спре да се върти и започне да ви слуша. Ако не се укроти, може да се наложи да го плеснете по дупето. При децата, които преминават всички граници, показвайки завидна изобретателност, шамарът демонстрира

сериозност от страна на отговорния родител. За съжаление, има ситуации, в които и това не помага, защото някои деца проявяват прекомерна решителност, любопитство и инат. Или защото лошото поведение е стигнало прекалено далеч. Ако не се замисляте сериозно върху тези проблеми, вие сте родител, който бяга от отговорност. Вие прехвърляте вашата "мръсна работа" на някой друг, който ще я свърши много "по-мръсно" от вас.

Обобщение на принципите

Първи принцип: ограничете броя на правилата. Втори принцип: използвайте най-малката необходима сила. Има и трети родителите са едно от нещата, които би трябвало да съществуват по двойки. 172 Отглеждането на малкото дете е труден и изтощителен процес. Затова е толкова лесно родителят да допусне грешка. Безсъние, глад, конфликти, лош ден на работното място – всяко от тези неща само по себе си може да лиши един човек от разумна преценка, а взети заедно те могат да го направят опасен. При тези обстоятелства е необходимо да имаш до себе си човек, който наблюдава отстрани и който ще се намеси, когато е нужно; човек, с когото можеш да обсъдиш проблема. Това намалява вероятността непослушното, хленчещо дете и доведеният до нервна криза родител да се подлудят взаимно до краен предел. Когато родителите са двама, бащата на новороденото може да следи майката да не се изтощи до такава степен, че да направи нещо необмислено, след като в продължение на трийсет нощи, от единайсет вечерта до пет сутринта, е слушала плача на измъчваното от колики бебе. Това не значи да съдим самотните майки, много от които полагат невъзможни усилия и смело се борят с живота – и много от които са сами, защото са избягали от отношения на насилие. Но въпреки това не можем да се преструваме, че всички форми на семейни отношения са еднакво сполучливи. Защото не е така.

Така стигаме до четвъртия принцип, който е по-скоро психологически: родителите трябва да осъзнаят собствената си способност на жестокост, отмъстителност, високомерие, ненавист, гняв и лъжа. Рядко ще

¹⁷² Krein, S. F., & Beiler, A. H. (1988). "Educational attainment of children from single-parent families: Differences by exposure, gender, and race." *Demography*, 25, 221; McLoyd, V. C. (1998). "Socioeconomic disadvantage and child development." *The American Psychologist*, 53, 185-204; Lin, Y.-C., & Seo, D.-C. (2017). "Cumulative family risks across income levels predict deterioration of children's general health during childhood and adolescence." PLOS ONE, 12(5), e0177531.

https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0177531; Amato, P. R., & Keith, B. (1991). "Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis." *Psychological Bulletin*, 110, 26-46.

срещнете родител, който съзнателно е решил да бъде лош баща или лоша майка, и въпреки това светът е пълен с лоши родители. Това е така, защото вътре в себе си хората са не само добри, но и лоши – и защото избират да останат слепи за този факт. Хората много често са мили и внимателни, но освен това те могат да бъдат злобни и егоистични. Ето защо нито един възрастен – човек или човекоподобно – няма да търпи едно невръстно дете да го разиграва. Отмъщението няма да закъснее. Само десет минути след грозната сцена в кварталния супермаркет, която двама прекалено мили и търпеливи родители не са успели да предотвратят, те ще отвърнат с хладно пренебрежение, щом детето дотича развълнувано, за да покаже на мама и татко най-новото си постижение. След твърде много злепоставяне, непослушание и опити за налагане, дори най-самоотвержените родители ще се почувстват оскърбени. Тогава започва истинското наказание. Оскърблението подхранва желанието за отмъщение. Ще има все по-малко спонтанни прояви на обич и все повече оправдания за тяхното отсъствие. Все по-рядко ще се търсят възможности за личностното развитие на детето. Отчуждението неуловимо ще започне да си проправя път. Но това е само началото на една истинска семейна война, която се води прикрито, под фалшивата фасада на нормалност и любов.

Избягвайте този добре утъпкан път. Родителят, който осъзнава, че границите му на търпение са ограничени и че е в състояние да се държи зле, когато е провокиран, трябва да обмисли подходяща стратегия за дисциплиниране и никога да не позволява в отношенията да се появи истинска омраза. И е добре да прави това под наблюдението на друг съзнателен родител.

Бъдете внимателни. Навсякъде има "токсични" семейства. Те не създават правила и не ограничават лошото поведение. Родителите нападат случайно и непредсказуемо. Децата живеят в този хаос и ако са плахи, това ги смазва, а ако са решителни, започват да се бунтуват по един напълно безсмислен начин. Всичко това е лошо. То може да бъде гибелно.

Накрая стигаме до петия, последен и най-общ принцип. Родителите трябва да бъдат посредници между детето и реалния свят – състрадателни и загрижени, но все пак посредници. Това задължение превъзхожда отговорността да осигурят щастие на детето, да насърчават неговата креативност и да повишават самооценката му. Главният дълг на родителите е да направят детето социално желано. Това ще му осигури възможности, самоуважение и сигурност и е по-важно дори от насърчаването на неговата индивидуалност. Този "свещен граал" може да се преследва само ако се постигне висока степен на социални умения.

Доброто дете и отговорният родител

Успешно социализираното тригодишно дете е учтиво и очарователно. То не е несигурно. Събужда интерес у другите деца, а сред възрастните предизвиква одобрение. То живее в свят, в който другите деца го харесват и се борят за вниманието му, а възрастните се радват на присъствието му, без да се крият зад фалшиви усмивки. Те с удоволствие му помагат да опознава света и това допринася много повече за неговата индивидуалност от мекушавите опити на някои родителите да избягват ежедневните конфликти и дисциплиниране.

Обсъждайте с партньора си (или с приятел) какво харесвате и какво не харесвате в децата си. Направете го смело, без да се страхувате, за да можете да разделите уместното от неуместното и зърното от плявата. Вие разбирате разликата между добро и зло. След като си дадете оценка по скалата за дребнавост, високомерие и огорчение, направете следващата крачка и научете децата си да се държат прилично. Поемете отговорност за тяхната дисциплина. Поемете отговорност за грешките, които неизбежно ще допуснете. Когато сгрешите, просто се извинете, а след това се постарайте още повече.

В крайна сметка вие обичате децата си. Ако с действията си те ви карат да не ги харесвате, помислете какъв ще е ефектът върху другите хора, които са много по-малко загрижени за вашите деца. Те ще ги накажат още по-жестоко – чрез действие или бездействие. Не позволявайте това да се случи. По-добре покажете на вашите малки чудовища какво е приемливо и какво не е, за да могат да се превърнат в достойни и способни обитатели на света отвъд семейството.

Детето, което умее да слуша, без да се разсейва, което играе, без да хленчи, което е забавно, без да е досадно, и на което може да се разчита — това дете ще има приятели където и да отиде. И учителите, и родителите ще го харесват. Ако се държи учтиво с възрастните, и те ще се държат по същия начин, ще бъдат благоразположени и ще му дават ценни насоки. То ще преуспява в един свят, който лесно може да стане студен, безмилостен и враждебен. Ясните правила създават щастливи деца и спокойни и разумни възрастни. Ясните принципи на дисциплината и наказанията създават баланс между милосърдие и справедливост, така че социалното развитие и психологическата зрялост да се насърчават оптимално. Ясните правила и добрата дисциплина помагат на детето, на семейството и на обществото да създават, поддържат и разширяват реда. А редът е това, което ни предпазва от хаоса и от ужаса на подземния свят, където всичко е несигурно, тревожно, безнадеждно и отчайващо. Това е най-щедрият подарък, който грижовният и

отговорен родител може да направи на детето си.

Не позволявайте на децата си да правят неща, които ви карат да не ги харесвате.



ПРАВИЛО 6. ПРЕДИ ДА КРИТИКУВАТЕ СВЕТА, ВЪВЕДЕТЕ ИДЕАЛЕН РЕД В СОБСТВЕНИЯ СИ ДОМ

Религиозен проблем

Едва ли е разумно да наречем религиозен младия мъж, убил двайсет деца и шестима възрастни от персонала на начално училище "Санди Хук" в град Нютаун, Кънектикът. Същото се отнася и за стрелеца, нахлул в киносалон в Колорадо, и за убийците от гимназия "Колъмбайн". Тези смъртоносно опасни индивиди имат проблем с реалността, който обаче възниква на религиозна основа. Единият от двамата убийци в гимназия "Колъмбайн" пише: 173

Човешката раса не заслужава да се бориш за нея, заслужава само да бъде изтребена. Да върнем планетата на животните. Те я заслужават несравнимо повече от нас. Вече нищо няма значение.

Хората, които разсъждават по този начин, възприемат Битието като жестоко и несправедливо, напълно покварено, а *човешките* същества – като достойни за презрение. Те се самопровъзгласяват за върховни съдници на реалността, която намират за изкривена. Те са най-висшите критици. Циничният "писател" продължава:

Ако си спомняте собствената си история, нацистите предложиха ,, окончателно решение " на еврейския проблем... Смърт за всички. Ако все още не разбирате, моят призив е: "СМЪРТ ЗА ЧОВЕЧЕСТВОТО". Никой не трябва да оцелее.

За тези индивиди светът е зъл и неадекватен, така че... всичко да върви по дяволите!

Какво се случва, когато един човек започне да разсъждава по този начин? Проблемът се разглежда в знаменитата немска трагедия "Фауст", написана от Йохан Волфганг фон Гьоте. Главният герой в пиесата, учен на име Хайнрих Фауст, продава безсмъртната си душа на дявола, Мефистофел. В замяна може да си пожелае всичко, докато все още е на земята. В пиесата на Гьоте Мефистофел е вечният противник на Битието. Той има едно основно

¹⁷³ От дневника на ЕрикХарис: http://melikamp.com/features/eric.shtml

верую:174

Духът, чиято същност е вечно да отрича. Как иначе? Което се създава, достойно да отмре след време става. Защо да го създаваме тогава? И моята стихия е такава, че ако трябва да се назовава, навярно името ѝ би било: разруха, грях, или — накратко — Зло. 109

Гьоте счита тези пълни с омраза думи за толкова важни, толкова определящи за отмъстителната и разрушителна природа на човека, че Мефистофел ги повтаря, формулирани малко по-различно, във Втора част на пиесата, добавена години по-късно. 175

Хората често разсъждават по този мефистофелски начин, макар че разрушителните им мисли рядко водят до бруталните действия на масовите убийци от началното училище, гимназията и киносалона. Всеки път, когато преживяваме несправедливост, когато се сблъскваме с трагедия или ставаме жертва на чужди машинации, когато изпитваме ужаса и болката от собствената ни склонност да нараняваме, изкушението да поставим под съмнение Битието и да го заклеймим като напълно погрешно предателски се надига от мрака. Защо трябва невинни хора да страдат по този начин? Що за прокълнато и ужасно място е тази планета?

Животът наистина е труден. Обречени сме да изпитваме болка и да преживяваме разруха. Понякога, разбира се, страданието е плод на собствените ни грешки, като доброволна слепота, лоши решения или просто озлобление. В такива случаи, когато е ясно, че си го причиняваме сами, то ни се струва справедливо. Вероятно ще потвърдите, че всеки получава каквото си е заслужил. Но дори да е истина, това е слаба утеха. Понякога онези, които страдат, трябва само да променят поведението си и животът им ще поеме в не толкова трагична посока. Проблемът е, че човекът има ограничен контрол. Нашата уязвимост към отчаянието, болестите, остаряването и смъртта е универсална. Но в крайна сметка не ние сме се направили толкова крехки. Чия е вината тогава?

Хората, които са тежко болни (или още по-лошо, имат болни деца), неизбежно стигат до този въпрос, независимо дали са религиозни или не.

¹⁷⁴ Гьоте, Й.В. *Фауст: Първа част*; прев. Валери Петров, изд. "Захарий Стоянов", София, 2012 г.

 $^{^{175}}$ Гьоте, Й.В. Φ ауст: Втора част; прев. Валери Петров, изд. "Захарий Стоянов", София, 2012 г.

Както и онези, които са притиснати от огромната бюрократична машина и преживяват тежка данъчна проверка или са въвлечени в безкраен съдебен процес или развод. Потребността да обвинят някого или нещо за непоносимото състояние на Битието си измъчва много хора, не само очевидно страдащите. Дори колос като Лев Толстой, когато е на върха на своята слава, влиятелност и творческа мощ, започва да се съмнява в стойността на човешкото съществуване. Размишленията му звучат така:

Положението ми беше ужасно. Аз знаех, че нищо няма да намеря по пътя на разумното знание, освен отричане на живота, а там, във вярата — нищо, освен отричане на разума, което е още поневъзможно, отколкото отричането на живота. Според разумното знание излизаше така, че животът е зло и хората знаят това, от хората зависи да не живеят, а те са живели и живеят, и самият аз съм живял, въпреки че знаех вече отдавна, че животът е безсмислица и е зло. 176

Въпреки усилията си Толстой успява да намери само четири начина да избяга от тези мисли. Първият изход е детинското незнание и пренебрегване на проблема. Вторият е преследване на безсмислено удоволствие. Третият изход се състои в това — "въпреки че разбираш злото и безсмислицата на живота, продължаваш да живееш, знаейки предварително, че нищо от това няма да излезе". Тази конкретна форма на бягство той определя като слабост: "Хора от този сорт знаят, че смъртта е по-добра от живота, но нямайки сили да постъпят разумно — възможно най-бързо да свършат с лъжата и да се самоубият, сякаш все чакат нещо". Само четвъртият изход е "изходът на силата и енергията. Той се състои в това — разбирайки, че животът е зло и безсмислица, да го унищожиш". Толстой продължава нишката на мисълта си:

Така постъпват рядко силните и последователни хора. Разбирайки цялата глупост на шегата, която им е причинена, и разбирайки, че благата на мъртвите са по-добри от благата на живите и че подобре е да не бъдеш, така и постъпват и свършват веднъж завинаги с тази глупава шега, за радост има средства: примка на шията, вода, нож, за да прободеш сърцето, влакове на релсите.

Толстой не е бил достатъчно песимистичен. Глупостта на шегата, която ни

¹⁷⁶ Толстой, Л. Изповед; прев. Ангел Йосифов Иванов. Източник: http://friendsoftherainbow.net/node/1130

е причинена, не е мотив единствено за самоубийство. Тя е мотив и за убийство – за масови убийства, много често последвани от самоубийство. Този екзистенциален протест е значително по-ефективен. Може да звучи невероятно, но към месец юни 2016 година в Съединените щати за 1260 дни е имало 1000 масови убийства (определят се като такива, ако четири или повече души, без стрелеца, са убити при един инцидент). 177 Това означава, че в продължение на повече от три години в пет от всеки шест дни е ставал по един такъв инцидент. Всички казват: "Не разбираме какво се случва". Как е възможно все още да се преструваме? Преди повече от един век Толстой е разбирал. Древните автори на библейската история за Каин и Авел също са разбирали, и то преди повече от двайсет столетия. Те описват убийството като първото действие, с което започва историята след Едем. И то не е просто убийство, а братоубийство – убийство на човек, който не просто е невинен, но е идеален и добър; убийство, извършено умишлено, за отмъщение на създателя на вселената. Днешните убийци ни казват същото, но с малко поразлични думи. Ще се осмели ли някой накрая да каже, че това е червеят в сърцевината на ябълката? Но ние не искаме и да чуем, защото от истината боли най-много. Даже такъв велик ум като бележития руски писател не намира изход за себе си. Как да се справим ние, при положение че личност от ранга на Толстой признава поражението си? Години наред той крие от себе си и оръжие, и въжета, за да не се поддаде на изкушението да ги използва.

Как може пробуденият човек да се справи с възмущението си от света?

Отмъщение или промяна

Религиозният човек отчаяно ще размаха юмрук срещу очевидната божия несправедливост и слепота. Дори Исус се е почувствал изоставен на кръста, или поне така твърди историята. Агностикът 178 и атеистът най-вероятно ще обвинят съдбата или ядно ще размишляват върху жестокостта на сляпата случайност. Някой друг ще се самоизмъчва, опитвайки се да открие онези недостатъци в характера си, които причиняват неговото страдание и неволи. Но всичко това са примери за едно и също нещо. Обектът на обвинение е различен, но не и смисълът на самото обвинение. Защо? Защо има толкова много страдание и жестокост?

¹⁷⁷ The Guardian (2016, June 14). *1000 mass shootings in 1260 days: this is what America's gun crisis looks like*. Информацията е взета от: https://www.theguardian.com/us-news/ng-interactive/2015/oct/02/mass-shootings-america-gun-violence

 $^{^{178}}$ Във философски и теологичен контекст агностикът е човек, който се съмнява в съществуването на Бог. – E.np

Е, може наистина да е дело на Господ – или на сляпата, безсмислена съдба, ако предпочитате това обяснение. Очевидно имате всички основания да мислите така. Но до какво води този начин на мислене? Масовите убийци смятат, че самото страдание, присъщо на живота, им дава правото да съдят и да търсят възмездие, както ясно посочват двамата младежи от гимназия "Колъмбайн": 179

Предпочитам да умра, отколкото да предам убежденията си. Преди да напусна това безполезно място, ще убия всеки, когото смятам за недостоен да живее. Ако някога си ми направил мръсно и те видя отново, приготви се да умреш. Може да се гавриш с другите и да ти се размине. Но с мен не може. Аз никога не забравям кой ми е навредил.

Един от най-отмъстителните убийци на двайсети век, ужасяващият Карл Панцрам, е бил подложен на изнасилвания, мъчения и предателства в изправителната институция в Минесота, натоварена с "превъзпитанието" на малолетния престъпник. От там излиза един изпълнен с ярост обирджия, подпалвач, насилник и сериен убиец. Той умишлено и последователно се стреми да сее разруха, като дори си води сметка за паричната стойност на щетите, нанесени от палежите му. В самото начало омразата му е насочена към хората, които са го наранили. Озлоблението му обаче продължава да расте, докато не обхваща цялото човечество. И това не е всичко. В основата си разрушителните му стремежи са насочени към самия Бог. Може да звучи крайно, но е истина. Панцрам изнасилва, убива и унищожава, за да изрази яростта си към Битието. Постъпва така, сякаш Някой е отговорен за ставащото по света. Същото нещо се случва и в историята за Каин и Авел. Даровете на Каин са отхвърлени. Той се обръща към Бог и негодува срещу Битието, което Той е създал. Но Бог не приема жалбите му. Той казва на Каин, че сам е виновен за своите беди. В гнева си Каин убива Авел, който е любимец на Господ (и в интерес на истината, кумир за Каин). Каин, естествено, завижда за успеха на брат си. Но главната причина да погуби Авел е да си отмъсти на Бог. Ето какво се случва, когато хората преминат всички граници в желанието си за отмъщение. И това е истинската поука от тази история.

Реакцията на Панирам (и това е най-ужасното) е напълно разбираема. От историята за миналото му можем да заключим, че той е един от онези "силни и последователни хора", за които говори Толстой. В действията си той демонстрира сила, последователност и липса на страх. Има куража да приложи на дело разбиранията си. Възможно ли е човек като него да прости

179 Цитатът е взет от: https://schoolshooters.info/sites/default/files/harrisjournal_1.3.pdf

и да забрави, като се има предвид през какво е преминал? Хората преживяват ужасни неща. Нищо чудно, че тръгват да си отмъщават. При това положение отмъщението придобива смисъл на морална необходимост. По какво се различава то от желанието за справедливост? Когато си преживял ужасна жестокост, да простиш, не е ли проява на слабост? Или просто е липса на воля? Тези въпроси не спират да ме измъчват. От друга страна, има хора, които въпреки кошмарното си миналото правят добро, а не зло. Макар че това е подвиг, който изглежда свръхчовешки.

Познавам такива хора. Един от тях, който сега е уважаван художник, е излязъл от такова "училище", като описаното от Панцрам – само че този мъж попаднал в него на крехката и невинна петгодишна възраст веднага след дълъг престой в болница, където се лекувал едновременно от дребна шарка, заушка и варицела. Неспособен да общува на "езика" на това училище, изолиран от семейството си, подложен на сексуално насилие, на глад и въобще на всякакъв тормоз, той излязъл от там изпълнен с гняв и без пукната пара. След това започнал сам да си вреди с наркотици, алкохол и други форми на саморазрушително поведение. Презирал всички – и Господ, и себе си, и сляпата съдба. Но един ден той сложи точка на всичко това. Отказа алкохола. Отказа се да мрази (макар че в редки случаи омразата все още припламва в него). Той възроди художествените традиции на етноса си и започна да обучава млади хора, които да поемат по неговите стъпки. Изработи петнайсетметров тотемен стълб, за да напомня за преживяното от него, и дванайсетметрово кану от цял дънер, каквито може би вече не се правят. После събра цялото си семейство и организира голямо тържество – със стотици поканени, с почерпка и танци, - което продължи шестнайсет часа. И всичко това, за да изрази скръбта си и да се помири с миналото. Беше решил да стане добър човек и беше направил невъзможното, за да заживее като такъв.

Имах клиентка, която беше имала тежко детство. Майка ѝ починала, докато тя била още малка. Наложило се да я отгледа баба ѝ, която била сприхава стара вещица и мислела само за това как изглеждат в очите на хората. Държала се лошо с нея и я наказвала за достойнствата ѝ: креативност, чувствителност, интелигентност. Върху внучката си ΤЯ негодуванието от несъмнено тежкия си живот. Клиентката ми се разбирала по-добре с баща си, но той бил наркоман и починал в големи мъки, докато тя се грижела за него. Тя имаше син. Момчето не беше наследило недостатъците на семейството си. То се превърна в честен, самостоятелен, умен и трудолюбив млад мъж. Вместо да разшири дупката в социалната тъкан на живота, която беше наследила, и да я предаде на сина си, тази жена заши скъсаното. С други думи, тя отказа да наследи греховете на предците си. Да, това е напълно възможно.

Страданието, било то психическо, физическо или умствено, изобщо не е задължително да води до нихилизъм (радикално отхвърляне на ценности, смисъл и желания). Такова страдание винаги допуска разнообразни интерпретации.

Тези думи принадлежат на Ницше. ¹⁸⁰ Той е имал предвид следното: хората, на които е сторено зло, може да искат да го увековечат, да отвърнат със същото. Но обратното също е възможно: да се научиш на добро от злото, което си преживял. Понякога момчето, тормозено от връстниците си, започва да им подражава. Понякога обаче, преживяното насилие му помага да разбере, че е грешно да си играе с хората и да превръща живота им в ад. Момичето, малтретирано от майка си, може да научи от ужасните си преживявания колко е важно да бъде добър родител. Мнозина, всъщност повечето родители, които тормозят децата си, са били тормозени от своите родители. Въпреки това болшинството от хората, преживели някакво насилие като малки, след това не нараняват децата си. Това е сигурен факт, който може да бъде доказан с някои прости аритметични действия: ако един родител тормози трите си деца и след време те също имат по три деца, които на свой ред имат по три деца... Това прави трима насилници в първото поколение, девет във второто, двайсет и седем в третото, осемдесет и един в четвъртото и така нататък в растяща прогресия. След двайсет поколения жертвите на детско насилие ще надхвърлят десет милиарда души – тоест повече, отколкото е днес населението на планетата. Но фактите сочат, че през Хората насилието изчезва. ограничават разпространение. А това е доказателство, че в човешкото сърце доброто е посилно от злото.

Желанието за отмъщение, дори да е оправдано, пречи на продуктивното мислене. Едно възможно обяснение дава англо-американският поет Т.С. Елиът в пиесата си "Коктейлът". По време на коктейла една от героините очевидно не се забавлява и разказва на психиатъра до себе си колко дълбоко нещастна се чувства. Надява се, както сама се изразява, че страда по собствена вина. Психиатърът се учудва. Иска да разбере защо. Жената обяснява, че дълго е мислила по този въпрос и е стигнала до следното заключение: ако вината е нейна, значи има начин да я поправи. Но ако е на Господ – ако е сбъркана самата проклета реалност, ако тази реалност настървено се опитва да я направи нещастна, – тогава е обречена. Тя не би могла да промени начина, по който е устроена реалността. Но вероятно би

¹⁸⁰ Kaufmann, W. (1975). Existentialism from Dostoevsky to Sartre. New York: Meridian, pp. ISO-131.

могла да промени живота си.

Александър Солженицин е имал пълното основание да се усъмни в устройството на Битието, когато в средата на страшния двайсети век е заточен в един от съветските трудови лагери. Той е служил на зле укрепената руска фронтова линия, която трябва да посрещне нацисткото настъпление. Бил е арестуван, пребит и хвърлен в затвора, и то от собствените си хора. А накрая се е разболял от рак. Това е можело да го озлоби и изпълни с омраза. За нещастния му живот са допринесли и Сталин, и Хитлер – двама от найжестоките тирани в историята. Живеел е в нечовешки условия. Много безценни години от живота му са били откраднати и хвърлени на вятъра. Станал е свидетел на безсмисленото и унизително страдание на своите приятели и познати, на смъртта им. Освен всичко е трябвало да се бори и с едно изключително сериозно заболяване. Солженицин е имал достатъчно причини да проклина Господ. Дори Йов 181 не е страдал толкова много.

Но големият писател, решителен и пламенен защитник на истината, не позволява мислите за мъст и разрушение да завладеят ума му. Вместо това очите му се отварят. Многобройните премеждия го срещат с хора, които показват храброст при ужасни обстоятелства. Той размишлява много върху поведението им. В резултат на това си задава един от най-трудните въпроси: дали лично той е допринесъл за нещастието в живота си и ако е така, с какво. Припомня си младостта и безусловната си подкрепа за комунистическата партия. Прави равносметка на целия си живот. В лагерите има предостатъчно време за това. Как е допуснал да се отклони от пътя си? Колко пъти е действал срещу съвестта си с ясното съзнание, че постъпва грешно? Колко пъти е лъгал и предавал самия себе си? Има ли начин греховете на миналото да бъдат изчистени, изкупени в страшната преизподня на съветския ГУЛАГ?

Солженицин подлага на дисекция целия си живот. Задава си въпрос след въпрос: "Сега мога ли да спра да допускам тези грешки?; Мога ли днес да поправя щетите от миналите си провали?". Научава се да наблюдава и да слуша. Открива, че има хора, достойни за възхищение, които остават честни независимо от всичко. Разкъсва съществото си на хиляди парченца, отделя лошото и непотребното и заживява сякаш прероден. После започва да пише "Архипелаг ГУЛАГ", историята на съветските наказателни лагери. 182 Това е една разтърсваща, мрачна книга, написана с покоряващата морална сила на неукрасената истина. Искреното му възмущение крещи оглушително от стотиците страници, събрали ужаса на жестоки посегателства. Неслучайно забранен в бившия СССР, през 70-те години на миналия век ръкописът е изнесен нелегално и издаден на Запад. Произведението на Солженицин

 181 Йов — библейски персонаж, подложен на нечовешки страдания и загуби — E.np.

¹⁸² Солженицин, А. *Архипелаг ГУЛАГ (1918-1956): Опит за художествено изследване, том 2*; прев. Иван Дойчинов. София, изд. "Народна култура", 1975 г.

шокира света и разбива напълно и окончателно доверието в комунизма като идеология и като обществен строй. Той забива брадва в дървото, чието засаждане самият той е подкрепял и наблюдавал и чиито горчиви плодове е вкусил.

Решението на един човек да промени живота си, вместо да проклина съдбата, разтърси из основи цялата патологична система на комунистическата диктатура. След немного години тя рухна изцяло и смелостта на Солженицин също има принос за това. Но той не е единственият извършил подобно чудо. Не можем да не споменем Вацлав Хавел — писателя, преследван от властта, който след време по невероятен начин стана президент на Чехословакия, а после и на новата Чешка република. И, разбира се, Махатма Ганди.

Когато всичко се разпада

Цели народи твърдо са отказвали да съдят реалността, да критикуват Битието и да обвиняват Господ. В този смисъл е интересно да обърнем внимание на евреите от Стария завет. Тежката им история следва един последователен модел. Историите за Адам и Ева, за Каин и Авел, за Ноевия ковчег и за Вавилонската кула са наистина древни. Произходът им се губи в мъглата на времето. Едва след историята за потопа, описана в Битие, откриваме наченките на истинска историческа хроника, както я разбираме днес. Тя започва от Авраам. Неговите потомци се превръщат в народа на израилтяните от Стария завет, известен също като еврейската библия. Те сключват съглашение 183 с Йехова – с Бог – и се впускат в своите всеизвестни исторически странствания.

Под водачеството на един велик мъж евреите създават общество, а след това и империя. Когато богатството им се умножава, успехът поражда гордост и високомерие. Това отваря път към покварата. Държавата, която става все по-надменна и обсебена от властта, забравя за дълга си към вдовиците и сираците и се отклонява от древния си договор с Бог. Появява се един пророк. На всеослушание той дръзко упреква авторитарния цар (акт на безразсъден кураж) и народа от неверници за греховете им пред Бога и им казва, че ги очаква страшно наказание. Някои се вслушват в думите му, но прекалено късно. Бог наказва възгорделия се народ, като изпраща унизително поражение и обрича хората на вековно робство. Евреите дълго се разкайват и за сполетелите ги беди обвиняват само себе си и това, че са се отклонили от Божия завет. Не си търсят извинения, защото знаят, че са могли

 $^{^{183}}$ На Синайската планина Бог обещава на евреите да ги направи богоизбрани, ако спазват неговия закон — Десетте Божи заповеди, които дава на Мойсей. — E.np.

да се справят по-добре. След това те възстановяват държавата си и цикълът започва отначало.

Такъв е животът. Нуждаем се от структури, в които да живеем. Затова създаваме семейства, общества и държави. Извеждаме общи принципи, на които да се опират структурите, и формулираме системи от вярвания. Найнапред обитаваме тези структури и системи, както Адам и Ева живеят в Едем. Но успехът ни прави самодоволни. Спираме да обръщаме внимание. Приемаме за даденост всичко, което имаме. Затваряме си очите. Не забелязваме, че нещата се променят, че покварата пуска дълбоки корени. Всичко около нас се разпада. И кой е виновен за това? Реалността? Бог? Или може би нещата се разпадат, защото ние не сме достатъчно внимателни?

Когато Ню Орлиънс беше ударен от ураган и вълните на океана заляха града, природното бедствие ли беше виновно за това? Холандците строят диги, за да се подготвят за най-страшната буря за десет хиляди години. Ако Ню Орлиънс беше последвал този пример, трагедията нямаше да се случи. Не че никой не го очакваше. Законът за борба с наводненията от 1965 година изисква да се укрепи системата от защитни диги, ограждащи езерото Пончартрейн. Проектът трябваше да приключи до 1978 година. Но четиресет години по-късно е свършена само 60% от работата. "Умишлената слепота" и корупцията са истинското бедствие, което съсипа града.

Ураганът е дело на Господ. Но липсата на подготовка, когато за всички е ясно, че трябва да се подготвим за бедствието, е грях. Това е неспособност да уцелиш целта. А "заплатата на греха е смърт" (Римляни 6:23). За бедите си древните евреи обвиняват единствено себе си. За тях Божията доброта – или добротата на живота – е сигурен факт и аксиома и затова поемат отговорността за провалите си. Това е ужасяваща отговорност. Но единствената друга възможност е да виним реалността за нейните недостатъци, да критикуваме Битието и да се предадем на омразата и на желанието за отмъщение.

Ако страдате — това е напълно нормално. Хората имат ограничени възможности, а животът е трагичен. Но ако страданието стане непоносимо и започне да ви опорочава, ето върху какво да размислите.

Подредете живота си

Разгледайте житейската си ситуация. Започнете от малките неща. Възползвате ли се напълно от възможностите, които животът ви предлага? Давате ли най-доброто от себе си в работата си, или се предавате на озлоблението и гнева, които ви дърпат надолу? Сдобрихте ли се с брат си? Показвате ли достойнство и уважение към партньора и към децата си? Имате ли лоши навици, които вредят на здравето и на благополучието ви? Отнасяте

ли се сериозно към отговорностите си? Откровени ли сте с близките и приятелите си за нещата, които трябва да бъдат изречени? Има ли нещо, което можете (и знаете, че можете) да направите и което ще подобри живота ви?

Подредили ли сте живота си?

Ако отговорът е "не", опитайте да направите следното: Спрете да правите това, което знаете, че е грешно. Започнете от днес. Когато знаете, че едно нещо е грешно, не губете време да се чудите дали наистина е грешно. Неуместните въпроси може да ви объркат, да засилят колебанията ви и да ви попречат да предприемете действия. Всеки от нас може да каже дали едно нещо е правилно или грешно, без значение откъде го знае. Има неща, които човек долавя с всяка фибра на съществото си, без да може да ги изрази с думи. Ние сме прекалено сложни, за да се опознаем напълно, и притежаваме мъдрост, която не се поддава на разбиране.

Така че, когато осъзнаете (макар и смътно), че трябва да спрете, просто спрете. Откажете се от онова поведение, което знаете, че ви вреди. Не изричайте думи, от които се чувствате слаби и недостойни, а такива, които ви карат да се чувствате силни. Правете само онези неща, за които после ще говорите с гордост.

Опирайте се на собствените си критерии за оценка. Разчитайте на себе си за насока. Не е нужно да се подчинявате на някакъв външен общоприет кодекс на поведение (макар че не бива да пренебрегвате неписаните правила на културата, в която сте израснали. Животът е кратък и няма да ви стигне, за да намерите сами всички отговори. Мъдростта на миналото не е придобита даром и може да научите някои ценни неща от покойните си предци).

обвинявайте капитализма, крайнолявата идея или нечестното поведение на противниците си. Не се опитвайте да оправяте държавата, преди да сте подредили собствения си живот. Бъдете по-скромни. Ако не можете да се разберете с хората от семейството си, как ще управлявате цял град? Оставете да ви води собствената ви душа. Наблюдавайте какво се случва през следващите дни и седмици. На работа ще започнете да казвате това, което мислите. А вкъщи ще започнете да споделяте какво искате и от какво се нуждаете наистина. Когато знаете, че имате несвършена работа, ще поправите пропуска, без да отлагате. Умът ви ще започне да се прочиства, защото ще спрете да го пълните с лъжи. Животът ви ще стане по-добър, защото ще спрете да го обърквате с действия, в които не сте автентични. Тогава ще започнете да откривате и други, не толкова видими неща, които също са грешни. Спрете да правите и тях. След няколко месеца и години на упорита работа животът ви ще стане по-прост и по-подреден. Ще се доверявате повече на преценката си. Ще разплетете обърканите нишки на миналото. Ще станете по-силни и не толкова раздразнителни. Ще вървите

по-уверено към бъдещето пред вас. Ще престанете излишно да усложнявате живота си. Тогава ще преодолявате само неизбежните житейски трагедии, но те няма да бъдат обременени с предишната горчивина и заблуди.

Вероятно ще откриете, че душата ви е пречистена и много по-силна отпреди и вече може да понесе тези необходими, редки и неминуеми трагедии. Може дори да се научите да ги посрещате така, че да си остават просто трагични, вместо да прерастват в безмерен ужас. Може би тревогата, отчаянието, неодобрението и гневът – толкова разяждащи преди – сега ще отслабнат. Може би непокварената ви душа ще осъзнае, че съществуването ѝ е нещо изначално добро, нещо, което трябва да се възхвалява, макар и пред лицето на собствената ви уязвимост. Може би ще се превърнете в още посилен застъпник на мира и на всичко добро.

После вероятно ще разберете, че ако всички хора направят същото за себе си и за своя живот, светът вече няма да е толкова лош. А с общи усилия може да стане и не толкова трагичен. Кой знае какъв може да бъде животът, ако всеки от нас се стреми към доброто? Кой знае човешкият дух, пречистен от истината и устремен нагоре, какъв рай може да сътвори тук, на "падналата" земя?

Въведете идеален ред в собствения си дом, преди да критикувате света.



ПРАВИЛО 7. ПРЕСЛЕДВАЙТЕ ТОВА, КОЕТО Е ИЗПЪЛНЕНО СЪС СМИСЪЛ (НЕ ТОВА, КОЕТО Е ИЗГОДНО)

Да вземем каквото можем

Животът е страдание. Това е ясно. Това е най-основният и неоспорим факт на този свят. Това е, което Бог казва на Адам и Ева точно преди да ги прогони от Рая:

На жената рече: Ще ти преумножа скръбта в бременността; със скръб ще раждаш чада; и на мъжа ти ще бъде подчинено всяко твое желание и той ще те владее.

А на човека рече: Понеже си послушал гласа на жена си и си ял от дървото, за което ти заповядах, като казах: Да не ядеш от него, то проклета да бъде земята поради тебе; със скръб ще се прехранваш от нея през всичките дни на живота си.

Тръни и бодли ще ти ражда; и ти ще ядеш полската трева. С пот на лицето си ще ядеш хляб, докато се върнеш в земята, защото от нея си взет; понеже си пръст и в пръстта ще се върнеш.

(Битие 3:16-19)

Но какво можем да направим?

Какъв е най-простият, най-очевидният и директен отговор на този въпрос? Да се стремим към удоволствието. Да следваме импулсите си. Да живеем за мига. Да преследваме изгодата. Да лъжем, да мамим, да заблуждаваме, да манипулираме и да крадем (само да не ни хванат). Какво значение има това в един напълно безсмислен свят? Впрочем тази идея не е никак нова. Трагичната природа на живота и присъщото му страдание от много отдавна се използват като оправдание за преследване на незабавното егоистично удовлетворение.

Които умуват криво, думаха в себе си: кратък и печален е нашият живот, и човек не може се избави от смъртта, и никой не познава такъв, който да е освободил някого от ада.

Ние сме случайно родени и отпосле ще бъдем като че не сме били: диханието в ноздрите ни е дим, и думата – искра в движението на сърцето ни.

Кога тя угасне, тялото ще се обърне в прах, и духът ще се разпилее

като рядък въздух;

и с време ще се забрави името ни, и никой няма да си спомни за делата ни; и животът ни ще премине като следа от облак, и ще се разпилее като мъгла, разгонена от лъчите на слънцето и отежняла от топлината му.

Защото животът ни е като кога сянка премине, и няма за нас връщане от смъртта: положен е печат и никой се не връща.

Затова нека се наслаждаваме от сегашните блага и да бързаме да се ползваме от тоя свят като от младостта: да се наситим със скъпоценно вино и благоухания, и пролетният цвят на живота да ни не отмине;

да се увенчаем с рози, преди да са увяхнали;

никой от нас да се не лишава от участие в нашата наслада; вредом да оставим следи от веселба, защото това е наш дял и наш жребий.

Да притесняваме сиромаха праведник, да не пожалим вдовици, и да се не срамим от многогодишните седини на старец.

Силата ни да бъде закон на правдата, защото безсилието се оказва безполезно.

(Премъдрост Соломонова 2:1-11)

Бързо постижимото удоволствие може да е краткотрайно, но все пак е удоволствие и е нещо, с което можем да се противопоставим на ужаса и болката от съществуването. Както гласи старата поговорка, всеки тегли чергата към себе си. Защо да не вземем каквото можем, щом шансът ни се усмихне? Какво пречи да живеем по този начин?

Или има и друга, по-добра и по-неустоима възможност?

Нашите предшественици са достигнали до много находчиви отговори на тези въпроси, но ние все още не ги разбираме напълно. До голяма степен те остават скрити и загатват за себе си най-вече в митовете и ритуалите. Те намират отражение в поведението ни и в историите, които разказваме, но все още не сме достатъчно мъдри, за да ги формулираме точно и ясно. Все още сме като шимпанзета в цирка или като вълци в глутница. Знаем как трябва да се държим. Знаем как са разпределени ролите и защо. Научили сме тези неща от опит. Познанието, което имаме, е плод на взаимодействието ни с другите. Изградили сме предсказуеми навици и модели на поведение, които обаче не разбираме и не знаем как са възникнали. Те са еволюирали в течение на големи периоди от време. Никой не ги е дефинирал изрично (със сигурност не и в най-далечното минало), въпреки че открай време се учим един друг как трябва и как не трябва да се държим. Докато един ден, и то не много отдавна, сме се пробудили. Освен че сме прилагали тези навици и модели, ние сме започнали да забелязваме какво правим. Започнали сме да

използваме тялото си като средство за пресъздаване на различни действия. Започнали сме да имитираме и да влизаме в роли. Измислили сме ритуала. Изразявали сме с действия собствения си опит. А после сме започнали да разказваме истории. В тях сме кодирали наблюденията върху собствените си житейски драми. По този начин информацията, вградена първо в моделите на поведение, е намерила отражение и в нашите истории. Но ние не сме разбирали напълно, както не разбираме и сега, какво значи всичко това.

Библейският разказ за рая и грехопадението е една такава история – създадена от колективното въображение и използвана от продължение на векове. Тя съдържа дълбоко познание за природата на Битието, като в същото време ни посочва път към разбирането му и подходящ начин на поведение. Историята разказва: в Едемската градина, още преди появата на самосъзнание, човешките същества са безгрешни. Нашите праисторически родители Адам и Ева се разхождат рамо до рамо с Бог. След това първата двойка се поддава на изкушението на змията и яде от Дървото за познаване на добро и зло. Така откриват Смъртта и уязвимостта и се отвръщат от Господ. Човечеството е прогонено от Рая и започва своето усилно тленно съществуване. Скоро след това се появява идеята за жертвоприношението, вплетена първо в разказа за Каин и Авел и доразвита в историята за Авраам и книга Изход: след дълго обмисляне отруденото човечество разбира, че благоволението на Бог може да бъде заслужено, а гневът му – умилостивен чрез правилната жертва, както и че идеята за кръвопролитие може да се породи и сред онези, които не желаят или са неспособни да сполучат по този начин.

Отлагане на удоволствието

Възприемайки идеята за жертвата, действията на нашите предци започват да се ръководят от следното твърдение (или поне щеше да бъде твърдение, ако беше облечено в думи): можеш да постигнеш нещо по-добро в бъдеще, ако се откажеш от нещо ценно в настоящето. Ако си спомняте, необходимостта да се труди е едно от проклятията, с които Бог наказва Адам и неговите потомци като последица от първородния грях. Пробуждането на Адам и осъзнаването на фундаменталните ограничения на Битието – на собствената си уязвимост и смъртност – е и моментът, в който той открива бъдещето. А бъдещето е там, накъдето всеки от нас се отправя, за да умре (с надеждата да не е прекалено скоро). Тази присъда може да бъде отложена с труд, като принесеш в жертва настоящето, за да заслужиш облаги в бъдещето. По тази причина, а и не само, разбира се, Библията ни запознава с идеята за жертвата непосредствено след разказа за грехопадението. Съществува незначителна разлика между понятията жертва и труд. Освен

това тези действия са присъщи единствено на хората. В някои случаи животните демонстрират поведение, което много напомня на работа, но всъщност те просто се подчиняват на инстинктивната си природа. Знаем, че бобрите строят бентове. Причината да го правят е, че са бобри – бобрите строят бентове. През това време те не си мислят: "Да, но предпочитам да се излежавам с приятелката си на някой мексикански плаж".

Прозаично казано, тази жертва (трудът) представлява отлагане удоволствието, но този израз е прекалено банален, за да опише понятие с такова дълбоко значение. С откритието, че удоволствието може да се отлага, хората откриват и времето, а заедно с него и причинността (или поне причинната сила на доброволното човешко действие). Много отдавна, в незапомнени времена, ние сме осъзнали, че реалността е организирана по такъв начин, че можем да се договаряме с нея. Разбрали сме, че ако постъпваме правилно сега, в настоящето – ако владеем импулсите си и се сьобразяваме с другите, - ще бъдем възнаградени в бъдеще, във време и място, което все още не съществува. Започнали сме да сдържаме, контролираме и структурираме своите непосредствени импулси, за да не влизаме в конфронтация нито с другите, нито с бъдещото си "аз". Този процес е тясно свързан с организирането ни в обществени структури: откриването на причинната зависимост между днешните усилия и качеството на утрешния ден довежда до сключването на "социален договор" – такава обществена организация, която позволява плодовете от днешната работа да се натрупват (най-вече под формата на обещания от другите).

Преди да бъде изразено с думи, разбирането за нещо се проявява в действията ни (както децата играят на "мама и татко", преди да могат да обяснят какво означават тези роли). ¹⁸⁴ Извършването на ритуална жертва към Господ е една много стара и находчива реализация на идеята за ползата от отлагането. Човекът е изминал много дълъг концептуален път между елементарното задоволяване на глада и идеята да заделя опушено на огъня месо за себе си в края на деня или за някой, който отсъства в момента. Това е продължителен процес. Отнема много време да се научиш да складираш нещо за по-късно – за себе си (тоест да го споделиш с бъдещото си "аз") или за някой друг. Много по-лесно и по-вероятно е моментално да погълнеш всичко до последната хапка. Отлагането и неговото концептуално разбиране е усвоено постепенно: краткосрочно споделяне, складиране за бъдещето, складиране под формата на ресурси и по-късно – във вид на разплащателни средства (каквото е спестяването на пари в банка или в друга финансова

¹⁸⁴ Piaget, J. (1932). *The moral judgement of the child*. London: Kegan Paul, Trench, Trubner and Company; see also Piaget, J. (1962). *Play, dreams and imitation in childhood*. New York: W.W. Norton and Company.

институция). Някои от тези концептуални разбирания служат като свързващи звена, без които не бихме развили пълния спектър от практики и идеи, свързани с жертвата и труда, и различните им проявления в живота.

Нашите предци разиграват една пиеса, една фикция: те персонифицират силата, управляваща съдбата, като дух, с когото могат да се пазарят и да търгуват, сякаш е друго човешко същество. И което е още по-изумително, идеята работи. Отчасти това се дължи на факта, че бъдещето, така да се каже, се състои от други човешки същества. Най-често това са хората, които са имали възможност да наблюдават, да анализират и оценяват и найдребните детайли от поведението ни в миналото. А това не е много поразлично от ролята на Бог, който седи горе на небето, вижда всичко, което правим, и в една голяма книга записва видяното за бъдещи справки. Ето една символична идея, която може да ви бъде от полза: бъдещето е като критичен баща. Това е добро начало. Но заради откриването на жертвата, на труда, възникват два архетипни основополагащи въпроса. И единият, и другият са свързани с най-широкия смисъл на понятието труд, а именно: направи жертва сега, за да спечелиш по-късно.

Първият въпрос. Какво трябва да се пожертва? Малките жертви обикновено са достатъчни за решаването на дребните единични проблеми. От друга страна, големите и значими жертви могат да разрешат едновременно редица съществени и сложни проблеми. Това е по-трудният, но и по-добрият вариант. Например строгата дисциплина в медицинския университет ще попречи на заклетия купонджия да продължи със стария разпуснат начин на живот. Ако се откаже от него, това е жертва. Един лекар обаче – ще перифразирам Джордж У. – винаги има какво да сложи на масата. Този избор означава решаване на много проблеми в дългосрочен план. Следователно жертвите са необходимо условие, за да имаме по-добро бъдеще, и колкото по-големи са те, толкова по-добре.

А сега за втория въпрос (или по-скоро група от взаимносвързани въпроси). Вече очертахме основния принцип: жертвата ще подобри бъдещето. След като се формулира обаче, принципът трябва да се развие. Трябва да се разгледа в неговата пълнота и приложение. Как в крайна сметка трябва да разбираме идеята, че жертвите подобряват нашето бъдеще? Докъде се простират границите на този принцип? Като начало трябва да се запитаме: "Каква е най-голямата, най-ефективната – най-привлекателната – от всички възможни жертви?", а след това: "Ако направим най-ефективната жертва, кое е възможно най-доброто бъдеще, което можем да постигнем?".

Както вече споменахме, библейската история за Каин и Авел, синовете на Адам и Ева, хронологически се появява след разказа за прогонването от Рая. Всъщност Каин и Авел са първите хора, тъй като техните родители не са родени по стандартния начин, а са сътворени направо от Бог. Каин и Авел

живеят в историята, а не в Рая. Те трябва да се трудят. За да умилостивят Господ, трябва да му принасят жертви и за тази цел разполагат с олтар и подходящи ритуали. Но нещата се усложняват. Бог одобрява жертвите на Авел, но не и тези на Каин. Той често възнаграждава Авел, но никога брат му. Не става много ясно каква е причината (макар че текстът загатва, че Каин не влага сърце в работата си). Може би това, което Каин предлага, е с ниско качество. А може би проблемът е в завистта към брат му. Или Бог просто е бил изнервен по някакви негови си причини. Всичко това е напълно реалистично, включително и мъглявите обяснения в текста. Не всички жертви са с еднакво качество. Да не говорим, че много често жертвите с очевидно високо качество не се награждават с по-добро бъдеще — отново не става ясно защо. Защо Господ е недоволен? Какво трябва да се промени, за да бъде умилостивен? Това са трудни въпроси, които всеки от нас непрекъснато си задава, дори да не го осъзнава.

Тези въпроси остават неуловими в потока на мислите.

Осъзнаването, че отлагайки удоволствието, можем да извлечем полза, ни е осенило бавно и мъчително. То влиза в пълно противоречие с най-дълбоките ни древни животински инстинкти, които изискват незабавно удовлетворение (особено в условия на оскъдица, които са нещо обичайно и неизбежно). И за да стане още по-сложно, подобно отлагане придобива смисъл само ако цивилизацията е достатъчно стабилна, за да може да гарантира, че отложената награда ще е налична в съответното бъдеще време. Усилията ни ще бъдат напразни, ако някой съсипе или, още по-лошо, открадне запасите ни. По тази причина вълкът е готов да погълне девет килограма месо на едноединствено хранене. Никой вълк не си мисли: "Ох, как мразя да преяждам! Ще си оставя малко за другата седмица". При това положение как да стане така, че тези две трудно осъществими, но необходими обстоятелства (отлагането, от една страна, и бъдещата стабилност на обществото, от друга) да се проявят едновременно?

Да разгледаме една еволюционна прогресия от животното до човека. Примерът съдържа някои неточности в детайлите, но по същество е достатъчно коректен за нашите цели. Най-напред има излишък от храна. Източникът може да са огромни трупове, на мамути или други гигантски тревопасни. (По онова време сме изяли доста мамути. А може би и всичките.) След угощение, особено с такова грамадно животно, обикновено остава малко и за после. Първоначално това е изключение, но постепенно започваме да оценяваме по достойнство идеята да си оставим "за после". Тогава за пръв път се прокрадва плахата мисъл да направим малка жертва: "Ако си оставя малко, въпреки че искам всичко сега, по-късно няма да гладувам". Плахата мисъл набира смелост: "Ако си оставя за после, няма да се наложи да гладуваме – нито аз, нито хората, на които държа". И още малко: "Не мога

да изям цял мамут, нито да съхранявам прекалено дълго каквото ми остане. Бих могъл обаче да го споделя с другите. Може би, когато те имат мамут, а аз нямам, ще си спомнят добрината ми и ще ми дадат малко от своя. А това означава, че ще имам малко мамут за сега и малко мамут за после. Струва ми се добра идея. Освен това, споделяйки храната си, бих могъл да спечеля доверието на тези хора. Тогава ще си живеем доста добре, като разменяме различни неща помежду си". По този начин обикновеният "мамут" се превръща в "мамут за после", а този "мамут за после" се превръща в "лична репутация". Така се стига до появата на "социален договор" между хората.

Споделянето не означава да дадеш нещо, на което държиш, и да не получиш нищо в замяна. Макар че децата, които отказват да споделят играчките си, се страхуват точно от това. По-правилно е да се каже, че споделянето поставя началото на процес на размяна. Детето, което не умее да споделя (или разменя), не може да има приятели, защото приятелските отношения са форма на размяна. Веднъж Бенджамин Франклин предложил на хора, които отскоро живеят на ново място, да поискат услуга от някой съсед, като цитирал старата максима: "Този, който ти е направил добрина, по-лесно ще склони пак да ти услужи от този, комуто ти си помогнал ".185 Според Франклин да поискаш от някого помощ или услуга (нищо прекалено, разбира се), представлява най-ефикасната и директна покана за социално взаимодействие. Молбата за услуга, която отправя новодошлият, дава възможност на съседа му да се покаже като добър човек още в началото. Освен това сега вторият може да помоли първия, който му е задължен, да му върне услугата, създавайки по този начин още по-голяма близост и взаимно доверие. Така и двете страни по-лесно ще преодолеят своята естествена подозрителност и взаимен страх от непознатия.

Да имаш нещо, е по-добре, отколкото да нямаш нищо. Още по-добре е да споделяш това, което имаш. И още по-добре – да си известен с щедростта си. Това е нещо истинско. Нещо сигурно и надеждно. В този ред на абстрактни мисли можем да видим как е положен фундаментът на понятията надежден, честен и щедър, основата на ясно формулиран морал. Този, който споделя, е ефективен и благонадежден, той е прототипът на добрия гражданин, на добрия човек. По този начин виждаме как от простичкото откритие "остатъците не са за пренебрегване" могат да се оформят най-високите морални принципи.

Сега нека да видим, в най-общи линии, как протича развитието на човечеството. Един безкраен период от десетки или стотици хиляди години предхожда появата на писмената история и драматургията. През това време

https://www.gutenberg.org/files/20203/20203-h/20203-h.htm

¹⁸⁵ Franklin, B. (1916). Autobiography of Benjamin Franklin. Rahway, New Jersey: The Quinn & Boden Company Press. Информацията е взета от:

бавно и мъчително се усвояват практиките за отлагане и за размяна. След това те се превръщат, със средствата на абстрактните метафори, в ритуали и приказки за жертвоприношението, които звучат по следния начин: "Представете си една могъща Фигура на Небето — Някой, който вижда всичко и отсъжда дали си лош или добър. Ако му предложиш нещо, на което държиш, Той ще бъде доволен. Но ако Той остане недоволен, самият Ад ще се изсипе на главата ти. Затова се постарай. Учи се да правиш жертви и да споделяш, и се упражнявай, докато не станеш експерт. Тогава всичко ще ти бъде наред". Никой не е казвал тези неща наистина, не и по този прост и директен начин. Но те са вплетени в подтекста на ритуалните практики, а после и в историите.

Най-напред се появяват действието (тъй като човекът е произлязъл от животното, което може да действа, но не и да мисли) и имплицитните несъзнавани ценности (тъй като действията, които предхождат мисленето, се мотивират от някакви, макар и неизразими, ценности). В продължение на много хиляди години хората наблюдават как едни от тях успяват, а други се провалят. Обмисляйки видяното, те стигат до заключение: Успешните сред нас отлагат удоволствието. И не само това — те умеят да се договарят с бъдещето. Оформя се една страхотна идея, която става все по-ясно изразена и разбираема в историите, в които се появява: Каква е разликата между успешния и неуспешния човек? Сполучливата жертва, разбира се. Успешният прави жертви и затова животът му става все по-добър. С течение на времето въпросите се конкретизират и разширяват едновременно: Каква е най-голямата жертва? Кое е най-голямото добро, до което тази жертва може да доведе? А отговорите стават все по-дълбоки и проницателни.

Богът в западната традиция, подобно на много други богове, изисква жертви. Вече видяхме защо. Понякога обаче Той отива прекалено далеч. Всевишният изисква не просто някаква жертва, той иска да пожертваш онова, което ти е най-скъпо. Тази идея е най-ярко изобразена (и найсмущаващо очевидна) в историята за Авраам и Исак. Авраам, когото Господ обича, отдавна копнее за син. След дълго отлагане Той му го обещава въпреки някои невъзможни обстоятелства като старостта и безплодието. Няколко години по-късно, когато чудотворно роденият Исак е още дете, Господ сякаш се обръща на сто и осемдесет градуса и показва неразумно, варварско отношение, изисквайки от верния си слуга да му принесе в жертва сина си. Историята обаче има щастлив край: Бог изпраща ангел, който да спре покорната ръка на Авраам, и приема да получи в жертва един овен вместо Исак. Това е нещо много хубаво, но не дава отговор на въпроса, който

 $^{^{186}}$ Забележете, че това е напълно вярно, независимо дали тази могъща фигура "на небето" съществува наистина :) – E.a.

сега ни интересува: Защо Господ трябва да отива толкова далеч? Необходимо ли е Той, или животът, да отправя такива сурови изисквания?

Ще започнем анализа си с едно очевидно само по себе си, банално, но подценявано твърдение: Понякога животът просто не върви. Изглежда, главният виновник за това е жестоката реалност, която допуска да има чума и глад, робство и предателство. Но ето къде е уловката: понякога, когато животът не върви, причината не е в света. Причината е в нещата, които в момента са най-ценни за нас, лично за нас. Защо? Защото реалността в неопределима степен е отражение на нашите ценности (повече за това в Правило 10). Ако реалността, която виждаш, се различава от тази, която искаш да виждаш, значи е време да преразгледаш ценностите си. Да се отървеш от предубежденията, на които робуваш. Да се освободиш напълно. И може би да пожертваш онова, на което държиш най-много, за да се превърнеш в човека, който можеш да бъдеш, вместо да останеш този, който си сега.

Има една стара и може би недостоверна история за това как можеш да хванеш маймунка, която е чудесна илюстрация на тези идеи. Първо трябва да намериш голям буркан с тясно гърло – толкова, колкото маймунката да пъхне ръката си вътре. После трябва го напълниш до половината с камъчета. Така бурканът ще натежи и маймунката няма да може да го отнесе. След това около буркана трябва да пръснеш лакомства, каквито обичат маймунките, и да сложиш още няколко вътре. Тя ще се приближи, ще пъхне ръка в буркана и ще грабне колкото успее. Но пълната с лакомства шепа няма да може да се промуши обратно. Не и ако маймунката не разтвори пръсти. Не и ако не пусне лакомствата, които държи. Нещо, което тя в никакъв случай няма да стори. Тогава ловецът на маймунки трябва само да се приближи до буркана и да я хване. Животното няма да пожертва малкото, за да спаси голямото.

Отказът от нещо ценно ще ти осигури бъдещо благоденствие. Ценното нещо, което си готов да пожертваш, ще умилостиви Господ. Кое е най-ценното ти притежание? Какво има смисъл да пожертваш? Или поне въплъщава идеята за това нещо? Парче отличен стек. Най-охраненото животно в стадото. Скъпоценна вещ. Кое може да е още по-ценно? Нещо с дълбока лична стойност, от което е болезнено да се откажеш. Символ на това може би е Божията повеля Авраам да включи обрязването в жертвената си практика, където символично се предлага част от нещо, за да бъде откупено цялото. Кое е по-важно от всичко? Кое е по-присъщо на цялата личност, отколкото на част от нея? В какво се състои най-високата жертва, за която се получава най-високата награда?

В определянето на най-високата жертва си съперничат две неща: да пожертваш себе си или да пожертваш детето си. Жертвата на майката, която предлага детето си на света, е пресъздадена с изключителна дълбочина от

Микеланджело в знаменитата му скулптура "Пиета". Микеланджело е изваял Мария как съзерцава своя погубен Син, разпънат на кръста. Вината е нейна. Чрез нея беше доведен на този свят, в страшната драма на Битието. Правилно ли е да доведеш едно дете в този жесток свят? Всяка жена си задава този въпрос. Някои отговарят с "не" и имат своите причини за това. Мария казва "да" по свой избор, знаейки много добре какво ще последва — като всяка майка, която се осланя на сетивата си. И този собствен избор е проява на необикновен кураж.

От друга страна, синът на Мария, Исус, предлага Себе си на Господ и на света, за да бъде предаден, измъчван и убит – разпънат на кръста на предела на отчаянието, където от устата му се изтръгва вик с ужасните думи: "Боже мой, Боже мой, защо си ме оставил?" (Матей 27:46). Това е архетипната история за човека, който за доброто на всички принася себе си в жертва, който предлага живота си за процъфтяването на Битието, който прави възможно Божията воля да се прояви напълно в рамките на един-единствен смъртен живот. Той е образец за достоен и благороден човек. Ако Исус жертва Себе си, в същото време Бог жертва Своя син. Именно по тази причина християнската идея за трагичната жертва на Сина и на Себе си е архетипна. Това е история на предела – не можем да си представим нищо пострашно и нищо по-възвишено. Тя е най-точното определение за "архетипен". И най-дълбокото значение на думата "религиозен".

Болката и страданието определят света. Това не е тайна за никого. Жертвата, в по-голяма или по-малка степен, може да държи временно настрана болката и страданието – като големите жертви постигат по-добър ефект от малките. Още нещо, което знаем. Това познание е скрито в душата на всеки от нас. Следователно този, който иска да намали страданието – да поправи недостатъците на Битието, да постели пътя за възможно найдоброто бъдеще, да изгради Рая тук на земята, – този човек ще направи найголямата жертва, ще жертва себе си и детето си. Ще се откаже от найскъпото, което има, за да живее в името на Доброто. Ще загърби изгодата и ще поеме по пътя на най-високия смисъл. По този начин той ще донесе избавление на този отдавна потънал в отчаяние свят.

Но възможно ли е изобщо това? Не се ли изисква твърде много от индивида? За Исус, ще кажат някои, това не е твърде много, но Той е истинският Божи син. Историята обаче предлага и други примери, не толкова митологизирани и архетипни. Да си припомним процеса срещу древногръцкия философ Сократ. След като посвещава живота си на това да търси истината и да образова съгражданите си, на Сократ е повдигнато обвинение за престъпления срещу древногръцкия полис Атина, неговия роден град. Той нееднократно получава възможност да напусне града и да

избегне неприятностите. ¹⁸⁷ Но великият мъдрец вече е обмислил и отхвърлил този вариант за действие. Философът Хермоген забелязва, че по това време Сократ обсъжда "всяка друга тема"188, но не и процеса, и го пита защо изглежда толкова незаинтересован. Отначало Сократ обяснява, че едва ли не цял живот се подготвя, за да може да се защити. 189 Но после добавя нещо, което звучи тайнствено и значимо: когато и да се опитва да измисли стратегия, която "с всички позволени и непозволени средства" 190 ще му осигури оправдателна присъда, или просто обмисля какви действия да предприеме по време на процеса, ¹⁹¹ всеки път го спира един "божествен знак" – неговият вътрешен дух, глас или демон. Сократ говори за този "знак" и по време на самия процес. 192 Той изтъква, че едно от нещата, които го отличават от останалите хора, ¹⁹³ е абсолютната готовност да се вслушва в предупрежденията на този глас, като спира да говори и да действа, щом долови неодобрението му. Самите богове са преценили, че Сократ е помъдър от всички останали хора (не само по тази причина), Делфийският оракул, който е надежден съдник по такива въпроси. ¹⁹⁴

Тъй като вътрешният му глас, който винаги има право, възразява срещу идеята Сократ да избяга (или да се защитава дори), той променя радикално мнението си за значението на процеса. Започва да си мисли, че делото може да се окаже по-скоро благословия, отколкото проклятие. Той споделя с Хермоген какво е осъзнал и му казва, че духът, в който винаги се вслушва, му предлага да се раздели с живота по начин, който е "по-лесен и не толкова мъчителен за приятелите", ¹⁹⁵ в "здраво тяло и дух, който е способен да показва добрина", ¹⁹⁶ необременен от "мъките на болестта" и "ограниченията на старостта". ¹⁹⁷ Решението на Сократ да приеме съдбата си му позволява да отхвърли ужаса от смъртта преди и по време на процеса, след произнасяне на присъдата ¹⁹⁸ и по-късно, на самата екзекуция. ¹⁹⁹ Той разбира, че животът

¹⁸⁷ Xenophon's Apology of Socrates, section 23. Информацията е взета от: http://www.perseus.tufts.edu/hopper/text?doc=Perseus%3Atext%3A1999.01.0212%3Atext%3DApol.%3Asection%3D23

¹⁸⁸ Пак там: section 2.

 $^{^{189}}$ Пак там: section 3.

¹⁹⁰ Пак там: section 8.

¹⁹¹ Пак там: section 4.

¹⁹² Пак там: section 12.

¹⁹³ Пак там: section 13.

¹⁹⁴ Пак там: section 14.

¹⁹⁵ Пак там: section 7.

¹⁹⁶ Пак там.

 $^{^{197}}$ Пак там: section 8.

¹⁹⁸ Пак там.

¹⁹⁹ Пак там: section 33.

му е бил толкова пълноценен, че може да го напусне с достойнство. Дадена му е възможност да сложи в ред делата си. Разбира също, че съдбата му спестява бавната и мъчителна разруха на старостта. И че всичко това е подарък от боговете. Ето защо той не е принуден да се защитава в съда – не и за да се бори за своето оправдаване и да избегне съдбата си. Осъзнал тази сила, той се обръща към съдиите с думи, от които на всекиго става ясно защо управата на града толкова много желае смъртта му. А след това, без да трепне, изпива отровата.

Сократ се отрича от личната изгода и от свързаната с нея нужда да манипулираш. Въпреки тежкото си положение той избира да продължи своето търсене на смисъла и истината. Две хиляди и петстотин години след това ние намираме утеха в неговото решение. Какво можем да научим от него? Ако спрем да изричаме лъжи и живеем според повелите на съвестта си, ще запазваме достойнство даже пред лицето на най-голямата заплаха; ако сме предани на най-високите идеали и смело се ръководим от тях, това ще ни даде много повече сигурност и сила, отколкото ограниченото фиксиране в собствената ни безопасност; ако живеем правилно и пълноценно, ще открием толкова дълбок смисъл, че той ще неутрализира дори страха от смъртта.

А възможно ли е всичко това?

Смърт, тежък труд и зло

Трагедията на осъзнатото Битие е източник на страдание, неизбежно страдание. От това страдание се поражда егоистичното желание за незабавно удовлетворение (за извличане на лична изгода). Но жертвата и трудът осигуряват по-ефективно противодействие срещу страданието, отколкото краткотрайното импулсивно удоволствие. Трагедията сама по себе си (разбирана като суровата безмилостност на обществото и природата, противопоставена на уязвимостта на отделния индивид) не е единственият – нито дори основният – източник на страдание. Съществуването на злото е друг проблем, който трябва да вземем под внимание. Безспорно е, че светът е суров към нас, но има и нещо по-лошо и това е човешката нечовечност към човека. Така проблемът на жертвата става още по-сложен: оскъдицата и ограниченията на смъртния живот не са единствените предизвикателства (пред готовността да дадеш, да се откажеш). пред труда предизвикателство е и злото.

Да се върнем отново към историята за Адам и Ева. Животът на техните деца – това сме ние – става много труден след грехопадението и пробуждането на нашите архетипни родители. На първо място е ужасната съдба, която ни очаква в следедемския свят – света на историята. Това е същото, което

Гьоте описва с думите: "Защо човекът трябва да се труди, да прави нещо, нещо да създава, като от него помен не остава?". ²⁰⁰ Както знаем, човешките същества са принудени да работят. Ние се трудим, защото сме се пробудили за собствената си уязвимост, знаем, че сме подвластни на болестите и смъртта, и искаме да се предпазим от тях колкото се може по-дълго. Щом сме прогледнали за бъдещето, ние трябва или да се подготвим за него, или да живеем в отричане и ужас. Трябва да жертваме днешното удоволствие, за да имаме по-добро бъдеще. Осъзнаването, че вече са тленни и че трябва да работят, не е единственото откровение за Адам и Ева, които ядат от забранения плод, пробуждат се и очите им се отварят. Те получават дара (или проклятието) да различават Доброто от Злото.

Трябваше да минат десетилетия, докато разбера какво означава това (ако не напълно, то поне отчасти). Едва когато осъзнаеш, че ти си уязвим, започваш да разбираш природата на човешката уязвимост. Започваш да разбираш какво е да си изплашен, ядосан, обиден или огорчен. Разбираш какво означава болката. А щом опознаеш тези чувства вътре в себе си и разбереш как се пораждат, в този момент разбираш и как да ги породиш в другите. По този именно начин, като същества, притежаващи самосъзнание, ние развиваме способността умишлено да тормозим и измъчваме другите (и себе си, разбира се, но сега разглеждаме проблема от гледна точка на другите). Цялата тежест на последиците от това новопридобито познание виждаме при срещата ни с Каин и Авел, синовете на Адам и Ева.

Още от времето на тяхната поява човечеството се научава да принася жертви на Господ. Върху специално създадени за тази цел каменни олтари са се извършвали колективни ритуали: жертвоприношение на нещо ценно, най-отбраното животно или част от него, което чрез огъня се трансформира в дим (тоест в дух), който се издига до Небесата. Така се пресъздава идеята за отлагане на удоволствието, за да се осигури по-добро бъдеще. Господ приема жертвите на Авел и той просперира. Но отхвърля тези на Каин. Той е обзет от завист и озлобление. И нищо чудно. Ако някой се провали и е отхвърлен, защото е отказал да направи каквато и да било жертва, това поне е разбираемо – той може да негодува, да таи желание за отмъщение, но дълбоко в себе си знае, че вината е само негова, и това поставя граници на гнева му. Но когато човек се е въздържал от удоволствието в настоящето, когато е положил старание и труд и въпреки усилията си е отхвърлен, тогава той е изгубил u настоящето, u бъдещето си. Тогава трудът му – неговата жертва – е била безсмислена. При това положение над света пада мрак и душата започва да се бунтува.

 $^{^{200}}$ Гьоте, Й.В. Фауст: Втора част; прев. Валери Петров, изд. "Захарий Стоянов", София, 2012 г.

Отхвърлен от Бога, Каин изпада в ярост. Той се противопоставя на Всевишния, отправя му обвинения и проклина Неговото творение. Но това не води до нищо добро. Господ ясно и недвусмислено отсича, че вината е изцяло на Каин, нещо по-лошо, че Каин умишлено се е отдал на греха 201 и сега си понася последиците. Каин не очаква да чуе това. Думите на Господ не звучат като извинение, а по-скоро като обида, граничеща с пълна несправедливост. Огорчен до дъното на душата си от реакцията на Господ, Каин замисля отмъщение. Той се опълчва срещу Създателя безочливо и дръзко. Каин знае как да наранява. Все пак той притежава самосъзнание, което страданието и срамът изострят още повече. И така, той хладнокръвно убива Авел. Убива брат си и собствения си идеал (тъй като Авел въплъщава всичко, което Каин се стреми да бъде). Той извършва най-страшното от всички престъпления, за да предизвика и себе си, и цялото човечество, и самия Създател. Прави го, за да всее хаос и да задоволи нуждата си от отмъщение. Това е израз на принципно негодувание срещу живота, това е неговият протест срещу непоносимите капризи на Битието. Децата на Каин – потомството, наследило и неговата кръв, и неговото решение – са по-лоши от своя предтеча. В пристъп на екзистенциален гняв Каин убива само веднъж. Ламех, който е един от неговите потомци, отива много по-далеч. "Понеже мъж убих, задето ме нарани – казва Ламех. – Да! Юноша задето ме смаза. Ако на Каина се отмъсти седмократно, то на Ламеха ще се отмъсти седемдесет и седемкратно" (Битие 4:23-24). Тувал-Каин, "ковач на всякакъв вид медно и желязно сечиво" (Битие 4:22), роден седем поколения след Каин, е първият майстор на военни оръжия. И след това, според книга Битие, настъпва потопът. В тази събитийна последователност няма нищо случайно.

Злото прониква в света с появата на самосъзнание. Това, че Бог проклина Адам да изкарва с тежък труд прехраната си, е достатъчно лошо. Присъдата срещу Ева да ражда с мъка децата си и да бъде напълно зависима от мъжа също не е шега работа. Именно от това произтича изначалната и често мъчителна трагедия на живота, причинена от лишения, нищета, болезнена нужда, уязвимост към болестта и смъртта, които едновременно определят и отравят съществуването. Неотменимата им реалност понякога е напълно достатъчна, за да накара и най-големия смелчага да възнегодува срещу живота. Опитът ми обаче показва, че човешките същества са достатъчно силни, за да понесат присъщите на Битието трагедии, без да се огънат или пречупят – не и непоправимо. Неведнъж съм виждал доказателства за това и в личния си живот, и в работата си като преподавател и клиничен психолог. Ние сме достатъчно жилави, за да преодолеем всичко – земетресения,

²⁰¹ Тук можете да намерите полезно тълкуване на всеки стих от Библията: https://biblehub.com/commentaries/ и специално за тези стихове на https://biblehub.com/commentaries/genesis/4-7.htm

наводнения, бедност и рак. Но пред човешкото зло, което добавя ново измерение към нещастието по света, ние сме безсилни. По тази причина в първите глави на Битие (и в богатата писмена традиция, на която се опират) осъзнаването на нашата смъртност и придобиването на познание за Доброто и Злото са представени като катаклизъм от космическа величина.

Съзнателната човешка злоба може да пречупи духа, който дори трагедията не е успяла да разклати. Спомням си деня, в който с една от клиентките ми открихме (заедно), че дълги години е изпадала в тежки пристъпи на посттравматично стресово разстройство – всекидневно треперене, състояние на ужас и хронично безсъние – само при вида на яростта, изписана по лицето на пияния ѝ приятел. Помраченото му лице²⁰² разкрива ясното и осъзнато желание да я нарани. Прекомерната ѝ наивност я превръща в идеалната жертва, но въпросът е в друго: преднамереното зло, което ние хората си причиняваме, може да прекърши дори най-силните и да причини дълбока и трайна психологическа травма.

И така, кои са факторите, които пораждат подобно зло?

Тежкият житейски жребий не е единствената причина то да се прояви. Не може да се каже също, че злото е последица от провала и от съпътстващите го (съвсем разбираемо) разочарование и огорчение. Ами ако към тежкия житейски жребий се добави постоянното отхвърляне на жертвите, които един човек прави (дори когато са неподходящи или се извършват без особен ентусиазъм)? Това изкривява хората и ги превръща в истински чудовища, които започват съзнателно да причиняват зло и не създават почти нищо друго освен болка и страдание както за себе си, така и за останалите (и го правят заради самата болка и страдание). По този начин се оформя един ужасно порочен кръг: неохотно се прави неуместна жертва; жертвата се отхвърля от Бог или от реалността (сами изберете); отхвърлянето поражда яростно негодувание; то прераства в озлобление и желание за отмъщение; следващата жертва се прави още по-неохотно и отново категорично се отхвърля. Това е една низходяща спирала, която води право в Ада.

Животът наистина е "окаян, скотски и кратък", както проницателно забелязва английският философ Томас Хобс. Но това, което го прави още пострашен, е човешката предразположеност към злото. Следователно основният житейски проблем – справянето с жестоката действителност – не се състои в това какво и как да пожертваме, за да намалим страданието, а в това какво и как да пожертваме, за да намалим страданието и злото – този съзнателен, преднамерен и отмъстителен причинител на най-страшното страдание. Историята за Каин и Авел е вариант на архетипната приказка за двамата враждуващи помежду си братя, за героя и злодея. За двата елемента

 $^{^{202}}$ "Затова Каин се огорчи твърде много и лицето му се помрачи. " – Битие $4:5-\mathit{Б}.\mathit{np}.$

на човешката душа: единият, устремен нагоре, към Господ, а другият – надолу, към Ада. Авел несъмнено е героят – но герой, който е победен от Каин. Авел успява да умилостиви Бог – необичайно, рядко срещано постижение, – но не успява да надвие човешкото зло. По тази причина Авел е архетипно непълен. Навярно е прекалено наивен, макар че жадният за отмъщение брат може да бъде невъобразимо коварен и подмолен, като змията от Битие 3:1. Оправданията – дори причините, дори уважителните причини – в края на краищата нямат никакво значение. Проблемът със злото остава нерешен въпреки богоугодните жертви на Авел. Ще минат хиляди години, преди човечеството да предложи каквото и да е друго решение. Същият проблем се проявява и достига кулминационната си точка в историята за Исус и изкушенията на Сатаната. Този път той е разгледан по-изчерпателно. Освен това героят побеждава.

Злото среща отпор

Историята разказва, че преди да бъде разпънат на кръста, Исус е отведен в пустинята, "за да бъде изкушаван от дявола" (Матей 4:1). Това е абстрактен преразказ на историята за Каин. Както знаем, Каин е недоволен и нещастен. Труди се упорито, както сам смята, но Бог е неблагоразположен към него. В същото време, по всичко личи, за Авел животът е песен. Посевите му растат и зреят. Жените го харесват. И най-лошото: той наистина е добър човек. Това всеки го знае. Късметът му е напълно заслужен. Още една причина брат му да му завижда и да го мрази. На Каин, тъкмо обратното, изобщо не му върви. И той оплаква като вдовица лошия си късмет. В окаяното си положение Каин се опитва да скрои пъклен план и така навлиза в пустинята на собствения си ум. Той е обсебен от нещастието си и от предателството на Господ. Непрестанно подхранва негодуванието си. Замисля все по-сложни планове за отмъщение. По безочие не отстъпва дори на Луцифер. "Аз съм онеправдан и злочест – мисли си той. – Това е една проклета, глупава планета. Ако питате мен, мястото ѝ е в Ада!" В такова състояние Каин среща Сатаната в пустинята и се поддава на неговите изкушения. А после прави всичко възможно да направи нещата колкото се може по-лоши (както се казва в безсмъртните стихове на Джон Милтън), ръководен от:

...такава злоба, та рода човешки да погуби от корена му още и така земя и ад да смеси и обърка само за да унизи великия творец?²⁰³

Каин се обръща към Злото, за да получи онова, което му е отказано от Доброто, и го прави доброволно, съзнателно и със зла умисъл.

Исус избира различен път. Неговото пребиваване в пустинята представлява тъмната нощ на душата – едно универсално и дълбоко човешко преживяване. Това е едно пътуване, на което всеки от нас се отправя, когато животът се разпада, когато сме отчуждени от семейството и приятелите си, когато душата е в плен на отчаянието и сме привлечени от мрачния нихилизъм. И за да бъдем прецизни към историята, нека да изразим едно предположение: ако прекараш четиресет дни и нощи в пустинята, в самота и глад, може би неминуемо ще се озовеш на това мрачно място. По този начин настъпва синхроничният сблъсък между обективния и субективния свят. Този четиресетдневен период е натоварен с дълбока символика, която се открива и в четиресетте години, през които израилтяните странстват из пустинята, избягали от тиранията на фараона и на египетската държава. Четиресет дни е дълго време в подземния свят на мрачните предположения, объркване и страх – достатъчно дълго, за да стигнеш до самите недра, където се крие Адът. На такова пътуване може да се отправи всеки – тоест всеки, който е готов да приеме с достатъчна сериозност злото в себе си и в човека изобщо. За тази цел познанията по история ще бъдат само от полза. Кратка обиколка из ужасите на тоталитаризма от двайсети век с неговите концентрационни лагери, насилствен труд и сеещи смърт идеологически патологии е достатъчно добра отправна точка, не по-лоша от всяка друга (като впрочем не бива да се забравя, че дори най-жестоките надзиратели в трудовите лагери са човешки същества, на които нищо човешко не е чуждо). Чрез тази своя "модернизирана" версия историята за пустинята ще оживее отново и ще стане по-разбираема за съвременния ум.

"Да се пише поезия след Аушвиц – казва Теодор Адорно, изучавал авторитаризма, – е невъзможно." Само че той греши. Поезията е възможна, но тя трябва да бъде за Аушвиц. След печалния заник на последните сто

 $^{^{203}}$,...че отде

ако ли не от извора на злото, би се взела такава злоба, та рода човешки да погуби от корена му още и така земя и ад да смеси и обърка само за да унизи великия творец?"

Милтън, Дж. Изгубеният рай, Книга 2; прев. Александър Шурбанов, 1981 г.

години от изминалото хилядолетие ужасната разрушителност на човека се превърна в проблем, чиято сериозност видимо засенчи дори проблема за неизкупеното страдание. Истината е, че нито един от тези проблеми не може да се разреши, без да се намери решение за другия. И тук идеята за Исус, който поема върху себе си греховете на човечеството, сякаш са негови, е ключът към дълбокото разбиране за срещата с дявола в усамотението на пустинята. "Ното sum, humani nihil a me alienum puto" – казва римският драматург Теренций, което значи: "Аз съм човек и нищо човешко не ми е чуждо".

"Никое дърво не може да стигне до Рая, ако корените му не стигнат до Ада" – добавя страховито изключителният психоаналитик Карл Густав Юнг. ²⁰⁴ Това е едно от онези твърдения, които неминуемо те карат да се замислиш. Не може да има движение нагоре, дълбокомислено забелязва великият психиатър, ако няма съответстващо движение надолу. Тъкмо затова просветлението настъпва толкова рядко. Кой изобщо е готов на това? Вие готови ли сте да се срещнете с този, който дърпа конците и стои в дъното на най-злонамерените ви мисли? Знаете ли какво написа, доста неизчерпателно всъщност, масовият убиец от гимназия "Колъмбайн" Ерик Харис в деня преди да открие стрелба по съучениците си? "Интересно, когато съм в човешкия си облик, знам, че ще умра. В сравнение с това всичко изглежда тривиално. "²⁰⁵ Кой би се осмелил да обясни подобно послание, или да го оправдае?

В пустинята Исус среща Сатаната (виж Лука 4:1-13 и Матей 4:1-11). Тази история има ясно психологическо значение — метафорично значение — в допълнение към всички останали житейски и метафизични послания, които носи. Това означава, че Исус е вечният образ на Този, който решава да поеме лична отговорност за човешката греховност в цялата ѝ дълбочина. Означава, че Исус е вечният образ на Този, който е готов да поеме риска и да се изправи срещу изкушенията, на които ни подлагат най-коварните елементи от човешката природа, и да се замисли дълбоко върху тях. Означава, че Исус е вечният образ на този, който е готов съзнателно, безусловно и доброволно да се противопостави на злото, което живее едновременно вътре в Него и в света извън него. Това не са просто някакви абстрактни съждения (макар че действително са абстрактни). Не е просто някакъв интелектуален въпрос, който с чиста съвест можем да подминем.

Войниците, които страдат от посттравматично стресово разстройство, най-често развиват това състояние не заради нещо, на което са станали свидетели,

 $^{^{204}}$ Юнг, К.Г. *Еон. Изследвания върху символиката на цялостната личност*; прев. Марга-рита Дилова. изд. "Евразия-Абагар", Плевен, 1995 г.

²⁰⁵ Bж. http://www.acolumbinesite.com/dylan/writing.php

а заради нещо, което са извършили. ²⁰⁶ Бойното поле, образно казано, е населено с твърде много демони. Участието във война може да отвори врата към Ада. От време на време нещо се промъква оттам, обладава някое невинно селско момче от Айова и го превръща в чудовище. Тогава то извършва нещо ужасно. Изнасилва и умъртвява жените и избива децата от Ми Лай ²⁰⁷. Наблюдава се отстрани как върши тези злини. И една тъмна част от него изпитва удоволствие – онази част, която е трудно да бъде забравена. А накрая, след всичко това, той не знае как да се помири с истината за себе си и за света, който се е открил пред него. И нищо чудно.

В прочутите основополагащи митове на древен Египет бог Хор – който се счита за прототип на Исус в исторически и концептуален план²⁰⁸ – преживява същото, когато се противопоставя на жестокия си чичо Сет²⁰⁹, узурпатор на трона на Озирис, бащата на Хор. Хор, египетският бог сокол, всевиждащото око на Египет и олицетворение на вечната бдителност, не се бои да се сблъска с истинската природа на Сет и влиза в директен двубой с него. В схватката с коварния му чичо обаче съзнанието на Хор се поврежда. Той губи едното си око. Това се случва въпреки божествения му произход и уникалната магическа сила на зрението му. Какво би изгубил в подобна ситуация обикновеният човек? Всъщност той може да придобие вътрешно зрение и разбиране, пропорционално на това, което ще изгуби като възприемане на външния свят.

Сатаната въплъщава отхвърлянето на идеята за жертвата; символ е на безочието, на злобата и лъжата, на жестокото осъзнато зло. Той е чиста омраза към Човека, Бога и Битието. Не би показал смирение, дори да му е ясно, че това е необходимо. Нещо повече, той знае много добре какво прави в маниакалното си желание за разруха и го прави преднамерено, обмислено и докрай. Следователно именно той – архетипът на Злото, отива в пустинята, за да изкушава Исус – архетипа на Доброто. Там, в едни от най-суровите

²⁰⁶ Schapiro, J.A., Glynn, S.M., Foy, D.W. & Yavorsky, M.A. (2002). "Participation in warzone atrocities and trait dissociation among Vietnam veterans with combat-related PTSD." *Journal of Trauma and Dissociation*, 3, 107-114; Yehuda, R., Southwick, S.M. & Giller, E.L. (1992). "Exposure to atrocities and severity of chronic PTSD in Vietnam combat veterans." *American Journal of Psychiatry*, 149, 333-336.

 $^{^{207}}$ Клането във виетнамското село Ми Лай е военно престъпление, извършено от части на американската армия по време на Виетнамската война. Избити са повече от 300 цивилни жители, предимно жени и деца. – E.np.

²⁰⁸ Виж Harpur, T. (2004). *The pagan Christ: recovering the lost light*. Thomas Allen Publishers. Този въпрос се разглежда и тук: Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief*. New York: Routledge.

 $^{^{209}}$ Това наблюдение се подкрепя от факта, че думата Сет етимологически е прототип на думата Сатана. Виж Murdock, D.M. (2009). *Christ in Egypt: the Horus-Jesus connection*. Seattle, WA: Stellar House, p. 75. – E.a.

условия, той предлага на Спасителя на човечеството онези неща, които биха съблазнили повечето хора.

Отначало Сатаната изкушава Исус, който от четиресет дни не е ял нищо, да засити глада си, като превърне камъните в хлябове. След това му предлага да се хвърли от една скала и да призове Господ и ангелите да го вдигнат на ръце. На първото изкушение Исус отговаря с думите: "Не само с хляб ще живее човек, но с всяко слово, което излиза от Божиите уста". Какво означава този отговор? Смисълът е, че дори в условия на крайни лишения има неща, които са по-важни от храната. Казано по друг начин, хлябът не може да засити този, който е предал душата си, дори да гладува.²¹⁰ Ясно е, че Исус може да използва своята почти неограничена сила и веднага да се сдобие с хляб и да наруши поста си – или, в по-широкия смисъл на думата, да се сдобие с богатство тук, на този свят (което, теоретично погледнато, ще реши проблема с хляба доста по-дългосрочно). Но на каква цена? И с какви последици? Чревоугодие на фона на пълна морална нищета? Не може да има по-сиромашко и по-окаяно пиршество от това. Затова Исус се стреми към повисока цел: той описва един модел на съществуване, който окончателно и завинаги ще реши проблема с глада. Ами ако всички ние изберем да засищаме душата си не с изгода, а с Божието слово? Това би означавало всеки човек да живее, да създава, да прави жертви, да говори и да споделя с другите по такъв начин, че лишенията и гладът да останат в миналото. Това е единственият начин да решим истински и окончателно проблема с глада в суровите условия на пустинята.

В евангелията се срещат и други примери за това, предадени със средствата на драматичното действие. Исус често се изобразява като благодетел, осигуряващ неизчерпаемо препитание. По чудодеен начин той умножава хляба и рибата. Превръща водата във вино. Но какво означава това? Всъщност това е призив за преследване на по-висши цели, призив към един нов начин на живот, който е не само по-практичен, но и по-стойностен. Този призив е предаден в драматична/художествена форма: живейте така, както живее архетипният Спасител, и никога повече няма да гладувате – нито вие, нито тези около вас. Светът е щедър и благосклонен към онези, които живеят правилно. А това е много повече от хляба. Много повече от парите, с които се купува хлябът. По този начин Исус, символ на съвършения индивид, преодолява първото изкушение. Очакват го още две.

 $^{^{210}}$ На онези от вас, които смятат, че това звучи нереалистично в обективния, материален свят, където лишенията предизвикват напълно реално страдание, отново бих препоръчал "Архипелаг ГУЛАГ" на Солженицин. Там ще откриете някои наистина задълбочени дискусии върху правилното етично поведение и неговото по-скоро преувеличено, отколкото подценено значение в ситуациите на крайна нужда и страдание. – E.a.

"Хвърли се от тази скала – подканва го Сатаната, предлагайки второто изкушение. – Ако е истина, че Бог съществува, той ще те спаси. Ако ти наистина си негов Син, той ще дойде и ще те спаси. Защо обаче Бог не се появява, за да избави своя единствен Син от ужаса на глада, самотата и присъствието на най-голямото зло? Защото така не се изгражда модел на живот. Дори в литературата не става по този начин. Deus ex machina²¹¹ – появата на божествена сила, която по магически начин изважда героя от някакво затруднение – е най-евтиният трик, който някой посредствен писател може да извади от ръкава си. Това е подигравка с независимостта, куража, съдбата, свободната воля и отговорността. Освен това Бог не е спасителен пояс за наивници. Той не изпълнява магически номера по поръчка и никой не може да го принуждава да се разкрие – дори и Неговият единствен Син.

"Писано е още: Да не изпитваш Господа твоя Бог" (Матей 4:7) – с този отговор, макар и доста кратък, е отхвърлено второто изкушение. Исус няма навика да настоява (нито да моли) Бог да се намесва в негова полза. Той отказва да се освободи от отговорността за събитията в собствения си живот. Отказва да настоява за доказателство за Божието присъствие. Отказва също да намери индивидуално решение на проблема с човешката уязвимост (като принуди Бог да спаси Него), защото това няма да реши проблема за всеки и за вечни времена. При това изкушение се чува ехото на още един отказ – отказа да се търси утеха в безумието. В тежките условия на пустинята Исус лесно би могъл да се поддаде на примамливото, но налудничаво изкушение да се самоопредели като чудотворния Месия. Вместо това той отхвърля идеята, че спасението – и дори непосредственото оцеляване – може да зависи от нарцистични прояви на превъзходство и командване на Господ, пък макар и от страна на Неговия син.

Така стигаме до третото и най-неустоимо изкушение. Исус вижда пред себе си всички царства на земята и само да поиска, те могат да бъдат негови. Това е примамливият повик на земната власт: силата да контролираш и да налагаш волята си над всекиго и над всичко. Исус получава предложение да стъпи на самия връх на йерархията, какъвто е животинският стремеж на всяка "гола маймуна": безпрекословен авторитет, отлична поземлена собственост, власт да съграждаш и разширяваш, неограничени възможности за плътска наслада. Това се нарича лична изгода. Но има и нещо друго. Издигането в йерархията създава всички условия да се разкрие вътрешният мрак. Жаждата за кръв, насилие и разруха в много голяма степен е част от притегателната сила на властта. Хората копнеят за власт не просто защото

 $^{^{211}}$ Deus ex machina (лат.) — Бог от машина — специфичен театрален ефект от древногръцкия и древноримския театър, когато с помощта на механизъм на сцената се спуска актьор, облечен като бог, за да разреши някаква безизходна ситуация. — E.np.

искат да спрат да страдат или да преодолеят зависимостта от нищетата, болестите и смъртта. Властта е възможност да отмъстят, да подчинят и разбият враговете си. Ако разполагаше с достатъчно власт, Каин щеше не просто да убие Авел. Преди това щеше да го измъчва, бавно и изобретателно. И едва тогава щеше да го убие. А после щеше да си намери друга жертва.

Има едно място, което се намира по-високо от върха дори на най-високата йерархия, и достъпът до него не бива да се жертва за бързо постижим, непосредствен успех. Това място е напълно реално, но не го бъркайте с общоприетото географско понятие за място, с което си служим, за да се ориентираме. Веднъж имах видение: една широка панорама се простираше на километри пред мен чак до хоризонта. Стоях някъде високо – гледката беше от птичи поглед. Навред стърчаха върховете на гъсто разположени многоетажни пирамиди от стъкло, някои по-ниски, други по-високи, застъпващи се или стоящи отделно, но всички до една напомнящи на модерните небостъргачи; а вътре – пълно с хора, домогващи се до върха на всяка от тези пирамиди. Най-отгоре, над самия връх на пирамидата имаше нещо друго, някаква сфера. Това беше привилегированата позиция, от която погледът може да се рее свободно над кипящата долу борба за надмощие, когато си избрал да не се бориш за власт над определена група или идея, а да бъдеш над всичко това. Всъщност това беше вниманието в неговата найчиста и обективна форма: безпристрастно, бдително, будно внимание, готово за действие, когато точният момент настъпи и точното място е съградено. Както се казва в "Дао Дъ Дзин":

Който се бърка, обърква; който задържа, изпуска. Затова мъдрият не се бърка – и така не обърква, не задържа – и така не изпуска.²¹²

Историята за третото изкушение съдържа мощен призив за праведно Битие. За да получи най-голямата възможна награда — да се установи Царството Божие на земята, да се възроди Раят, — индивидът трябва да води такъв начин на живот, който изисква отхвърляне на незабавното удоволствие и на всички подобни естествени, но погрешни желания, независимо колко въздействащо, убедително и реалистично са внушени; както и отхвърляне на изкушенията на злото. Злото умножава житейското нещастие, усилвайки значително стремежа за търсене на незабавна изгода заради самата трагичност на Битието. Обикновените, ежедневни жертви с повече или с по-

 $^{^{212}}$ Лао Дзъ. *Книга за Пътя и Постигането*; прев. Крум Ацев. изд. "Кибеа", София, 2002 г.

малко успех съумяват да държат трагедията настрана, но за да се победи злото, е необходим един по-особен вид жертва.

Задачата да се опише и обясни този специален вид жертва векове наред занимава християнското (а и не само християнското) въображение. Но защо тези усилия не дават желания резултат? Защо все още не сме убедени, че найпрозорливият план е да отправим поглед към небето, да превърнем Доброто в своя цел и да пожертваме всичко за постигането ѝ? В нашето неразбиране ли е проблемът, или е в това, че сме поели по този път, но съзнателно или не сме се отклонили от него?

Християнството и неговите проблеми

Карл Юнг предлага хипотезата, че европейският ум е силно мотивиран да развие когнитивните механизми на науката – да изследва материалния свят, - след като достига до безусловното заключение, че християнството, което поставя ярко ударение върху духовното спасение, не отделя достатъчно внимание на проблема за страданието тук и сега. Това виждане се изостря до крайност през трите, може би четирите века преди Ренесанса. В резултат дълбоко в колективната психика на западния свят започва да се оформя една изключително странна, отвлечена компенсаторна идея, която намира първата си изява в чудатата философия на алхимията и чак след много векове придобива ясно очертаната форма на науката.²¹³ Алхимиците са първите, които започват да изучават механизмите за трансформиране на материята с надеждата да разкрият тайните на здравето, изобилието и дълголетието. Тези велики мечтатели (сред които се откроява името на Нютон²¹⁴) предусещат интуитивно и след това се осмеляват да допуснат, че заклейменият от църквата материален свят крие тайни, чието разбулване може да освободи човечеството от болката и ограниченията на земното съществуване. Именно това прозрение, плод на съмняващия се, буден ум, подхранва колосалната мотивираща сила в колектива и индивида, необходима за развитието на науката – процес, който отправя към отделния мислител строгото изискване за концентрация и отлагане на удоволствието.

От това не следва да се разбира, че християнството, дори в неосъществената си форма, е провал. Напротив! То успява да постигне почти невъзможното. Християнската доктрина издига в ценност индивидуалната душа, поставяйки всички – роби и господари, простолюдие и аристокрация – на една и съща метафизична основа, като равни пред Бога и пред закона.

²¹³ Юнг, К.Г. *Еон. Изследвания върху символиката на цялостната личност*; прев. Маргарита Дилова. изд. "Евразия-Абагар", Плевен, 1995 г.

²¹⁴ Dobbs, BJ.T. (2008). *The foundations of Newton's alchemy*. New York: Cambridge University Press.

Християнството твърди, че дори царят е само един сред многото. За да може едно такова твърдение, което противоречи на всички очевидни факти, да намери сигурна опора, се налага да бъде развенчана идеята, че светската власт и положението в обществото са показател за Божието благоволение. Това става отчасти посредством странното твърдение на християнството, че спасението не се постига чрез усилия или заслуги – тоест чрез "работа". 215 Изграждането на подобна доктрина, независимо от нейните ограничения, не позволява на царя, аристократа или, да кажем, на заможния търговец, да парадира с морално превъзходство над обикновения човек. В резултат на това метафизичната концепция за вечната ценност, присъща на всяка една душа, въпреки всички препятствия успява да се наложи като фундаментален принцип в западното законодателство и общество. Това невинаги е било така и все още не е в по-голямата част от съвременния свят. Истинско чудо е (и затова не бива да забравяме този факт), че обществата на нашите предци, чиято йерархия се опира на робството, се преобразуват – под въздействие на някакво етично/религиозно откровение – по такъв начин, че притежанието и абсолютната власт над друго човешко същество започва да се смята за нещо погрешно.

В наш интерес е да не забравяме и факта, че робството предлага непосредствена изгода за някои; че аргументът "силният трябва да доминира над слабия" е много привлекателен, удобен и извънредно практичен (особено за силния). Това означава, че докато не се появи човек, който с революционните си възгледи да изобличи всички ценности на робовладелските общества, порочната практика не може да бъде поставена под съмнение и, още по-малко, прекъсната (същото важи и за идеята, че самото упражняване на власт и авторитет превръща робовладелеца в аристократ; или още по-крайната идея, че упражняваната от робовладелеца власт е законосъобразна и даже добродетелна). Християнството изрази, ясно и категорично, изумителното твърдение, че и най-низшият човек има права, истински права, и че суверенът и държавата са морално задължени да зачитат тези права. То оповести, отново ясно и категорично, още по-необяснимата идея, че притежаването на друго човешко същество накърнява много повече достойнството на робовладелеца (докато преди се е смятало за признак на аристократизъм), отколкото това на роба. Днес ни е трудно да разберем

²¹⁵ В Ефесяни 2:8-2:9 се казва: "Защото по благодат сте спасени чрез вярата, и това не е от вас, но е Божий дар, не е чрез дела, за да не би някой да се похвали". Тази идея намира отзвук и в Римляни 9:15-9:16: "Ще покажа милост, към когото ще покажа, и ще пожаля, когото ще пожаля. И тъй, не зависи от този, който иска, нито от този, който тича, но от Бога, Който показва милост". В Новия превод на Библията в пасаж 9:16 се казва: "Така че това зависи не от желанията или усилията на някого, а от Бога, Който дарява милост".

колко непосилно е било за обществото да възприеме подобна идея. Забравяме, че обратното е било очевидна истина през почти цялата човешка история. Ние мислим, че желанието за поробване и доминиране е това, което се нуждае от обяснение. Между другото, то отново се връща.

Това не означава, че християнството не е имало своите проблеми. Всъщност те са от този вид проблеми, които се проявяват едва когато редица други, много по-важни проблеми са били решени. Обществото, което християнството създава, е значително по-малко варварско от езическото и дори от древноримското, които заменя. Най-малкото, християнското общество признава, че не е редно робите да служат за храна на изгладнелите лъвове просто за забавление на тълпите, макар че много други варварски практики продължават да съществуват. То се противопоставя на детеубийството, на проституцията и на принципа, че правото е на страната на силния. Прокарва убеждението, че жените са важни колкото и мъжете (макар че все още не сме намерили начин да приложим това убеждение в политиката). Християнството настоява, че дори враговете на обществото са човешки същества и трябва да се третират като такива. И не на последно място, то разделя църквата от държавата, за да попречи на императорите, които са хора като всички, да изискват да бъдат почитани като богове. Всичко това е изглеждало невъзможно. Но се случва.

С напредване на християнската революция обаче невъзможните проблеми, които тя успява да реши, потъват в забрава. Както се случва с всички решени проблеми. След като решението е намерено и приложено, в забрава потъва дори фактът, че тези проблеми някога са съществували. Едва тогава проблемите, които не се поддават на бързо разрешаване от християнската доктрина, заемат централно място в западното съзнание и дават тласък на развитието на науката, която си поставя за цел да разреши осезаемото, физическо страдание – а то продължава да бъде наболял въпрос и в сполучливо християнизираните общества. Автомобилното замърсяване например се превръща в достатъчно тревожен проблем, който да привлече общественото внимание, едва когато светът вече е забравил далеч посериозните проблеми, решени с откриването на двигателя с вътрешно горене. Живеещите под прага на бедността не се интересуват от нивата на въглеродния диоксид. Това не значи, че стойностите на СО2, по принцип не са от значение. А просто, че не са от значение, когато се трудиш до изнемога, гладуваш и едва преживяваш от каменистата и неподатлива земя, раждаща в изобилие само тръни и бодли. Нивата на СО2 са без значение, докато човечеството не изобретява трактора и милиони спират да гладуват. Във всеки случай, по времето, когато в края на деветнайсети век Ницше излиза на сцената, проблемите, които християнството не е успяло да реши, стават критично важни.

Ницше казва за себе си, че философства с чук в ръка,²¹⁶ при това без да преувеличава особено. Опустошителната критика, на която той подлага християнството – вече отслабено заради конфликта с науката, на която точно то дава тласък, – включва две основни линии на обвинение. Ницше твърди, че именно усещането за истина, развито до крайност от християнството, е поставя съмнение, после отначало ПОД a това. фундаменталните устои на вярата. Една от причините за това е, че все още не е напълно осмислена разликата между моралната, наративната истина и обективната истина (и се търси противопоставяне, когато такова не съществува) – но това не оспорва казаното от Ницше. Дори когато съвременните атеисти се отнасят с пренебрежение към крайното схващане, че разказът за сътворението в книга Битие е обективна истина, за да вземат страна в този спор, те се доверяват на собственото си усещане за истина, развивано от християнството в продължение на векове. Няколко десетилетия по-късно Карл Юнг допълва доводите на Ницше, като отбелязва, че по време на Просвещението Европа се събужда от някакъв християнски сън, откривайки, че всичко, което до този момент приема за факт, не само би могло, но и трябва да се подложи на съмнение. "Бог е мъртъв! – пише Ницше. – Бог ще остане мъртъв! (Ние го убихме – вие и аз!) Как ще се успокоим, ние, убийците на всички убийци! Най-святото и най-могъщото същество, което светът е притежавал до днес, загина, обляно в собствената си кръв под ударите на нашите ножове – кой ще изтрие тази кръв от нас?"217

Основните догми на западната вяра са станали неблагонадеждни, смята Ницше, като се има предвид каква е днешната представа за истина на западния ум. Във второто си обвинение — че с развитието на Църквата християнството се освобождава от всякакъв морален товар — той е безпощаден. Философът с чук в ръка нанася тежък удар върху едно от ранните християнски умозаключения, впоследствие придобило изключителна важност: това е твърдението, че единствено и само жертвата на Исус е изкупила греховете на човечеството. Това не означава непременно, че един християнин, който вярва, че Исус е умрял на кръста, за да спаси хората, е освободен от всякакво лично морално задължение. Но загатва настойчиво, че Спасителят е поел главната отговорност за изкупването на греховете и следователно не е останало нищо съществено, което грешният човек може да направи.

Ницше смята, че апостол Павел, а след това и протестантите, начело с Мартин Лутер, снемат моралната отговорност от последователите на Исус.

 $^{^{216}}$ Ницше, Ф. 3алезът на боговете (Или как се философства с чук в ръка); прев. Георги Кайтазов. изд. "Христо Ботев", София, 1992 г

²¹⁷ Ницше, Ф. *Веселата наука*; прев. Христина Костова-Добрева. УИ "Св. Климент Охридски", София, 1994 г.

Те размиват идеята за *подражанието на Исус*. Това подражание е свещеното задължение на всеки вярващ: не просто да спазва или да изрича някакви заучени реплики за абстрактната вяра, а действително да проявява духа на Спасителя в конкретните, специфични условия на собствения си живот – да осъзнае или въплъти архетипа, както казва Юнг; да облече в плът вечния пример. "Християните – пише Ницше – никога не са извършвали постъпките, които е предписвал Исус, и безсрамните приказки за "оправдание чрез вярата", както и неговата най-висша и единствена значимост, са само следствие на това, че църквата е нямала нито смелостта, нито пък волята да се заеме с делата, които Исус е изисквал." В ролята на критик Ницше наистина няма равен на себе си.

Догматичното вярване в главните аксиоми на християнството (че смъртта на Исус на кръста изкупва греховете на света; че спасението се отлага за "онзи" свят и че то не може да бъде постигнато чрез действие) води до три взаимносвързани последици. Първо, обезсмисляне на земния живот, защото само животът след смъртта има значение. От това следва, че е приемливо да си затваряш очите и да бягаш от отговорност за страданието, което съществува тук и сега. Второ, пасивно приемане на статуквото, защото спасението не може да се заслужи чрез полагане на усилия в този живот (по този въпрос Маркс иронично отбелязва, че религията е опиум за народа). И накрая, трето, правото на вярващия да отхвърли всяко действително морално задължение (с изключение на вярата в спасението чрез Исус), защото Божият син вече е свършил най-важната и найтежката работа. По същите тези причини Достоевски, който оказва огромно влияние върху Ницше, критикува християнската институция (но неговите нападки са издържани в един доста по-двусмислен и изискан стил). В шедьовъра "Братя Карамазови" атеистът и свръхчовек Иван разказва една притча, "Великият инквизитор". 219 Би било полезно да я разгледаме накратко.

Иван говори на брат си Альоша — чието желание да бъде послушник в манастир той презира — за Исус, който се завръща на земята по време на испанската Инквизиция. Както може да се очаква, около завърналия се Спасител се вдига огромен шум. Той изцелява болните. Съживява мъртвите. "Лудориите" му скоро привличат вниманието на самия Велик инквизитор, който веднага заповядва да арестуват Исус и да го хвърлят в затвора. По-късно Инквизиторът отива в килията му. Осведомява го, че вече нямат нужда от него. Завръщането му представлява огромна заплаха за Църквата.

 $^{^{218}}$ Ницше, Ф., *Воля за власт*, прев. Пламен Градинаров, изд. "Захарий Стоянов", София, 2009 г.

²¹⁹ Достоевски, Ф.М. *Великият инквизитор*. – В: *Братя Карамазови*; прев. Димитър Подвързачов и Симеон Андреев, изд. "Народна култура", София, 1984 г

Инквизиторът казва на Исус, че бремето, с което е натоварил човечеството – бремето да живеят с вярата и с истината, – е прекалено тежко за клетите простосмъртни. Изтъква, че Църквата е показала милосърдие, като е размила това послание и е свалила от плещите на последователите си бремето на изискването за перфектно Битие. А в замяна им е предложила простото и милостиво бягство на вярата и живота след смъртта. Това е отнело векове, продължава Инквизиторът, и последното нещо, от което Църквата има нужда сега, след толкова положени усилия, е завръщането на Този, който твърди, че цялото бреме се пада преди всичко на хората. През цялото време Исус слуша мълчаливо. Накрая, когато Инквизиторът става да си върви, Той го прегръща и целува по устните. Силно смутен, Инквизиторът побелява като платно. Той си тръгва, оставяйки отворена вратата на килията.

Каквото и да кажем за дълбокия смисъл на тази история и за величието на духа, нужен за създаването ѝ, ще бъде недостатъчно. Достоевски, един от най-големите литературни гении на всички времена, във всяко свое ярко произведение се изправя срещу най-важните екзистенциални въпроси – нещо, което прави дръзко, стремително и независимо от последствията. Въпреки че е истински християнин, той твърдо отказва да превърне в посмешище опонентите си, рационалисти и атеисти. Напротив! В "Братя Карамазови" например Достоевски запознава читателя с образа на Иван – който оспорва основните принципи на християнството изключителна яснота и патос. Альоша, който по убеждение и с цялата си страст е свързан с Църквата, е неспособен да обори нито един от аргументите на брат си (макар че вярата му остава непоклатима). Достоевски е наясно и признава, че християнството отстъпва пред аргументите на разума – пред силата на интелекта, - но (нещо особено важно) той не се крие от този факт. Не си служи с отричане, заблуда или сатира, за да разклати светогледа, оспорващ истината и ценностите, в които той вярва. Писателят намира изход от този проблем, като поставя действията над думите. В края на романа високите морални ценности, носител на които е Альоша – смело последвал примера на Исус, – удържат победа над блестящия, но критичен до степен на краен нихилизъм интелект в лицето на Иван.

Християнската църква, представена в образа на Великия инквизитор, е същата тази църква, която Ницше приковава на позорния стълб. Инфантилна, лицемерна, патриархална и сервилна към държавата, тази църква с нейните прогнили порядки продължава да търпи упреци и от съвременните критици на християнството. При цялата си ерудиция Ницше не успява да овладее гнева си, нито да го смекчи в достатъчна степен с разумни аргументи. В това отношение Достоевски, по мое мнение, успява да надмине Ницше – именно тук великата литература на Достоевски постига много повече от класическата философия на Ницше. Инквизиторът, изобразен от руския

писател, е символ на догмата във всеки един смисъл. Той е безскрупулен, циничен, манипулативен и жесток "следовател", готов да подгони всеки отцепник и, ако се наложи, да го измъчва до смърт. Той е проводник на една догма, която сам знае, че е погрешна. Исус обаче, архетипът на съвършения човек, целува противника си. Не по-малко важно е и това, че след този жест Великият инквизитор оставя вратата отворена, за да може Исус да избегне предстоящата смъртна присъда. Достоевски смята, че в огромната корумпирана институция на християнството все пак е останало място за духа на нейния Основател. Това е жест на благодарност от една благородна и прозорлива душа за неумиращата мъдрост на Запада, въпреки всички грешки.

Не може да се твърди, че Ницше не е склонен да отдаде дължимото признание на вярата — и по специално на католицизма. Той счита, че продължителната традиция на "несвобода", характеризираща догматичното християнство — настояването, че всичко може да бъде обяснено в рамките на една-единствена строго определена метафизична теория, — е необходимо условие за формирането на дисциплинирания, но свободен съвременен ум. В "Отвъд доброто и злото" той пише:

Продължителната зависимост на духа [...] трайната воля на духа да тълкува всичко, случващо се по християнска схема, и да преоткрива и оправдава християнския Бог във всяко случайно обстоятелство — цялата тази насилственост, произволност, неумолимост, страховитост, неразумност се оказва средството, чрез което европейският дух е придобил своята сила, своето безогледно любопитство и гъвкава подвижност: като не можем да не признаем, че при това е трябвало да бъдат смазани, потиснати и погубени много сила и дух...²²⁰

Ницше, подобно на Достоевски, смята, че свободата — в това число свободата на действие — изисква определени ограничения. По тази причина и единият, и другият признават жизненоважната роля на църковната догма. Трябва да има строго определена рестриктивна система, която да дисциплинира, ограничава и модулира индивида — понякога довеждайки го почти до разруха, — преди той да е в състояние да действа свободно и компетентно. С присъщото му великодушие Достоевски, въпреки цялата корумпираност на църквата, показва към нея известна доза снизходителност, а също и прагматизъм. Той вярва, че духът на Исус, Логосът ²²¹, който

221 Логос (от гръцки – слово, мисъл, смисъл) – термин в древногръцката философия. В

 $^{^{220}}$ Ницше, Ф., *Отвъд доброто и злото*, прев. Ренета Килева-Стаменова, изд. "Захарий Стоянов", София, 2002 г.

поражда света, все още може да намери покой – и дори суверенитет – в догматичната ѝ система.

Ако един баща дисциплинира сина си правилно, това означава, че той прекрачва границите на личната му свобода, особено тук и сега. Той поставя ограничения върху свободната воля и свободната изява на Битието, като принуждава сина си да заеме своето място като отговорен член на обществото. Този баща държи потенциалът на детето да се насочи в еднаединствена посока. Налагайки тези ограничения върху сина си, влиянието му може да бъде окачествено като деструктивно, тъй като с действията си той подменя чудното многообразие на детството с една силно стеснена действителност. Но ако този баща не предприеме такива действия, това значи да допусне синът му да остане Питър Пан, вечното Момче, Кралят на Изгубените момчета, Повелителят на несъществуващата Небивала земя. А този вариант е морално неприемлив.

Църковната догма се подкопава от духа на истината, който самата Църква развива и подхранва. Това подкопаване достига кулминационната си точка смъртта на Бог. Но догматичната система на Църквата дисциплинираща система. Дългият период на несвобода – на преданост към единствената структура, която може да обясни необяснимото – е необходимо условие за формирането на свободен ум. Християнската догма осигурява тази несвобода. Догмата обаче е мъртва, поне за съвременния западен ум. Тя умря заедно с Господ. А от гниещите ѝ останки – и това е въпрос от особена важност – изникна нещо още по-безжизнено, нещо, което никога не е било живо, дори в миналото: нихилизмът, както и една също толкова опасна предразположеност към новите тоталитарни, утопични идеи. Смъртта на Бог е обстоятелството, което отприщи неудържимия колективен ужас на комунизма и фашизма (нещо, което предрекоха и Достоевски, и Ницше). В тази връзка Ницше настоява, че смъртта на Бог изправя отделния индивид пред необходимостта да изкове сам собствените си ценности. психологически погледнато, това е най-слабото място в неговата хипотеза: ние не можем да изработим сами собствените си ценности, тъй като не можем да натрапим на душата си убежденията, в които вярваме. Това е и голямото откритие на Карл Юнг, който достига до него в немалка степен благодарение на факта, че изучава внимателно проблемите, повдигнати от Ницше.

Ние се бунтуваме срещу собствения си тоталитаризъм, колкото и срещу този на другите. Нито аз, нито вие можем да се принудим към някакво действие. Колкото и да се заричам: "Ще спра да отлагам", "Ще започна да се

Стария завет Логос (Слово) означава Божествено начало (Бог Слово), а в Новия завет – единородният Син Божий – E.ped.

храня здравословно", "Ще огранича алкохола" – това просто не се случва. Не бих могъл да се напъхам в измисления образ, съшит от интелекта ми (особено ако този интелект е подвластен на някаква идеология). И аз, и вие, и всеки от нас, има своя собствена природа. За да се помирим със себе си, първо трябва да открием каква е тази природа и да се изправим срещу нея. Кои сме ние дълбоко в себе си? И какви можем да станем, като знаем кои сме наистина? Но преди да открием отговора на тези въпроси, първо трябва да стигнем до дъното на тази история.

Съмнението отвъд обикновения нихилизъм

Триста години преди Ницше великият френски философ Рене Декарт се отправя на интелектуална мисия – да подложи съмненията си на сериозен анализ, да им направи пълна дисекция и да стигне до същината, за да провери дали може да открие или формулира поне едно твърдение, непроницаемо за собствения му скептицизъм. Той търси крайъгълния камък, върху който може да се построи правилното Битие. За себе си Декарт го открива в Аза, който мисли и съзнава – както гласи неговата крилата фраза Cogito ergo sum (Мисля, следователно съществувам). Всъщност идеята за този Аз възниква много преди това. Преди хиляди години съзнаващият Аз е всевиждащото око на Хор, египетският Бог-син и Бог-слънце, който възражда държавата, като забелязва дълбоката поквара и ѝ се противопоставя. Преди това откриваме тази идея в образа на Мардук, върховния бог на Месопотамия, чиито очи са разположени от двете страни на главата и който изрича магически заклинания и така създава света. В епохата на християнството Азът се трансформира в Логос – в Словото, което в началото на времето поражда реда в Битието. Може да се каже, че Декарт просто десакрализира Логоса и го превръща в "това, което съзнава и мисли". Казано по-просто, това е съвременното его.

Но какво точно представлява това его? Ние можем да разберем неговите страхове до известна степен (стига да искаме), но добротата му не се поддава на обяснение толкова лесно. На сцената на Битието егото е злият герой, то е нацистът или сталинистът, то е злото, създало Аушвиц, Бухенвалд и Дахау, както и системата на съветския ГУЛАГ. Това е нещо ужасно, което не бива да се забравя. Но коя е неговата противоположност? Какво представлява доброто, което е обратната страна на злото и което можем да доловим и опознаем единствено в присъствието на злото? Тук е мястото да отбележим твърдо и ясно, че дори рационалният интелект – тази способност, толкова тачена от презиращите традиционната мъдрост – проявява най-малкото близко сходство с архетипния бог, който умира, но неизменно възкръсва, с вечния спасител на човечеството, с изначалния Логос. Карл Попър, който е

философ на науката и определено не е мистик, разглежда мисленето като логическо продължение на Дарвиновата еволюция. Едно създание, което не може да мисли, трябва единствено и само да осъществи предопределеното си Битие. Действията му представляват конкретен, непосредствен израз на инстинктивна природа. Ако поведението му не отразява неговата изискванията на околната среда, то ще умре. Но нещата не стоят така при човека. Ние можем да конструираме абстрактни модели на Битието с неговите потенциални проявления. Можем да сътворим идея в театъра на въображението. Можем да я изпробваме спрямо другите си идеи, спрямо идеите на останалите или спрямо реалността. Ако не оправдае очакванията ни, можем да я изоставим. Можем, както се изразява Попър, да оставим идеите да умрат вместо нас. 222 И тогава създателят на тези идеи, който е поважен от самите идеи, може да продължи напред, освободил се от оковите на грешките. Вярата в онази част от нас, която приема смъртта на идеите, за да може да продължи, е предпоставка за самото мислене.

Идеята не е факт. А фактът сам по себе си е нещо мъртво. Той не притежава съзнание, желание за власт, мотивация и движеща сила. В нашия свят съществуват милиарди мъртви факти. Интернет е като гробище от мъртви факти. Но идеята, завладяла един човек, е нещо живо. Тя иска да намери изява, да заживее свой живот. Именно по тази причина дълбинните психолози – начело с Фройд и Юнг – твърдят, че човешката психика е едно бойно поле на идеите. Идеята притежава цел. Тя иска нещо. Налага своя ценностна система. Идеята вярва, че това, към което се стреми, е по-добро от действителността. Тя свежда реалността до нещата, които спомагат или пречат за нейната реализация, а всичко останало е без значение. Идеята придобива форма и плътност. Идеята е идентичност, тя не е факт. Когато намери почва за изява в един човек, тя е способна да го превърне в свой аватар: да го принуди да се бори за нейното осъществяване. Понякога тази принуда (или по-скоро власт) е толкова силна, че човекът е готов да умре, за да продължи да живее идеята. Най-общо казано, това е лошо решение, тъй като в повечето случаи е необходимо да умре само идеята, а човекът трябва просто да престане да бъде неин аватар, да промени мисленето си и да

²²² "Нека хипотезите, теориите ни, да умрат вместо нас! Все още не е късно да се научим да убиваме теориите си, вместо да се избиваме помежду си... Може би не е утопична мечта да вярваме, че един ден ще видим как побеждава склонността (рационалната или научна склонност) да разбиваме с аргументите на разума своите теории и мнения, вместо да се избиваме едни други." Popper, К. (1977). "Natural selection and the emergence of mind. "Това е част от лекцията, която Карл Попър произнася в колежа "Дарвин" в Кеймбридж. Виж

 $[\]underline{http://www.informationphilosopher.com/solutions/philosophers/popper/natural_selection_and_the_emergence_of_mind.html}$

продължи напред.

Както вече споменахме, нашите предци достигат до поразителното схващане, че най-фундаменталните убеждения трябва да умрат – трябва да връзката с Бог е прекъсната (когато бъдат пожертвани, – когато съществуването на ненужно и често пъти непоносимо страдание е ясен знак, че нещо трябва да се промени). Това означава единствено и само, че за да имаме по-добро бъдеще, е необходимо в настоящето да направим подходящите жертви. Никое друго животно не е достигнало до това откритие, чието осъзнаване е отнело на човека необозримите стотици хиляди години. След това е трябвало да изминат няколко епохи на наблюдение и формиране на култ към героя, а после и няколко хилядолетия в неуморно изучаване, за да може тази идея да изкристализира в история. Но това не е всичко. Нужно е било още време, ужасно много време, докато тази история бъде осмислена и разтълкувана, за да можем днес просто да заключим: "Ако си дисциплиниран и поставяш бъдещето над настоящето, можеш да обърнеш структурата на реалността в своя полза".

Въпросът е как да го направим по най-добрия начин.

През 1984 година аз поех по пътя на Декарт. Тогава все още не знаех, че е същият път, нито пък си приписвам сродство с Декарт, който заслужено се приема за един от най-великите философи на всички времена. Но и аз като него се разяждах от съмнения. По времето, когато започнах да разбирам основните принципи на Дарвиновата теория, вече бях надраснал повърхностното християнство от най-младите си години. След това не можех да разгранича основните елементи на християнската вяра от самозалъгването. Социализмът, който скоро след това ме привлече като обещаваща алтернатива, се оказа също толкова измамен; постепенно, благодарение на великия Джордж Оруел, проумях, че до голяма степен този мироглед се подхранва от омразата към богатите и успелите, а не от искрена загриженост към онеправданите. Освен това в същността си социалистите се оказаха поголеми капиталисти от самите капиталисти. Те вярваха в парите също толкова силно. Но смятаха, че ако преминат в ръцете на други хора, това ще реши проблемите, които измъчват човечеството. Само че се заблуждаваха. Има много проблеми, които пратите не могат да решат, както и проблеми, които парите влошават още повече. Богатите хора се развеждат колкото и бедните, те също се отчуждават от децата си, страдат от екзистенциален гняв, разболяват се от рак и деменция и умират в самота и лишени от обич. Лекуващите се наркозависими, които имат нещастието да разполагат с пари, пропиляват всичко за дрога и алкохол. А скуката е ужасно бреме, когато няма какво да правиш.

По същото време ме измъчваше и самият факт на Студената война. Бях обсебен от нея. Караше ме да сънувам кошмари. Студената война ме

захвърли в пустинята, в дългата тъмна нощ на човешката душа. Не можех да си обясня как се стигна дотам, че двете световни суперсили се стремяха към "гарантирано взаимно унищожение". Нима и едната, и другата система бяха еднакво тиранични и опорочени? Нима истината и тук беше въпрос на гледна точка? Не бяха ли ценностните им системи просто красивите одежди на властта?

Всички ли бяха полудели?

Какво точно се случи през изминалия двайсети век? Защо трябваше десетки милиони да умрат, принесени в жертва на новите догми и идеологии? Как стана така, че създадохме нещо по-лошо, даже много полошо, от аристокрацията и изопачените религиозни вярвания, чието място съвсем логично се опитаха да заемат комунизмът и фашизмът? Доколкото ми е известно, тези въпроси все още остават без отговор. Подобно на Декарт, аз също се измъчвах от съмнения. Опитвах се да открия поне едно нещо, което е неоспоримо. Търсех скала, върху която да построя дома си²²³. Именно съмнението ми помогна да я намеря.

Помня, че някъде четох за една ужасна практика в Аушвиц. Често се случвало някой от надзирателите да нареди на лагерник да пренесе четиресет и пет килограмов чувал с мокра сол от единия до другия край на огромния заграден двор. На табела, окачена на портала на концлагера, пишело: *Arbeit macht frei* – "Трудът освобождава". Но свободата е идвала само със смъртта. Пренасянето на чувалите със сол е пример за безсмислено изтезание. Злото е доведено до форма на изкуство. Това ме накара ясно да осъзная, че има действия, които са грешни.

Солженицин описва изчерпателно и задълбочено ужасите на двайсети век, разказва за десетките милиони души, на които е отнето всичко – препитанието, семейството, идентичността и дори животът. Във втората част на том втори от "Архипелаг ГУЛАГ" той описва Нюрнбергския процес – според него най-значимото събитие на двайсети век. Какви са изводите от този процес ли? Някои действия са толкова ужасни по своята същност, че те са насочени срещу самата природа на човека. Това е универсална истина, която прекрачва всички културни, исторически и географски граници. Тези действия са зли сами по себе си. За тях не съществува никакво оправдание. Да дехуманизираш друго човешко същество, да го третираш сякаш е паразит, да измъчваш и убиваш без оглед на лична вина или невинност, да довеждаш до изкуство причиняването на болка – това е погрешно.

В какво не се съмнявам? В съществуването на страданието. То не търпи никакви възражения. Нихилистът не може да го отхвърли със своя

216

 $^{^{223}}$ Авторът перифразира думите: "всеки, който чуе тия Мои думи и ги изпълнява, ще се оприличи на разумен човек, който е построил къщата си на канара" (Матей 7:24) – E.np.

скептицизъм. Тоталитаристът не може да го забрани. Циникът не може да избяга от неговата неоспоримост. То е нещо реално, а изкусното причиняване на страдание, заради самото страдание, е напълно погрешно. Тази идея се превърна в крайъгълен камък на убежденията ми. Изследвайки най-низшите пластове на човешкото мислене и поведение и осъзнавайки собствената си способност да постъпвам като надзирател от нацистки или съветски концлагер, или като садист, който изтезава невинни деца, най-сетне разбрах какво означава "да поемеш върху себе си греховете на света". Всеки човек притежава огромен потенциал за вършене на зло. Всяко човешко същество разбира, най-вероятно априори, не кое е добро, а кое не е такова. И ако съществува нещо, което не е добро, тогава съществува и нещо, което е добро. Ако най-страшният грях е измъчването на други човешки същества заради самото страдание, значи доброто е всичко онова, което е неговата диаметрална противоположност. Доброто е това, което пречи да се случват тези неща.

Смисълът като висше добро

Оттук започнах да извличам основните си морални възгледи. Цели се високо. Обръщай внимание. Поправи онова, което можеш. Не допускай познанието да те направи високомерен. Старай се да бъдеш смирен, защото външна тоталитарната надменност намира изява ПОД нетърпимост, потисничество, тормоз и причиняване на смърт. Отвори очи за собствените си недостатъци – малодушие, злоба, негодувание и омраза. Дай си сметка за пагубната склонност на собствения ти дух, преди да отправиш обвинения към другите или да тръгнеш да оправяш света. Може би проблемът не е в света. А в теб. Защото си се провалил. Пропуснал си целта. Не си оправдал Божието намерение. Провинил си се. По този начин ти допринасяш за нищетата и злото по света. И най-важното, не лъжи. Никога и за нищо на света. Лъжата е най-прекият път към Ада. И големите, и малките лъжи на нацисткия и на комунистическия режим доведоха до смъртта на милиони души.

Тогава си дай сметка, че облекчаването на ненужната болка и страдание е добро. И превърни това в аксиома: ще се старая с всяко свое действие да допринасям за облекчаване на ненужната болка и страдание. По този начин на върха на моралната си йерархия си поставил онези намерения и стремежи, които са насочени към подобряване на Битието. Защо ли? Защото всички знаем каква е алтернативата. Алтернативата е това, което беше двайсети век. Алтернатива, която беше толкова близо до Ада, че не си струва да коментираме разликата. А обратното на Ада е Раят. Издигането на стремежа за облекчаване на ненужната болка и страдание във върховна ценност

означава да полагаме усилия да построим Царството на Господ тук на земята. Това е отговорна позиция и състояние на духа.

Юнг счита, че оформянето на такъв вид морална йерархия е неизбежно, дори да е неправилно изградена или да съдържа вътрешни противоречия. Според Юнг това, което стои на върха на индивидуалната морална йерархия, е върховната ценност на индивида, неговият личен бог. То е онова, което мотивира действията му. То е израз на най-дълбоките му убеждения. Идеята, облечена в действие, не е факт, нито съвкупност от факти. Тя вече е идентичност, или по-точно, избор между две противоположни идентичности. Това е изборът между Шерлок Холмс и Мориарти. Между Батман и Жокера. Между Супермен и Леке Лутор, Чарлс Франсис Ксавие и Магнито, Тор и Локи²²⁴. Между Каин и Авел. И разбира се, между Исус и Сатаната. Ако човекът се стреми към облагородяване на Битието и изграждане на Рая тук на земята, значи изборът е Исус. Но ако се стреми към пораждане и разпространение на ненужната болка и страдание, изборът е Сатаната. Такава е неизбежната архетипна реалност.

Личната изгода е плод на слепия импулс. Тя е краткосрочна награда, повърхностна и егоистична. Готова е да излъже, за да постигне своето. С никого и с нищо не се съобразява. Тя е незряла и безотговорна. Смисълът е нейната зряла противоположност. Той се проявява, когато импулсите са под контрол, когато са подчинени на по-висшия ред и хармония. Всъщност смисълът се поражда от взаимодействието между възможностите, които светът предлага, и ценностната система, на която той се крепи. Ако ценностната система е насочена към подобряване на Битието, смисълът ще се прояви като утвърждаване на живота и ще предложи противоотрова срещу хаоса и страданието. Тогава всяко нещо ще придобие значение и ще стане по-добро.

Когато постъпвате правилно, действията ви позволяват да бъдете психологически интегрирани и днес, и утре, и в далечното бъдеще, като по този начин облагодетелствате себе си, семейството си и заобикалящия ви свят. Тогава всичко се синхронизира и обединява около една и съща смислова ос. Всичко се подрежда в идеална хармония. Животът се изпълва със смисъл. Това синхронизиране се случва на едно специално място във времето и пространството, чието съществуване успяваме да доловим с онази способност да усещаме неща, които са недоловими за сетивата, ограничени до функцията да събират информация и да я предават на мозъка. Затова смисълът е много повече от изгодата. Смисълът задоволява всички импулси, сега и завинаги. Точно затова успяваме да го доловим.

 $^{^{224}}$ В скандинавската митология Тор, бог на гръмотевиците, бурите и плодородието, е символ на доброто, а Локи, бог на огъня и хитростта, е символ на злото. – E.np.

Ако решите, че няма причина да негодувате срещу Битието, въпреки неговата несправедливост и жестокост, ще започнете да забелязвате какво можете да поправите, за да намалите поне малко ненужната болка и страдание. Ще си задавате въпроса: "Какво мога да направя днес?", или с други думи: "Как да оползотворя деня си така, че да направя света по-добър вместо по-лош?". Отговорът може да е пред очите ви: растящият куп документи, които настояват за вашето внимание, стаята, която може да стане малко по-уютна, или ястието, което бихте могли да приготвите с повече желание и да поднесете с любов на семейството си.

Ако поставим "подобряването на света" на върха на моралната си йерархия и се придържаме към това морално задължение, ще долавяме съществуването на все по-дълбок смисъл. Това не е блаженство. Не е и щастие. А поскоро изкупление, защото сме допуснали Битието ни да бъде опорочено и осакатено. Това е отплатата, която дължим за безумното и плашещо чудо на собственото ни съществуване. Това е начин да отдадем почит на Холокоста. Да отстраним частица от патологичните симптоми на историята. Това е поемане на отговорност като потенциални жители на Ада. А също и готовност да служим като пазители на Доброто.

Личната изгода означава да крием скелети в гардероба. Да крием под килима следите от чуждата кръв, която сме пролели. Това е бягство от отговорност. Нещо недостойно, повърхностно и погрешно. Погрешно е, защото, когато търсенето на изгода прерасне в модел на поведение, човекът се превръща в чудовище. Погрешно е, защото преследването на изгода означава да снемем проклятието от себе си и да го прехвърлим на някой друг или на бъдещото си "аз", при което и нашето бъдеще, и бъдещето въобще, ще стане по-лошо, а не по-добро. Да правиш това, което е изгодно, е несъвместимо с вярата, със смелостта и саможертвата. Както и с наблюдението, че действията и намеренията ни имат значение и че светът, такъв, какъвто е, има смисъл.

В живота е по-добре да имаме смисъл, отколкото да имаме това, което искаме, защото много често ние не знаем нито какво искаме, нито от какво имаме нужда. Смисълът е това, което ни спохожда по собствена воля. Ние можем да създадем подходящи условия за него и да го последваме, щом се прояви, но не можем да го създадем с усилие на волята. Смисълът е знак, че се намираме на правилното място в правилния момент и балансираме на границата между хаоса и реда, където всичко се подрежда по най-добрия начин.

Това, което е изгодно, работи само в този момент. То е внезапно, импулсивно и ограничено. Докато смисълът превръща обикновената изгода в симфония на Битието. Смисълът е това, което намира мощна изява не в думите, а в музикални произведения като "Ода на радостта" на Бетовен –

триумфална експлозия от прекрасни мотиви, които един след друг се оформят от нищото. Всеки инструмент свири своята партия в идеално съзвучие с хор от гласове, обхващайки цялото многообразие от човешки емоции, от отчаянието до радостната възбуда.

Смисълът е това, което се проявява, когато многобройните пластове на Битието – от микрокосмоса на атомите, през клетките и органите, индивида, обществото и природата, чак до необятния Космос – се настройват в безупречно функционираща хармония така, че действието на всяко от тези нива улеснява действието в цялото, при което минало, настояще и бъдеще незабавно биват изкупени и съгласувани. Смисълът е свежата розова пъпка, която красиво и тържествено се ражда от нищото и се разтваря за светлината на слънцето и на Бога. Смисълът е лотосът, устремен нагоре от тъмните дълбини на езерото към пречистващите води, който разцъфва на самата повърхност и чрез съвършенството си разкрива съвършенството на Златния Буда, така че Божествената воля да намери изява с всяка негова дума и жест.

Смисълът – това е, когато всичко съществуващо се съединява и се понася във възторжен танц с една-единствена цел: прослава на живота (и няма значение колко добър е станал изведнъж, той може да става все по-добър и по-добър, и още по-добър, и така до безкрай). Смисълът се проявява, когато танцът стане толкова екзалтиран, че всички ужаси на миналото, всички ужасни страдания, които произтичат от живота и които е преживяло човечеството, се превърнат в неизбежна, важна част от все по-успешния опит да изградим нещо трайно и добро.

Смисълът е съвършената хармония между хаоса на промяната и новите възможности, от една страна, и дисциплината на идеалния ред, от друга. А целта на тази хармония е от съществуващия хаос да създаде нов, посъвършен порядък, който може да породи още по-голяма и плодотворна хармония между хаос и ред. Смисълът е Пътят – пътят на изобилието, мястото, където живеете, когато се ръководите от Любовта и говорите Истината, и когато не правите компромис с всичко това заради нещата, които искате или може да поискате.

Преследвайте това, което е изпълнено със смисъл, а не това, което е изгодно.



ПРАВИЛО 8. КАЗВАЙТЕ ИСТИНАТА. ИЛИ ПОНЕ НЕ ЛЪЖЕТЕ

Истината е ничия земя

Обучението ми по клинична психология премина в университета "МакГил" в Монреал. Понякога с колегите ми от курса се срещахме в двора на болница "Дъглас", където беше и първият ни непосредствен досег с душевноболните. Болницата се помещава в много на брой сгради, разположени върху няколко декара земя. Голяма част от постройките са свързани с подземни проходи, за да предпазват служителите и пациентите от безкрайната монреалска зима. Преди време болницата приютяваше стотици стационарни пациенти за продължително лечение. Това беше преди появата на антипсихотичните препарати и преди широките обществени движения за деинституционализиране на болните в края на 60-те години, които доведоха до затваряне на стационарните приюти и в повечето случаи обрекоха "освободените" пациенти на много по-тежкия живот на улицата. В началото на 80-те години, когато посетих това място за пръв път, бяха изписани всички пациенти с изключение на най-сериозните случаи. Те бяха странни хора с тежки увреждания. Събираха се на групи при автоматите за напитки, пръснати из тунелите на болницата, и изглеждаха, сякаш са излезли от фотография на Даян Арбъс²²⁵ или от картина на Йеронимус Бош²²⁶.

Един ден с колегите ми стояхме строени в редица и очаквахме инструкции от сухия, строг германец, който ръководеше стажантската програма. Слаба и невротична жена, една от постоянните пациенти на болницата, се приближи до една от състудентките ми — затворено момиче с консервативни разбирания. Пациентката се обърна дружелюбно към нея и попита с детинска непринуденост:

– Защо стоите тук? Какво правите? Може ли да остана при вас?

Момичето ме погледна несигурно и попита:

 Какво да ѝ кажа? – Също като мен тя беше стъписана от странната молба на тази живееща в изолация болна жена.

Не искахме да кажем нещо, което би прозвучало като отхвърляне или укор.

 $^{^{225}}$ Даян Арбъс (1923 – 1971) – американска фотографка, която снима хората от периферията на обществото: проститутки, травестити, психичноболни, хора с увреждания и др. – E.np.

 $^{^{226}}$ Йеронимус Бош — брабантски художник от 15-16-ти век. Главна тема в неговите картини са греховете и моралното падение на хората, като използва образи на демони, полухора, полуживотни. — E.np.

Намирахме се на ничия земя, за която обществото не беше предвидило ръководни правила или насоки. Бяхме неопитни стажанти в една психиатрична болница, неподготвени да се сблъскат с една страдаща от шизофрения пациентка и с нейния наивен, дружелюбен въпрос, касаещ възможностите за социално приобщаване. Това не беше и естественото общуване между хора, които следят внимателно нишката на разговора. Какви бяха правилата в подобна ситуация, която напълно излизаше от границите на обичайното социално взаимодействие? С какви възможности разполагахме?

Ако не ме лъжеше светкавичната преценка, имаше само две възможности. Да измисля нещо, колкото да излезем от положение, или да отговоря честно. "В групата ни има място само за осем души" – това отговаряше на първото условие. Както и: "Тъкмо си тръгваме от болницата". Никой от тези отговори не би засегнал чувствата ѝ, не и на повърхността. Освен това разликата в социалния статус, която ни разделяше, щеше да остане незабелязана. И все пак тези отговори бяха далеч от истината. Така че се отказах от тях.

Вместо това обясних на пациентката възможно най-простичко и откровено, че сме студенти и се обучаваме един ден да станем психолози, и по тази причина тя не може да се присъедини към нас. Този отговор подчерта разликата в положението ни и направи пропастта помежду ни още по-голяма и по-видима. Несъмнено той беше по-жесток от всяка умело скроена невинна лъжа. Но още тогава подозирах, че една неистина, колкото и добронамерена да е тя, може да доведе до непредвидими последствия. За миг лицето на жената посърна. Изглеждаше наранена. Но после тя разбра и всичко беше наред. И така беше най-правилно.

Няколко години преди да се заема с клинична практика, имах някои доста странни преживявания. ²²⁷ Открих, че съм подвластен на особено силни импулси (на които не се поддадох нито веднъж), в резултат на което се убедих колко малко знам за това кой съм и на какво съм способен. Затова започнах да обръщам още по-голямо внимание на нещата, които правя и които казвам. Последвалият опит беше меко казано объркващ. Сякаш се разделих на две самоличности: едната говореше, а другата, по-безпристрастната, наблюдаваше и преценяваше. И скоро осъзнах, че почти всичко, което изричам, не отговаря на истината. Разбира се, имах причини за това: исках да печеля споровете, да се издигна, да впечатля хората. И обикновено получавах това, което искам. Използвах езика, за да изкривя и изопача света по такъв начин, че да получа каквото смятах, че ми е нужно. Но това ме правеше измамник. Осъзнавайки този факт, започнах да се уча да

²²⁷ Този период е описан подробно в уводната част на: Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: the architecture of belief.* New York: Routledge.

говоря само такива неща, срещу които вътрешният ми глас не възразява. Започнах да се уча да казвам истината. Или поне да не лъжа. Не след дълго установих, че това умение е изключително полезно, когато не си сигурен какво трябва да сториш. Какви варианти имаш, когато не знаеш как да постъпиш ли? Просто кажи истината. Както направих аз онзи ден в болница "Дъглас".

След време имах клиент, който беше параноичен и опасен. Работата с хора, страдащи от параноя, е предизвикателство. Те вярват, че са станали мишена на тайнствени, конспиративни сили, които действат подмолно и злонамерено. Параноичните хора се отличават с извънредна бдителност и концентрираност. Те подхождат към невербалните сигнали с такова внимание, каквото е нетипично за обичайното човешко общуване. И въпреки че тълкуват погрешно тези сигнали (точно това е параноята), те проявяват почти свръхестествена способност в долавянето на скрити мотиви, противоречиви твърдения и лъжи. Ако искате такъв човек да се разкрие пред вас, трябва да слушате много внимателно и да казвате истината.

Точно това направих с този клиент. Слушах внимателно и разговарях честно. Понякога той описваше чудовищните си фантазии, в които за отмъщение одираше хората като животни. В това време аз наблюдавах реакциите си. Докато той говореше, следях внимателно какви мисли и образи изникват в театъра на въображението ми и споделях с него каква реакция е предизвикал. Не се опитвах да контролирам или насочвам неговите мисли и действия (нито пък своите). Единствената ми цел беше да му покажа възможно най-ясно, че има поне един човек, върху когото постъпките му оказват пряко въздействие – и това бях аз. Вниманието ми и откровените ми отговори не означаваха, че ги приемам невъзмутимо и още по-малко, че ги одобрявам. Казвах му, когато ме плашеше (а това се случваше често), не криех, че и мислите, и поведението му са дълбоко погрешни и че по този начин не го очаква нищо добро.

Въпреки това той продължаваше да говори. Доверяваше ми се, защото слушах и отговарях честно, макар че изобщо не го насърчавах. Да, той наистина ми се доверяваше въпреки, или по-скоро, благодарение на моите възражения. Той беше параноик, а не глупак. Разбираше, че поведението му е социално неприемливо. Разбираше, че всеки нормален човек ще бъде ужасен от безумните му фантазии. Тъй като самият аз реагирах по този начин, той ми се доверяваше. А без това доверие би било невъзможно да го разбера.

Повечето му неприятности бяха свързани с бюрокрацията. Например той се отбиваше в някоя банка за нещо съвсем обикновено – да открие сметка, да плати задължение или да поправи някаква грешка – и от време на време се сблъскваше с онзи тип неуслужливи хора, на които всеки от нас е попадал.

Въпросният служител отказваше да приеме документите му или изискваше ненужна или трудна за получаване информация. Предполагам, бюрократичните спънки са нещо неизбежно понякога, но на моменти ситуацията се усложнява излишно от дребнави злоупотреби с бюрократичната власт. Клиентът ми беше много чувствителен на тази тема. Той беше болезнено честолюбив. Държеше много повече на честта си, отколкото на своята сигурност, свобода и принадлежност. По тази логика (все пак параноичните хора са извънредно логични) той никога не би позволил на когото и да е да го унижава, обижда или подценява. Такова нещо той не можеше да преглътне. Заради своето сурово и негъвкаво отношение клиентът ми вече се беше сдобил с няколко ограничителни заповеди. Проблемът е, че ограничителните заповеди са ефикасни само при онзи тип хора, които и бездруго не се нуждаят от тях.

"Ще се превърна в най-страшния ти кошмар" – беше обичайната му закана в такива ситуации. Неведнъж съм се изкушавал да кажа подобно нещо, когато самият аз съм срещал ненужни бюрократични спънки. Но в такива случаи най-доброто решение е просто да махнеш с ръка. Заплахата на клиента ми не беше само на думи и понякога той действително се превръщаше в нечий кошмар. Той е лошият от "Няма място за старите кучета"²²⁸. Той е човекът, когото срещаш на най-неподходящото място в найнеподходящия момент. Ако го засегнеш, дори без да искаш, той ще те издебне, ще ти припомни какво си направил и ще те изплаши до смърт. Той е от хората, които не прощават лъжата. Но аз бях честен с него и това охлаждаше гнева му.

Моят хазяин

Приблизително по това време имах един хазяин, който преди години е бил тартор на някаква рокерска банда. С жена ми Тами живеехме в съседния на неговия апартамент в малката жилищна сграда, собственост на родителите му. Приятелката му имаше белези от наранявания, които сама си беше причинила — нещо характерно за случаите на гранично разстройство на личността. Тя се самоуби, докато все още живеехме там.

Денис, огромен и силен френски канадец с прошарена брада, беше талантлив самоук електротехник. Освен това имаше известен художнически талант и припечелваше допълнително от ламинираните рекламни пана с неоново осветление, които правеше. След като го пуснаха от затвора, се стараеше да остане трезвен. При все това почти всеки месец изчезваше

 $^{^{228}}$ Американски филм от жанра модерен уестърн по сценарий и режисура на братята Коен. – E.np.

някъде и се отдаваше на няколкодневен запой. Той беше от онази порода мъже, способни да погълнат впечатляващо количество алкохол. В рамките на един-два дни Денис можеше да изпие между петдесет и шейсет бутилки бира и в същото време да остане на крака. Може да звучи невероятно, но е самата истина. По онова време правех проучвания върху наследствения алкохолизъм и участниците съобщаваха, че бащите им изпивали над един литър водка на ден. Тези патриарси купували по една бутилка всеки следобед, от понеделник до петък, и две в събота, за да не останат на сухо в неделя, когато магазините за алкохол са затворени.

Денис имаше малко кученце. Понякога по време на алкохолните му маратони, обикновено към четири часа сутринта, с Тами ги чувахме как долу на двора двамата с кучето вият срещу луната. В тези периоди се случваше Денис да пропие целите си спестявания, до последния цент. Тогава се появяваше у нас. Посред нощ започваше да се хлопа на вратата, а там стоеше Денис. Олюляваше се застрашително, но успяваше да се задържи прав и колкото и да е чудно, беше в съзнание.

Той стоеше на прага и винаги държеше нещо: тостер, микровълнова фурна или рекламно пано. Искаше да ми продаде каквото беше донесъл, за да може да продължи да пие. С престорено великодушие купих от него няколко подобни вещи. Накрая обаче Тами ме убеди, че трябва да спра. Тази история я изнервяше. Да не говорим, че така изобщо не помагах на Денис, когото тя харесваше. Но колкото и разумно и належащо да беше настояването ѝ, то ме поставяше в неудобно положение.

Какво да кажеш на един склонен към насилие бивш главатар на рокерска банда, който е в състояние на тежка алкохолна интоксикация и в два часа сутринта се опитва да ти продаде микровълновата си фурна? Този въпрос е по-сложен дори от въпросите на пациентката от психиатричната болница и на параноичния "кожодер". Но отговорът е същият: истината. И бог да ти е на помощ, ако не знаеш каква е тази истина.

Скоро след разговора с Тами Денис отново се появи на вратата. Той присви очи и ме погледна директно и скептично — с онзи вещаещ неприятности поглед, характерен за прекалилия с алкохола здравеняк. Този поглед казваше: "Докажи, че си невинен!". Олюлявайки се едва забележимо, Денис попита (учтиво) дали не бих желал да купя тостера му. След като се отърсих от примитивния стремеж към доминантност и от усещането за морално превъзходство, отвърнах внимателно, но твърдо, че не желая да купя тостера му. Не играех игрички. В онзи момент не бях образованият млад мъж, който говори безупречен английски, жъне успехи и се изкачва по социалната стълбица. Нито пък той беше осъжданият бивш член на рокерска банда от Квебек с опасно високо съдържание на алкохол в кръвта. Бяхме просто двама мъже, изпълнени с доброто намерение да си помогнем в общото ни желание да

постъпим правилно. Напомних му, че ми е казвал, че иска да спре алкохола. Обясних му, че ако сега му дам пари, ще му направя лоша услуга. И че Тами, която той уважава, се притеснява, когато се появява толкова късно, толкова пиян и се опитва да ми продава разни неща.

Той впи в мен сериозен поглед и в продължение на петнайсет секунди не каза нищо. В подобна ситуация това е цяла вечност. Давах си сметка, че наблюдава изражението ми и следи за най-малкия признак на сарказъм, лъжа, презрение или самодоволство. Но аз бях честен с него. Бях обмислил всичко, което му казах. Подбирах внимателно всяка своя дума, сякаш прекосявах опасно блато и напредвах предпазливо по твърдата, скрита под водата пътека. Денис се обърна и си тръгна. Оказа се, че помни разговора ни въпреки състоянието си на тежка интоксикация, и не се опита да ми продаде нищо повече. А отношенията ни, които бяха доста добри предвид културната пропаст, която ни разделяще, станаха още по-здрави.

Да избереш лесния път или да кажеш истината – това не са просто два различни избора. Това са две различни житейски пътеки. Два съвършено различни начина на живот.

Манипулиране на света

Понякога ние използваме думите, за да манипулираме света и да получаваме каквото искаме. Това значи "да бъдем политични". Но всъщност е чисто хитруване. То е специалитет на безскрупулните маркетолози, търговци, рекламни агенти, майстори на прелъстяването, вманиачени утописти и психопати. Това са езиковите средства, с които си служим, за да влияем на хората и да ги манипулираме. Манипулирането е това, което правят студентите, за да се харесат на преподавателя, вместо да изложат идеите, в които вярват. И това, което прави всеки от нас, когато иска нещо и изневерява на себе си, като угодничи и ласкае. Това е използване на машинации, демагогия и пропаганда.

Да живееш по този начин, означава да се ръководиш от някакво изкривено желание, да говориш и постъпваш по начин, който е най-вероятно (и найлогично) да те доведе до желаната цел. Този вид цели обикновено включват: "да наложа идеологическите си убеждения", "да докажа, че съм (бях) прав", "да демонстрирам компетентност", "да се издигна в йерархията", "да избягам от отговорност" (или аналогичното "да си припиша чужди заслуги"), "да получа повишение", "да спечеля лъвския пай от вниманието", "да се погрижа всички да ме харесват", "да извлека полза, влизайки в образа на мъченик", "да оправдая цинизма си", "да оправдая антисоциалните си възгледи", "да не бъда въвлечен в непосредствен конфликт", "да подхранвам наивните си представи", "да превърна в капитал собствената си уязвимост", "винаги да

изглеждам като светец" или (най-страшната от всички изкривени цели) ,,винаги да хвърлям вината върху нежеланото си дете". Тези неща са пример за това, което сънародникът на Зигмунд Фройд, по-малко известният австрийски психолог Алфред Адлер, нарича ,,житейски лъжи"²²⁹.

Когато един човек се ръководи от някаква житейска лъжа, той се опитва да манипулира реалността чрез възприятия, мисли и действия, така че да е възможен само един строго определен и желан резултат. Такъв живот, съзнателно или не, се опира на две предположения. Първото е, че познанието, с което разполагате в момента, е достатъчно, за да определите извън всякакво съмнение кое е добро от гледна точка на далечното бъдеще. А второто – че реалността би била непоносима, ако се оставите на естествения ход на събитията. Първото предположение е необосновано от философска гледна точка, защото целта, към която се стремите в момента, може да се окаже лишена от стойност, точно както е възможно това, което правите, да се окаже грешка. Второто предположение е още по-лошо. То е вярно само при условие, че реалността е непоносима по своята същност и едновременно с това подлежи на успешно манипулиране и изкривяване. За да мислиш и говориш по този начин, трябва да притежаваш високомерието и крайната самоувереност, които гениалният английски поет Джон Милтън открива в образа на Сатаната, най-извисения от Божиите ангели и най-тежко съгрешилия. Логичният разсъдък е склонен към възгордяване: това, което знам, е всичко, което трябва да се знае. Гордостта се влюбва в собственото си творение и се опитва да го превърне в абсолютна истина.

Виждал съм как хората си измислят някаква утопия и жестоко объркват живота си, опитвайки се да превърнат тази утопия в действителност. Пример за това е студентът, симпатизиращ на лявата идея, който възприема модерната позиция да бъдеш срещу властта и прекарва в омраза следващите двайсет години от живота си, като се бори с вятърните мелници на собственото си въображение. Или момичето, което, едва навършило осемнайсет, решава, че иска да се пенсионира на петдесет и две. Тя посвещава на тази цел следващите три десетилетия от живота си, без да си дава сметка, че е взела това решение, когато е била почти дете. Какво може да знае това почти дете за желанията на своята петдесет и две годишна същност? Дори сега, след толкова години, тя има само бегла, смътна представа за Рая на пенсионната възраст. Тя просто отказва да погледне истината в очите. Какъв смисъл ще има животът ѝ, ако се окаже, че основната му цел е погрешна? Тя се страхува да отвори кутията на Пандора, където се крият най-страшните беди на този свят. Но вътре се крие и надеждата.

 $^{^{229}}$ Адлер, А. Житейска лъжа и отговорността при неврозата и психозата — B: Индивидуална психология: практика и теория; прев. Емил Друмев, изд. "Здраве и щастие", София, 1995 г.

Вместо да приеме истината, тя се опитва да напъха реалния живот в наивната фантазия на едно дете.

Всяка наивно формулирана цел с времето постепенно се трансформира в зловеща житейска лъжа. Ето как един клиент на четиресет и нещо описа представата си за бъдещето, формулирана на младини: ,,Представям си как, когато се пенсионирам, седя на някой слънчев тропически плаж и пия коктейли". Но това не е план. А рекламен плакат на туристическа агенция. След осем коктейла махмурлукът е само въпрос на време. А след три седмици, прекарани по този начин, ако имате поне малко разум, ще бъдете отегчени до смърт и отвратени от себе си. След година, или даже по-малко, ще бъдете достойни за съжаление. Това е просто една абсурдна представа за живота на преклонната възраст. Тази склонност към крайно опростяване и изопачаване е особено характерна за идеолозите. За тях съществува еднаединствена аксиома: правителството е зло, имиграцията е зло, капитализмът е зло, патриархалното общество е зло. Те пресяват и прецеждат опита си през призмата на тази аксиома и настояват още по-тесногръдо, че всичко може бъде обяснено чрез нея. Зад тази слаба теория стои самодоволното убеждение, че светът може да бъде поправен, ако те контролират нещата.

Съществува още един фундаментален проблем, свързан с житейската лъжа, особено ако тя се основава на избягването. Когато постъпвате неправилно и го знаете, това е грях чрез действие. А когато позволявате да се случи нещо лошо, при положение че е имало начин да го предотвратите, това е грях чрез бездействие. Традиционно първият вид се смята за много потежък от втория – избягването. Но аз не съм убеден в това.

Представете си една жена, която твърди, че всичко в живота ѝ е наред. Каквото и да става, тя избягва конфликтите, усмихва се и винаги откликва, когато някой я помоли за нещо. Това е нейната зона на комфорт – убежището, където се крие. Тя не протестира срещу статуквото, не изразява мнение и не се оплаква, когато среща несправедливо отношение. Опитва се да остане невидима, като риба в центъра на рибен пасаж. Но едно скрито безпокойство гложди сърцето ѝ. Тя страда, защото животът е страдание. Чувства се самотна, изоставена, нереализирана. Но именно покорството и самоунищожение склонността ѝ КЪМ лишават живота ѝ Превърнала се е в най-обикновен роб – в инструмент, който другите могат да използват. Тя не получава нещата, които иска и от които се нуждае, защото за тази цел ще трябва да изрази мнение. Ето защо в живота ѝ няма нищо ценно, което да компенсира житейските ѝ неволи и да ги направи попоносими. И това я изпълва с разочарование.

Когато компанията, за която работите, е в криза и започнат съкращения, първи ще си тръгнат хората, които създават неприятности. Но веднага след тях ще бъдат пожертвани "невидимите". Този, който се крие, е безжизнен.

Жизнеността означава да допринасяш по един уникален за теб начин. Никой не е успял да се скрие от болестите, безумието, смъртта и данъците – дори най-консервативните, дори конформистите, които наистина умеят да се крият. А да се криеш от другите, означава да потискаш и да криеш възможностите на неосъществения Аз. Това е истинският проблем.

Ако не се разкриете пред другите, не бихте могли да се разкриете и пред себе си. По този начин вие не просто потискате същността си, но и се лишавате от стимула, който ще ви накара да проявите и развиете скрития си потенциал. Това е и биологичен, и концептуален факт. Когато не се страхувате да се сблъскате с непознатото и да го изследвате, вие трупате познание, и от това познание изграждате своя нов Аз. Това е концептуалният факт. А сега за биологичния. Наскоро учените откриха в централната нервна система гени, които се активират, щом организмът бъде поставен (или се постави сам) в нова ситуация. Тези гени съдържат инструкции за производството на протеини. А протеините са строителните елементи за създаване на нови връзки в мозъка. Това значи, че част от вас непрекъснато се обновява, във физическия смисъл на думата, и не е в състояние на застой. По същия начин, за да се развивате, вие трябва да направите нещо, да изразите мнение, да се движите. Ако ли не... оставате с неосъществени възможности. Но в такъв случай животът е прекалено труден.

Когато се налага да кажете "не" на шефа, на партньора или на майка си и действително го направите, вие се превръщате в човек, който умее да казва "не", когато това е необходимо. Но ако изричате "да", когато е наложително да кажете "не", тогава се превръщате в човек, който казва "да" дори да е ясно, че трябва да каже "не". Ако сте се питали как е възможно един найобикновен почтен човек да се превърне в жесток надзирател от съветския ГУЛАГ, вече знаете отговора. В критичния момент не се е намерил никой, който да каже "не".

Когато предавате себе си, когато говорите неистини и с действията си вдъхвате живот на една лъжа, характерът ви отслабва. Ако имате слаб характер, нещастието (а то неизбежно се появява в живота) ще ви сломи. Ще търсите място, където да се скриете, но такова място не съществува. И един ден ще осъзнаете, че вършите ужасни неща.

Само най-циничната и безнадеждна философия е способна да твърди, че реалността може да бъде подобрена чрез нейното изопачаване. Тази философия критикува както това "да бъдеш", така и това "да станеш", определяйки и двете състояния като несъвършени. Според нея истината е недостатъчна, а честният човек е жертва на илюзии. Тази философия първо създава изопачената представа за света, а после се заема да я доказва.

В този случай проблемът не е в самата визия или в намерението за оформяне на такава. Визията за бъдещето, за желаното бъдеще, е

необходимост. Тази визия свързва действията, които предприемате сега, с вашите най-дълбоки и трайни базови ценности. Тя придава значение и важност на действията в настоящето и създава стабилна рамка, ограничаваща несигурността и безпокойството.

Проблемът не е във визията, а в умишлената слепота. Това е най-опасната от всички лъжи. Тя е незабележима и си служи с удобни извинения. Умишлената слепота е отказът да опознаеш нещо, което може да бъде опознато. Това е отказът да приемеш, че щом се чука на вратата, значи там има някой. Отказът да признаеш боклука, заметен под килима, и скелетите в гардероба. С други думи, това е отказът да приемеш, че преследваш грешната цел. Във всяка игра има определени правила. Най-значимите от тях са негласни. Приемаш ги, като се включваш в играта. Първото от тези правила е, че играта е важна. Ако не беше така, нямаше да участваш в нея. Самият факт, че участваш в играта, я прави важна. Второто е, че правилни са само онези ходове, които ти помагат да спечелиш. Ако предприемеш ход, който не спомага за победата, по дефиниция той е грешен. Тогава трябва да опиташ нещо различно. Нали знаете онази шега: лудостта е да правиш едно и също и да очакваш различен резултат.

Ако извадиш късмета да се провалиш и да опиташ нещо ново, тогава се придвижваш напред. Ако не се получи, просто опитваш с друго. В найблагоприятния случай ще е достатъчно да направиш само една малка промяна. Следователно най-разумният подход е да започнеш с малки промени и да видиш какъв ще е резултатът. Понякога обаче цялата система от ценности е грешна и тогава корабът трябва да се напусне. Играта трябва да се промени. Това е революция – с целия хаос и ужас, който съпътства всяка революция. Със сигурност няма да е лесно, но е необходимо. За да бъде поправена, грешката изисква саможертва, а сериозната грешка изисква сериозна саможертва. Да приемеш истината, значи да направиш жертва. Но ако дълго време си отхвърлял истината, тогава си натрупал опасно голям дълг от жертви, които трябва да бъдат направени. Горските пожари изпепеляват сухите клони и връщат пепелта в почвата. Понякога пожарът бива изкуствено потушен. Въпреки това продължават да се натрупват сухи, мъртви клони. Рано или късно, пожарът отново ще избухне. Когато това се случи, той ще се разгори с такава сила, че ще унищожи всичко - дори пръстта, в която са израснали дърветата.

Високомерният рационален ум, който се чувства комфортно в своята увереност и е пленен от собственото си величие, лесно се поддава на изкушението да пренебрегне факта, че нещо не е наред, замитайки боклука под килима. Философите екзистенциалисти, начело със Сьорен Киркегор, определят този начин на съществуване като "неавтентичен". Неавтентичният индивид продължава да възприема света и да действа по начин, който

личният му опит доказва, че е грешен. Той не говори със собствения си глас. Ето как звучи автентичният глас: "Не се случи това, което исках. Следователно целта или методите ми са грешни. Все още имам уроци за учене".

Неавтентичният казва: "Не се случи това, което исках. Следователно светът е несправедлив. Хората са завистливи и прекалено глупави. Те нищо не разбират. Аз нямам никаква вина за несполуките си. Виновни са другите или обстоятелствата". Този начин на мислене е само на една крачка от идеята: "някой трябва да ги спре", "те трябва да си платят", "трябва да бъдат унищожени". Такива идеи стоят зад всяка проява на необяснима жестокост. И това никога не се дължи на несъзнаване или потискане. Когато лъже, индивидът е наясно с това. Той може да си затваря очите за последиците от своите действия; може да не разбира какво е сторил, защото не е направил равносметка на миналото си; може дори да не осъзнава, че е излъгал, просто защото е забравил. Но в момента, в който е извършил грях или с бездействието си е отказал да поеме отговорност, той е действал съзнателно. В онзи момент той е разбирал какво прави. Греховете на неавтентичния индивид разклащат и разрушават дори държавата.

Представете си, че началникът ви, който е жаден за власт, въвежда ново правило. Но то е ненужно. То е контрапродуктивно, дори вредно. То е дразнещо, защото отнема от удоволствието и смисъла на работата. Но вие си казвате, че всичко е наред. Безсмислено е да се оплаквате. А после всичко се повтаря отново. Тъй като не сте реагирали първия път, вече по навик позволявате тези неща да се случват. В резултат на това вие ставате по-плахи, опонентът ви, на когото не сте се противопоставили, става по-силен, а институцията – по-опорочена. Това води до бюрократично равнодушие и потискане, за което сте допринесли, преструвайки се, че всичко е наред. Какво пречи да се оплачете? Защо да не заемете позиция? Ако се осмелите да го направите, другите, които също се боят да изразят мнение, може да ви подкрепят. А ако това не се случи, може би е време за революция. Вероятно трябва да си потърсите работа на друго място, където ще има по-малка опасност душата ви да бъде опорочена.

"И каква полза за човека, ако спечели целия свят, а изгуби душата си?" (Марк 8:36)

Една от главните заслуги на шедьовъра на Александър Солженицин "Архипелаг ГУЛАГ" е това, че разглежда прякото ежедневно взаимодействие между патологията на съветските трудови лагери (където милиони страдат и умират) и почти универсалната склонност на съветския гражданин да изопачава истината за своите лични ежедневни преживявания, да отрича страданието, чийто източник е държавата, като по този начин подкрепя диктатурата на рационалния, подчинен на идеологията комунистически

режим. Солженицин смята, че именно тази изкривена преданост и това отричане допринасят и насърчават още повече престъпленията на параноичния масов убиец Йосиф Сталин. Руският писател разкрива истината, своята истина, научена от ужасните му преживявания в трудовите лагери, и изобличава лъжите на съветския държавен апарат. След издаването на "Архипелаг ГУЛАГ" никой образован човек вече не се осмелява да изрази гласно подкрепата си за комунистическата идеология. Вече никой не дръзва да заяви: "Това, което е вършил Сталин, не е истинският комунизъм".

Виктор Франкъл, психиатър, оцелял от нацистките концлагери, и автор на книгата "Човекът в търсене на смисъл", формулира сходно социално-психологическо твърдение: фалишвото, неавтентично съществуване на отделния индивид е предпоставка за социален тоталитаризъм. Зигмунд Фройд защитава аналогичното схващане, че "репресията", или потискането, в немалка степен допринася за развитието на душевните заболявания (като разликата между това да "потискаш" истината и да лъжеш е незначителна). Алфред Адлер е наясно, че лъжите разболяват. К.Г. Юнг знае, че пациентите му са измъчвани от морални проблеми и че неистината поражда тези проблеми. Всички тези мислители, които се интересуват както от индивидуалната, така и от обществената патология, достигат до едно и също заключение: лъжите деформират структурата на Битието. Неистината опорочава еднакво и душата, и държавата. И всяка от тези форми на опорочаване подхранва другата.

Виждал съм неведнъж как предателството и лъжата превръщат нормалното житейско нещастие в истински ад. Например непоносимата трагедия, когато родителят умира в последен стадий на болестта, може да ескалира в нещо ужасно заради недостойните, дребнави разправии между неговите пораснали деца. Заслепени от стари нерешени конфликти, те се събират като зли духове около смъртното легло на болния и превръщат трагедията в дяволски фарс на малодушието и гнева.

Понякога неспособността на сина да се справя сам се използва от майката, която е склонна да предпазва детето си от разочарованието и болката. Той никога няма да си тръгне от нея и тя никога няма да е сама. Това е един зловещ заговор, който двамата изплитат постепенно, докато патологията се развива неусетно с всяко многозначително намигване, жест или действие. Тя играе ролята на мъченица, обречена цял живот да бъде опора за сина си, и като вампир черпи съчувствие от съжаляващите я приятели. Той си въобразява, че другите го потискат, и се отдава на мрачни мисли. С извратена наслада си представя как ще си отмъсти на света, който го отхвърля заради неговото малодушие, неприспособимост и слабост. И един ден той наистина си отмъщава. Тогава всички се питат: "Защо?". Може би знаят отговора, но отказват да го приемат.

Дори да живеем по най-добрия начин, внезапно може да се случи нещо — неочаквана болест, срив или неизбежна трагедия, — което ще деформира, изкриви и разбие живота ни. Депресията, биполярното разстройство и шизофренията, подобно на рака, се влияят от биологични фактори, които индивидът не може да контролира. Понякога дори обичайните житейски трудности могат да ни обезверят и изтощят, да ни доведат до предела на нашите възможности и да ни пречупят. Дори да живеем по най-добрия начин, ние продължаваме да бъдем уязвими. Но семейството, което воюва в руините на разбития си живот, има много по-малки шансове да оцелее от семейството, което е укрепвало с взаимно доверие и преданост. Под въздействие на лъжата -- индивидуална, семейна или културна — дори найобикновената естествена слабост или житейска трудност може да прерасне в ужасяваща катастрофа.

Трудно е да се каже дали благородният човешки дух ще съумее да изгради Рая тук на земята. Но дори да се провали в това, той може да направи малко по-поносимо страданието, което е неизменна част от живота. Трагедията на Битието е естествено последствие от ограничените възможности и уязвимостта, характеризиращи човешкия опит. Може би трагедията е цената, която плащаме за самия живот — защото, за да може да съществува, Битието трябва да е ограничено.

Познавам един мъж, който честно и смело се опитваше да се приспособи, докато неизлечимата деменция влошаваше все повече състоянието на жена му. Стъпка по стъпка той предприе каквото беше необходимо. Прие помощ, когато се нуждаеше от нея. Не отричаше факта, че жена му непрекъснато се влошава, и това му помогна да се приспособи по-безболезнено. Докато жената умираше, близките ѝ станаха още по-сплотени, като взаимно си даваха опора и подкрепа. Цялото семейство – бащата, братята и сестрите, внуците – изградиха необикновена близост помежду си като частична, но истинска компенсация за своята загуба.

Като тийнейджърка дъщеря ми преживя сериозно заболяване, което разрушаваше бедрото и глезена ѝ. Две години тя живя в непрекъсната мъчителна болка, но преодоля това изпитание с несломен дух. В този тежък за нас период брат ѝ остана до нея и до семейството ни, като пожертва много възможности за приятелства и социални контакти. Няма да повярвате каква устойчивост е способен да развие един човек, ако разполага с достатъчно любов, подкрепа и сила на характера. Но още по-невъобразима е абсолютната разруха, която трагедията и лъжата могат да причинят.

Възможностите на рационалния ум да лъже, манипулира, интригантства, мами, изопачава, омаловажава, подвежда, предава, увърта, отрича, пропуска, оправдава, убеждава, преувеличава и прикрива са толкова забележителни и неограничени, че векове наред донаучната мисъл, опитваща се да обясни

природата на моралния стремеж, е възприемала тези възможности като демонични. Проблемът не е в самата рационалност. Като процес тя създава яснота и развитие. Проблемът е, че рационалността се поддава на едно изключително опасно изкушение – да издига това, което знае сега, до нивото на абсолютната истина.

За да си обясним какво означава това, отново ще се обърнем към големия поет Джон Милтън. В хилядолетната си история западният свят обгръща сърцевината на религиозните си вярвания с една приказна фантазия за природата на злото. Главният герой в тази фантазия е коварна личност, чиято единствена цел е да разруши Битието. Милтън се заема със задачата да систематизира, обобщи и изрази същността на тази колективна фантазия, като я въплъщава в образа на Сатаната – Луцифер, "носителя на светлината"²³⁰. Той описва главното изкушение на Луцифер и непосредствените последици от него:

...повярвал беше, че пред най-високия дори не би отстъпил и заради алчната си цел срещу престола и срещу господството на Бога повдигна на небето светотатствена война с безплоден устрем. Силите на царя всемогъщ запратиха го презглава от светлия ефир в разруха грозна, в плам и дим към гибелта бездънна – в окови адамантени да се пече навеки...²³¹

През погледа на Милтън, Луцифер – духът на разума – е най-чудният ангел, който Бог създава от нищото. Това може да се тълкува и от психологическа гледна точка. Разумът е нещо живо. Той живее във всеки от нас и е по-древен от човека. По-правилно е да се възприема не като способност, а като идентичност. Той има свои цели, изкушения и слабости. Може да лети по-високо и вижда по-далече от всички останали духове. Само че разумът е влюбен в самия себе си и, нещо още по-лошо, той е влюбен в собствените си творения. Величае ги и ги боготвори като абсолют. Следователно Луцифер е духът на тоталитаризма. От Рая той е прогонен в Ада, защото това величаене, това опълчване срещу Най-висшето и Найнеобяснимото, създава именно Ад.

Нека да повторим: най-голямото изкушение за рационалната способност е да величае собствените си сили и творения и да настоява, че е немислимо да съществува нещо по-съвършено от нейните теории или извън нейните

231 Милтън, Дж. Изгубеният рай, Книга 1; прев. Александър Шурбанов, 1981 г.

 $^{^{230}}$ Луцифер – Lucifer (лат.) – "носител на светлина". – E.np

предели. Това означава, че всички значими факти вече са открити, че найважните истини са известни. Но преди всичко това представлява отричане на необходимостта индивидът да се противопоставя на Битието. Тогава какво ще ни спаси? Тоталитарното схващане съветва: "Уповавай се на вярата в това, което вече знаеш". Но е точно обратното: може да ни спаси единствено желанието да се учим от нещата, които не знаем. Това е вярата, че човекът може да се променя. Вярата, че има смисъл да пожертваме сегашния си Аз за един различен и по-добър Аз, който може да се прояви. Тоталитарната идея не смята, че индивидът трябва да поеме върховната отговорност за Битието.

Това отричане изразява бунта срещу "най-високия". Ето какво означава *тоталитарен:* всичко, което е трябвало да се открие, вече е открито. Всичко ще се развие точно както е планирано. Всички проблеми ще изчезнат завинаги, щом приемем съвършената система. Великата поема на Милтън съдържа пророчество. От пепелта на християнството се роди не само рационалността, но и страшната угроза на тоталитарните системи. Комунизмът например беше привлекателен не толкова за угнетените работници, които хипотетично би трябвало да облагодетелства, колкото за интелектуалците, които, издигнали интелекта в най-висша ценност, високомерно смятат, че са винаги прави. Но обещаната утопия така и не настъпи. Вместо това светът стана свидетел на жестоките безчинства в Русия на Сталин, в Китай на Мао и в Камбоджа на Пол Пот. А гражданите на тези държави бяха принудени да се отричат от убежденията си, да се обръщат едни срещу други и да умират, да умират с десетки милиони.

Има един стар съветски виц. Американецът умира и отива в ада. Дяволът лично го развежда наоколо. Двамата минават покрай голям казан и американецът надниква вътре. Казанът е пълен със страдащи души, които се пържат в горещ катран. По ръба му седят няколко по-низши дяволи с тризъбци, които връщат душите обратно, ако се опитат да излязат. Както може да се очаква, американецът е ужасен. "Тук пускаме съгрешилите англичани" - обяснява дяволът. Обиколката продължава. След малко приближават втори казан. Той е по-голям и по-горещ. Американецът надниква вътре. Там също е пълно със страдащи души, които обаче носят барети. Група дяволи охранява с тризъбците си потенциалните бегълци. "Тук пускаме съгрешилите французи" – пояснява дяволът. По-нататък се вижда трети казан. Той е доста по-голям и повърхността му свети, нажежена до бяло. Горещината кара американеца да спре, но по настояване на дявола той се приближава и надниква вътре. Казанът е претъпкан с души, които едва се различават във врящия катран. От време на време някоя от тях успява да изплува и отчаяно посяга към ръба на казана. Странно, но отгоре не седи нито един дявол и въпреки това беглецът отново изчезва под повърхността. Учуден, американецът пита: "Тук защо няма дяволи, които да връщат обратно бегълците?". "В този казан пускаме съгрешилите руснаци – отговаря дяволът. – Ако някой от тях се опита да избяга, другите го дърпат обратно."

Милтън смята, че твърдоглавият отказ да се промениш, когато си сгрешил, означава не просто отдалечаване от рая и загъване в един все по-дълбок ад, но и отхвърляне на възможността за спасение. Сатаната разбира прекрасно, че дори да пожелае да се помири с Бог и дори Бог да приеме желанието му, той ще се разбунтува отново, защото няма да се промени. Може би тъкмо това горделиво твърдоглавие лежи в основата на тайнствения непростим грях срещу Светия дух:

...Прощавай, шир честита на радост вечна! Вам привет, о ужаси! Привет, о пъклен свят! И ти, бездънен и безкраен ад, посрещай своя нов стопанин, който ти донася ум доблестен, непроменен от място или време!²³²

Това не е просто някаква фантазия за задгробния живот. Нито извратената представа за отвъдните мъки, които очакват политическите ни врагове. Това е една абстрактна идея, а абстракциите много често са по-реални от онова, което описват. Идеята, че адът съществува в една или друга метафизична форма, е не само древна и широко разпространена — тя е истина. Адът е вечен. Той винаги е съществувал. Съществува и сега. Това е най-пустата, безнадеждна и ужасяваща част от подземния свят на хаоса, където открай време живеят обезверените и негодуващите.

Умът е място в себе си и в себе ситой може от рая да направи ад или от ада — рай. 233

. . .

Тук можем да царуваме спокойни, а за мен да бъдеш цар, е цел достойна, пък дори и в ада. О, по-добре е в ада цар наместо в рая раб!²³⁴

На това място живеят онези, които не спират да лъжат – и с думи, и с действия. Те живеят в ада тук и сега. Разходете се по някоя оживена улица в големия град и наблюдавайте внимателно. Ще видите хора, които в този момент се намират в ада. Това са хората, от които инстинктивно се отдръпвате и които се ядосват, ако ги гледате директно, макар че срамът понякога ги кара да извръщат очи. По този начин реагира един ужасно

 $^{^{232}}$ Пак там.

 $^{^{233}}$ Пак там.

²³⁴ Пак там.

съсипан алкохолик в присъствието на дъщеря ми. Той не искаше да вижда падението си, отразено в очите ѝ.

Лъжата е причината за най-страшните нещастия на този свят. Тя изпълва душата с негодувание и жажда за мъст. Тя е това, което причинява най-големите страдания на човечеството: нацистките лагери на смъртта; залите за мъчения и екзекуции на Сталин и на още по-чудовищния Мао. През двайсети век лъжата убива стотици милиони души. Лъжата е това, което за малко щеше да стане причина за гибелта на човешката цивилизация. Това, което и днес е най-голямата заплаха за света.

Истината вместо лъжата

Какво би станало, ако престанем да лъжем? Какво би означавало това? Ние сме ограничени в нашите познания. Принудени сме да вземаме решения тук и сега, без да сме напълно сигурни кои са най-добрите средства и цели. Целта, амбицията, създава необходимата за действието структура. Целта задава посоката, определя контраста с настоящето и критериите за оценяване. Целта дава ясна представа за напредъка и формира мотивация. Целта понижава усещането за тревожност, защото липсата на цел предполага и липса на критерии за оценка, а тогава даден факт може да означава всичко или да не означава нищо — но и двата варианта не способстват за душевното ни спокойствие. Следователно, за да можем да живеем, ние трябва да мислим, да планираме, да задаваме граници и да формулираме аксиоми. Тогава как да изграждаме визия за бъдещето и да определяме посоката си, без да се поддаваме на изкушението на тоталитарната категоричност?

В определянето на целите може да ни помогне традицията. Разумно е да правим това, което други хора правят отдавна — освен ако нямаме много основателна причина за обратното. Следователно разумното поведение е да се образоваме, да започнем работа, да открием любовта и да създадем семейство. По този начин цивилизацията се самоподдържа. Но колкото и традиционни да са нашите цели, ние трябва да се стремим към тях будно и осъзнато. Чудесно е, че имаме цел, но тя може да е погрешна. Както впрочем и планът, който сме съставили. Може да се отклоним от правия път, подведени от собственото си невежество или, нещо по-лошо, от скритата си порочност. Следователно трябва да се "сприятелим" с това, което не знаем, а не с това, което знаем. Трябва да бъдем нащрек, за да уловим мига, в който грешим. Трябва първо да извадим гредата от своето око и чак тогава да се тревожим за сламката в чуждото. По този начин характерът ни укрепва и става достатъчно силен, за да понесе бремето на съществуването. И за да обновява държавата.

Древните египтяни са направили това откритие преди хиляди години,

макар че познанието им остава скрито в древните драматични текстове. ²³⁵ Те почитат Озирис, митологичен основател на египетската държава и бог на традицията. Сет, неговият зъл и коварен брат, го сваля от трона и го изпраща на заточение в подземното царство. В митологичния разказ египтяните вплитат откритието, че с течение на времето социалните структури закостеняват и са склонни да развият умишлена слепота. Озирис остава сляп за истинската природа на брат си дори когато е можел да я види. Сет изчаква и в най-удачния момент напада. Той убива Озирис, насича тялото му на парчета и разпръсва божествените останки из цялата страна. А духа му изпраща в изгнание в подземното царство. За Озирис става почти невъзможно да събере разпръснатите парчета.

За щастие, не се налага великият цар да се опълчи сам на злия узурпатор. Египтяните почитат и Хор, който е син на Озирис. Хор се изобразява в две сродни въплъщения: като сокол, надарен с по-остро зрение от всички живи същества, и с прочутия египетски символ на всевиждащото око (споменат в Правило 7). Озирис е традицията, древна и избрала да бъде сляпа. А Хор, неговият син, може и иска да вижда. Хор е богът на вечната бдителност — способност, която се различава от рационалността. Благодарение на своята бдителност Хор научава каквото е нужно и успява да победи коварния си чичо, макар и на висока цена. Двамата се изправят един срещу друг в ужасяваща битка. Преди да бъде надвит и прокуден в изгнание, Сет изтръгва едното око на племенника си. След като излиза победител от битката, Хор си връща окото и предприема нещо неочаквано: доброволно се спуска в подземното царство и предава окото на баща си.

Да видим какво означава това. Първо, че срещата с коварството и злото е достатъчно страшна, за да унищожи дори зрението на един бог. И второ, че бдителният син може да върне зрението на своя баща. Културата винаги се намира в едно близко до смъртта състояние, въпреки че е създадена от духа на великите хора от миналото. Настоящето е различно от миналото. Мъдростта на миналото се обезценява или губи актуалност, колкото повече расте разликата между условията в настоящето и миналото. Това е естествено последствие от хода на времето и от свързаната с него неизбежна промяна. Но от друга страна, е вярно, че културата и нейната мъдрост може да бъде опорочена от доброволната, умишлена слепота и мефистофелските интриги. По този начин неизбежният функционален упадък на принципите, които сме наследили от нашите предци, се ускорява успоредно с моралния ни упадък, с това, че пропускаме целта в настоящето.

Ние носим отговорността да гледаме смело какво се случва пред очите ни

²³⁵ Този въпрос е описан подробно тук: Peterson, J.B. (1999). *Maps of meaning: The architecture of belief.* New York: Routledge.

и да се учим от него — дори когато гледката е ужасна, дори ужасът от видяното да разтърси съзнанието ни и да ослепи очите ни. Зрението е особено важно, когато видяното ни разстройва и ни вади от равновесие, когато разклаща представите ни за това, което знаем и на което се осланяме. Зрението дава информация на индивида и обновява държавата. По тази причина Ницше казва, че стойността на един човек се определя по това колко истина е в състояние да понесе. Ние не сме само това, което знаем. Но и това, което можем да научим, стига да поискаме. Ето защо не бива да жертваме това, което можем да бъдем, заради това, което сме сега. Никога не бива да се отказваме от по-доброто, което се крие в нас, заради сигурността, която вече имаме — не и ако сме зърнали (макар и за кратко) какво има отвъд тази сигурност.

В християнската традиция Исус се свързва с Логоса. Логосът е Божието слово. Словото е това, което в зората на времето превръща хаоса в ред. В човешкия си облик Исус доброволно жертва себе си за истината, за доброто, за Бог. Това едничко изречение, съдържащо необикновена мъдрост, обобщава същината на християнството. Всяка частица новопридобито познание е една малка смърт. Всяко късче нова информация подлага на съмнение някое старо схващане, което трябва да се разтвори в хаоса, преди да се възроди като нова, по-добра идея. Умирането на старите убеждения понякога убива и нас. В такива случаи е възможно никога повече да не се възстановим, но ако все пак се съвземем, ние се променяме драстично. Един близък приятел откри, че жена му, с която бяха женени от десетилетия, има любовна връзка. Беше пропуснал признаците на отчуждение. Когато научи, той потъна в дълбока депресия. Толкова дълбока, че пропадна в подземния свят на ада. В един момент той ми каза: "Преди си мислех, че хората, които изпадат в депресия, трябва просто да се вземат в ръце. Сега разбирам, че това са пълни глупости". След време успя да се измъкне от дълбините на този ад. В редица отношения сега е различен, нов човек – навярно доста по-мъдър и по-добър. Отслабна с четиресет килограма и взе участие в маратон. После замина за Африка и покори Килиманджаро. Той избра да се прероди, вместо да остане в Ада.

Поставете си цели – дори да се колебаете какви трябва да бъдат. Найдобрите цели са тези, които развиват характера и способностите, а не амбициите за статус и влияние. В един момент може да изгубите статуса си, но характерът е нещо, което винаги носите със себе си и което ви помага да преодолявате несгодите. След като знаете това, представете си, че имате обезопасително въже, което прехвърляте през скалата пред вас и полека-лека се издърпвате към нея. Придвижвайки се напред, наблюдавайте с изострено внимание. Пред себе си и пред другите изразете преживяното възможно най-ясно и точно. Така ще се научите да напредвате към целта по най-добрия и

ефективен начин. И нещо изключително важно: не лъжете. Особено себе си.

Ако обръщате внимание на това, което правите и говорите, може да се научите да долавяте състоянието на вътрешна слабост и раздвоеност, които човек усеща, когато постъпва неправилно или говори неистини. Това е инстинктивно усещане, а не мисъл. Когато не внимавам в това, което правя или говоря, вече не изпитвам цялост и сила, а ме обзема чувството за потъване и раздвоение. Усещам това чувство в слънчевия сплит, който представлява голям възел от нервна тъкан. Започнах да разпознавам кога лъжа, след като се научих да забелязвам това усещане за потъване и раздвоение. В повечето случаи ми отнемаше доста време, докато открия каква точно е лъжата. Понякога използвах думите, за да създам определено впечатление. Друг път се опитвах да прикрия невежеството си по даден въпрос. Или просто повтарях казаното от другите, за да не поемам отговорността да мисля самостоятелно.

Ако се научите да обръщате внимание, вие ще напредвате към набелязаната цел. И нещо още по-важно, по този начин ще придобиете нужното познание, за да може тази цел да се трансформира. Тоталитаристът никога не си задава въпроса: "Ами ако преследвам грешната цел?". Той приема целта като Абсолют. Тя прераства в негов бог и върховна ценност. Превръща се в двигател за емоциите и мотивацията му и започва да определя мислите му. Всички хора служат на амбициите си. В този смисъл никой не е атеист. Просто има хора, които не знаят как се нарича богът, на когото служат.

Когато се отдавате напълно, сляпо и преднамерено на постигането на някаква амбиция, може изобщо да не откриете, че има друга цел, която ще послужи по-добре и на вас, и на света. Това е цената, която ще платите, ако не говорите истината. Ако вместо това се научите да казвате истината, ценностите ви ще се трансформират, докато самите вие вървите напред. Ако попивате информацията, която животът разкрива в многообразните си проявления, ще се променят представите ви за това кое е важно. Това ще ви накара да смените посоката – постепенно или пък рязко и радикално.

Представете си следния сценарий. Записвате се да учите в инженерна специалност — но не по свое желание, а защото така искат родителите ви. Но вървейки срещу себе си, постепенно ще изгубите мотивация и накрая ще се провалите. Ще полагате усилия да се съсредоточите и да си наложите самодисциплина, но това не е достатъчно. Душата ще отхвърли тиранията на волята (как иначе да го кажем?). Каква е причината да се подчинявате? Може би не искате да разочаровате родителите си (макар че това и бездруго ще се случи, ако наистина се провалите). Може би се страхувате от неизбежния конфликт, който е единственият начин да извоювате свободата си. Или не желаете да се разделите с детската вяра, че родителите знаят всичко, и искате да продължите да вярвате, че има някой, който ви познава по-добре от вас

самите и който знае всичко за живота. Това, което искате всъщност, е да се предпазите от абсолютната екзистенциална самота на индивидуалното Битие и от свързаната с него отговорност. Това е нещо напълно нормално и разбираемо. И все пак вие страдате – защото да бъдеш инженер е призвание, но не и вашето.

Един ден просто не издържате и напускате университета. Родителите ви са разочаровани. Някак свиквате да живеете с тази мисъл. Съветвате се единствено и само със себе си, макар че това значи да разчитате на собствените си решения. И така, завършвате философия. Приемате тежестта на грешките си. Сега вече наистина сте себе си. Отхвърляйки бащините представи за бъдещето, вие развивате свои собствени. По този начин израствате и когато родителите ви започнат да остаряват, се превръщате в тяхна опора. Така всички печелят. Но цената за тази двойна победа е конфликтът, породен от вашата истина. В Евангелие от Матей (10:34) Исус подчертава значението на изречената Истина: "Да не мислите, че дойдох да поставя мир на земята; не дойдох да поставя мир, а нож".

За да продължите да живеете в съгласие с истината, която сама се разкрива пред вас, ще трябва да приемете и преодолеете конфликтите, които са присъщи за този начин на живот. Така ще продължите да израствате и да ставате все по-отговорни, както за малките неща (не подценявайте значението им), така и за големите. Ще подхождате още по-внимателно към новите, по-мъдро формулирани цели – нещо повече, ще ставате все по-мъдри в тяхното формулиране, като откривате неизбежните грешки и ги поправяте. Усвоявайки мъдростта на опита, ще развивате все по-вярна представа за важните неща. Ще се освободите от мъчителните колебания и ще поемете по най-прекия път към доброто – добро, за което бихте останали слепи, ако в самото начало, напук на всички доказателства, се бяхте заинатили, че сте прави, абсолютно прави.

Ако съществуването е добро, тогава най-ясните, най-чисти и най-правилни отношения с него също са добри. Но ако е лошо, вие сте изгубени. Нищо не може да ви спаси — не и жалките протести, мрачните размисли и невежата слепота, които съставляват лъжата. Какво е съществуването: добро или лошо? За да откриете отговора, трябва да поемете риск. Независимо дали живеете в истина или в лъжа, приемете последствията и сами си направете изводите.

Това е "актът на вярата", чиято необходимост подчертава датският философ Киркегор. Никой не знае какво ще се случи занапред. Даже добрият пример не е достатъчно сигурна гаранция, предвид разликите между отделните индивиди. Успехът на добрия пример винаги може да се обясни с късмета. Ето защо е необходимо да рискувате своя конкретен, индивидуален живот, за да откриете отговора. Именно този риск древните описват като

жертване на личната воля за волята на Бог. Това не е акт на подчинение (не и в смисъла, който влагаме днес). Това е акт на смелост. Това е и вярата, че вятърът ще издуе платната на вашия кораб и ще го отведе в ново и по-добро пристанище. Това е самият изследователски дух.

Тази идея може да се изрази по следния начин: всеки човек се нуждае от конкретна, специфична цел — амбиция и намерение, — за да ограничи хаоса и да придаде по-разбираем смисъл на живота си. Но всяка от тези конкретни цели би могла и трябва да бъде подчинена на една метацел, която е средство за формулиране и постигане на самите цели. Тази метацел може да бъде "живейте в истина". Ето какво означава това: "Постъпвайте така, че с всяко ваше действие да се придвижвате към една ясно изразена, определена и временна цел. Създайте си такива критерии за провала и успеха, които са конкретни и ясни, поне за вас (а още по-добре и за другите, за да разбират какво правите и да преценяват действията ви заедно с вас). Междувременно оставете и света, и духа ви да се развиват посвоему, докато вие изразявате истината и с думите, и с делата си". Този подход съчетава и прагматичната цел, и най-смелата вяра.

Животът е страдание. Казал го е още Буда, ясно и недвусмислено. Християните изразяват тази идея със символа на божественото разпятие. Еврейската вяра е пропита от спомена за това страдание. Това, че животът и ограниченията са тъждествено равни, е главният и най-сигурен признак на съществуването. Тленността на Битието ни прави уязвими към болката от социалното осъждане и презрение и към неизбежната разруха на телата ни. Но цялото това страдание, колкото и да е ужасно, се оказа недостатъчно, за да провали света и да го превърне в ад – така, както нацистите, маоистите и сталинистите провалиха света и го превърнаха в ад. За това е нужна лъжата, както ясно се изразява Хитлер:

...колкото по-чудовищно излъжеш, толкова по-бързо ще ти повярват. Обикновените хора по-скоро вярват на голямата лъжа, отколкото на малката. Това съответства на примитивната им душа. Те знаят, че за дребното и самите те са способни да излъжат, но да излъжат за повече, май биха се притеснили. Голяма лъжа даже няма да им дойде наум. Ето защо масите не могат да си представят, че другите са способни на къде по-чудовищни лъжи, на къде по-безсъвестно извращаване на фактите. И даже когато им разяснят, че става въпрос за чудовищна измама, те все още ще продължават да се съмняват и ще бъдат склонни да смятат, че вероятно тук все пак има частица истина.²³⁶

 $^{^{236}}$ Хитлер, А. *Моята борба*; прев. Петър Калъпчиев. изд. "Жар птица", София, 2001 г.

За да се появи голямата лъжа, първо трябва да се роди малката. Малката лъжа, образно казано, е стръвта, която Бащата на лъжата²³⁷ използва, за да примамва жертвите си. Размахът на човешкото въображение ни прави способни да мечтаем и да създаваме алтернативни светове. То е главният източник на творческите ни сили. Но тази способност има и обратна страна и това е склонността да заблуждаваме и себе си, и другите по такъв начин, че да повярваме, че реалността е различна от тази, която познаваме, и да живеем според тази заблуда.

И защо да не лъжем? Защо да не извъртаме и изопачаваме истината, ако по този начин можем да извлечем малка изгода, да загладим положението, да запазим мира или да не нараним нечии чувства? Реалността има много лица и едно от тях е отблъскващо: трябва ли да се изправяме пред змийския ѝ лик всеки път, щом съзнанието ни се пробуди, щом в живота ни настъпи обрат? Защо да не извърнем очи, когато гледката е твърде болезнена?

Отговорът е прост. Всичко на този свят се разпада. Не мислете, че това, което е работело вчера, ще работи и днес. Наследили сме голямата и сложната машина на държавата и цивилизацията от хората преди нас, но те отдавна са мъртви и като такива не могат да отговорят на днешните промени. Но живите могат. Ние можем да отворим очи и да променим каквото е нужно, за да може тази машина да заработи гладко. Другият вариант е да се преструваме, че всичко е наред, да не извършим необходимите поправки и накрая да проклинаме съдбата, защото нищо не върви както сме очаквали.

Всичко се разпада: това е едно от най-великите открития на човечеството. Но със своята слепота, бездействие и самозаблуди ние ускоряваме естествения упадък на най-ценните си притежания. Когато не обръщаме внимание, културата запада и умира. И така побеждава злото.

Когато изразяваме лъжата с действия (повечето лъжи намират израз в делата, а не в думите ни), се вижда само малка част от истинската ѝ същност. Но лъжата е свързана с всичко останало. Върху света тя произвежда същия ефект като капката мръсна вода, попаднала в кристална гарафа с шампанско. Би трябвало да я възприемаме като нещо живо, което расте непрекъснато.

Станат ли достатъчно големи, лъжите подкопават устоите на целия свят. Но ако се вгледате внимателно, ще забележите, че най-големите лъжи са съставени от други по-малки лъжи, които на свой ред се изграждат от още по-малки лъжи – а най-малката от всички тях е зрънцето, от което покълва голямата лъжа. Лъжата е нещо повече от изопачаване на фактите. Тя е целенасочено действие и може да се сравни с най-страшния заговор, замислян срещу човечеството. Привидната ѝ безобидност и тривиална

 $^{^{237}}$ Този израз се среща в Евангелие от Йоан 8:44 и описва дявола. – *Б. пр.*

подлост, жалката самонадеяност, която я поражда, и още по-тривиалното изплъзване от отговорност, към което се стреми — всичко това умело прикрива истинската ѝ природа, стаената в нея заплаха и приликата ѝ с найголемите злини, които хората извършват, често пъти с наслада. Лъжите разрушават света. По-лошото е, че именно това е тяхното намерение.

Всичко започва с една малка лъжа. После идват още няколко, които да я подкрепят. Идва ред на изкривеното мислене, за да се избегне срамът, породен от лъжите. И още няколко лъжи, за да се прикрият последиците от изкривеното мислене. И тогава идва най-страшното. Повторението превръща тези вече неизбежни лъжи в автоматично, условно, структурно и неврологично обусловено "несъзнателно" убеждение и стимул за действие. Следва разочарование, защото действието, основано на лъжата, не довежда до желания резултат. Това, че не вярваш в тухлените стени, не значи, че няма да си строшиш главата, ако се опиташ да минеш през някоя. А после ще се ядосваш на реалността за това, че е създала стената.

Така се появява високомерието и чувството за превъзходство, които неизбежно съпътстват съчиняването на успешни лъжи (хипотемично успешни — и точно тук се крие най-голямата опасност. Очевидно всички са повярвали на лъжата, следователно всички, с изключение на мен, са глупави. Всички са глупави и заблудени *от мен*, а това значи, че всичко може да ми се размине). Тогава се оформя предположението: "Битието се поддава на моите манипулации. Следователно то не е достойно за уважение".

Това е моментът, в който всичко се разпада, както тялото на Озирис е разкъсано на парчета. Моментът, в който структурата на личността или на държавата се срива под въздействието на някаква злонамерена сила. А също и моментът, в който хаосът се надига от подземния свят и като потоп поглъща всичко познато. Но това все още не е Адът.

Адът настъпва по-късно, когато лъжите са разрушили връзката на индивида (или държавата) с реалността. Тогава всичко се разпада. Живот се превръща в кошмар. В безпомощност и разочарование. Надеждата постепенно умира. Лъжецът, подобно на Каин, отчаяно изтъква направените жертви, но не успява да угоди на Бог. Започва последното действие на драмата.

Измъчван от мисълта за постоянните провали, индивидът се озлобява. Разочарованието и провалът се сливат и образуват една фантазия: светът е твърдо решен да ми причини страдание, да ме унищожи и погуби. Аз трябва да отмъстя. Заслужавам го. В този момент индивидът се изправя пред портите на Ада. Подземния свят, това ужасяващо и непознато място, представлява самото страдание.

В началото на времето, според западната култура, със силата на Словото Бог превръща хаоса в Битие. Според западните схващания се приема за

аксиома, че Бог е сътворил мъжа и жената по свой образ и подобие. Ние също използваме речта, за да превръщаме хаоса в Битие. Ние превръщаме многобройните възможности на бъдещето в реалността на миналото и настоящето.

Да говориш истината, значи да превърнеш в Битие най-благотворната от всички възможни реалности. Всяка постройка, изградена от истината, може да издържи хиляди години. Истината може да нахрани и облече бедните, тя дава на хората сигурност и благополучие. Истината смекчава ужасната сложност на човека и я свежда до простотата на неговите думи, и така, вместо да бъде враг, той става съюзник. Истината превръща миналото в нещо наистина отминало и се възползва по най-добрия начин от възможностите на бъдещето. Истината е първичният неизчерпаем природен ресурс. Тя е светлината в мрака.

Вижте истината. Говорете истината.

Истината не се проявява под формата на споделени убеждения, защото тя не е колекция от лозунги, нито е идеология. Тя е нещо лично. Само вие можете да кажете каква е вашата истина. Тя е такава, каквато е, въз основа на уникалните обстоятелства в живота ви. Разберете каква е вашата лична истина. Изразете я внимателно и ясно както пред себе си, така и пред другите. Това ще ви даде сигурност и ще направи по-пълноценен живота ви сега, когато истината е част от убежденията ви. Бъдещето ще е по-благосклонно към вас и може да бъде съвсем различно от миналото, което е определено и неизменно.

Истината блика от най-дълбоките извори на Битието. Тя ще ви помогне да преодолеете неизбежната житейска трагедия, която кара душата да вехне и линее. Ще ви помогне да надвиете ужасното желание да си отмъстите за тази трагедия — част от ужасния грях на Битието, което трябва да изпита всяко страдание просто за да съществува.

Ако животът е различен от това, което искате да бъде, опитайте да кажете истината. Ако отчаяно сте се вкопчили в някоя идеология или тънете в нихилизъм, опитайте да кажете истината. Ако се чувствате слаби и отхвърлени, ако сте объркани и отчаяни, опитайте да кажете истината. В Рая всеки говори истината. Точно това го превръща в Рай.

Казвайте истината. Или поне не лъжете.



ПРАВИЛО 9.

СЛУШАЙТЕ. ПРИЕМЕТЕ, ЧЕ СЪБЕСЕДНИКЪТ ВИ МОЖЕ ДА ЗНАЕ НЕЩО, КОЕТО ВИЕ НЕ ЗНАЕТЕ

Без съвети

Психотерапията не е съвет. Съветът е това, което получаваш, когато човекът, с когото разговаряш за нещо неприятно и сложно, иска от теб единствено да млъкнеш и да се разкараш. Когато човекът отсреща иска да се наслади на превъзходството на собствения си интелект – ами да, трябва да си много глупав, за да си навлечеш тези глупави проблеми.

Психотерапията е откровен разговор. Откровеният разговор включва изучаване, обобщаване и съставяне на план. Когато участваш в такъв разговор, задачата ти е да слушаш и да говориш – но най-вече да слушаш. Това значи да обръщаш внимание. Удивително е какви неща споделят хората, когато си готов да слушаш. Понякога, ако си готов да слушаш, може дори да ти кажат какво не е наред с тях. И даже как смятат да го поправят. В някои случаи това ти помага да поправиш нещо, което не е наред в самия теб. Спомням си един особено странен разговор (всъщност имам цяла колекция такива), в който слушах внимателно и събеседницата ми за броени минути сподели: (а) че тя е вещица и (б) че с посестримите си вещици отделят много време, за да визуализират как целият свят заживява в мир. От дълги години била обикновен служител в някаква канцелария. Никога не бих предположил, че може да е вещица. Освен това нямах представа, че вещерските сборища отделят каквото и да е време за визуализиране на световния мир. Още по-малко знаех защо ми е притрябвала тази информация, но определено не скучаех. А това е нещо.

В клиничната ми практика се налагаше и да говоря, и да слушам. С някои хора повече говорех, а с други повече слушах. Мнозина от онези, които изслушвах, си нямаха никого, с когото да разговарят. Някои от тях бяха съвсем сами на този свят. Тези хора са много повече, отколкото предполагате. Не ги срещате, защото те са сами. Други са заобиколени от истински тирани или нарциси, от алкохолици, травматизирани хора или "професионални" жертви. Има такива, които се изразяват неясно. Те са разсеяни и често се повтарят. Говорят объркано и си противоречат. Трудно е да следиш мисълта им. Други разказват за трагедиите, които се случват около тях. Те имат родители с Алцхаймер или болни деца. Тези хора нямат време за себе си и за личните си терзания.

Веднъж една клиентка, която идваше на терапия от няколко месеца, се

появи в кабинета ми за уговорения си час²³⁸ и след кратко встъпление обяви: – Струва ми се, че ме изнасилиха.

Трудно е да прецениш как да реагираш на подобно твърдение, тъй като тези инциденти често са обвити в известна мистерия. Алкохолът нерядко е важен фактор в случаите на сексуално насилие. Той може да замъгли разсъдъка. Това е и една от причините хората да пият. Алкохолът временно облекчава ужасното бреме на самосъзнанието. Пияните хора знаят какво бъдеще ги очаква, но то не ги тревожи. А това е удивително. Истинско чудо. Те могат да се веселят, сякаш утре не съществува. Но тъй като това утре винаги настъпва (така е в повечето случаи), пияните хора се оказват забъркани в неприятности. Преценката им се замъглява. Озовават се на опасни места в компанията на лекомислени хора. Да, те се забавляват. Но освен това ги изнасилват. Ето защо веднага се усъмних, че нещо такова може да се е случило. Как иначе да разбирам фразата "струва ми се"? Но това не е краят на историята. Жената добави още една, допълнителна подробност: "Пет пъти". Ако първото изречение ме озадачи, то второто действително ме стъписа. Пет пъти ли? Какво може да значи това?

Клиентката ми разказа как отишла в един бар и изпила няколко питиета. Някой я заговорил. В крайна сметка се озовали в неговия или в нейния апартамент. Неизбежно вечерта достигнала до своята сексуална кулминация. На другия ден тя се събудила объркана. Какво точно се било случило? Чувствала се несигурна – несигурна за собствените си мотиви, за неговите мотиви и за света като цяло. Госпожица С. (ще я наречем така) беше толкова неопределена, че изглеждаше недействителна. Като призрак в човешка форма. За сметка на това се обличаше строго и делово. Знаеше как да направи добро впечатление от пръв поглед. Благодарение на това беше успяла да се промъкне в една правителствена комисия, ангажирана с проект изграждане на главен участък от транспортната инфраструктура (макар да не разбираше нито от държавни дела, нито от пътно строителство). Освен това в местното обществено радио беше водеща на предаване, посветено на малкия бизнес, въпреки че никога не е имала истинска работа, нито пък разбираше от предприемачество. През целия си пълнолетен живот тя е била на социални помощи.

Като малка не получавала и капка внимание от родителите си. Израснала с четирима братя, които я тормозели. Приятели нямаше — нито сега, нито в миналото. Партньор също. Тя никога не е имала с кого да разговаря и затова не умееше да мисли самостоятелно (това не е рядко срещано явление). Тя нямаше свой Аз. Приличаше на ходеща какофония от несвързани

 $^{^{238}}$ Тук също спестявам голяма част от подробностите по случая, за да запазя анонимността на участниците, като успоредно с това се опитвам да предам основния смисъл на събитията. -B.a.

преживявания. Преди време се опитах да ѝ помогна да си намери работа. Попитах я дали има автобиография. Отговори ми утвърдително. Поисках да ми я покаже. На следващия сеанс тя донесе автобиографията. Състоеще се от петдесет страници, поставени в класьор и разделени на секции с помощта на картонени разделители – от онези, които отстрани имат малък цветен индекс за заглавието. Имаше раздел "Моите мечти". Както и "Книгите, които съм прочела". В "Моите мечти" беше преразказала даже многочислените си сънища. Другият раздел включваше опис и кратки резюмета на прочетените от нея книги. Това беше "автобиографията", която госпожица С. предложи да изпрати на потенциалните си работодатели (или която беше изпращала, кой знае). Трудно е да се определи до каква степен трябва да си никой, за да живееш в свят, в който един класьор, съдържащ петдесет индексирани страници с изредени мечти и заглавия на книги, отговаря на представата ти за автобиография. Госпожица С. не знаеше нищо за себе си. Тя не знаеше нищо и за другите. И изобщо за света. Приличаше на филм, чиято картина не е на фокус. Отчаяно очакваше онази завръзка и история, която би осмислила живота ѝ.

Ако добавите малко захар в съд със студена вода и разбъркате, захарта ще се разтвори. Тя ще се разтвори още по-добре, ако затоплите водата. А ако я загреете достатъчно, за да кипне, тогава ще можете да добавите още захар, която също ще се разтвори. Ако след това отстраните водата от котлона и постепенно я охладите, без да бъркате и разклащате, ще надхитрите водата и тя ще съдържа повече разтворена захар, отколкото, ако през цялото време беше останала студена. Това се нарича свръхнаситен разтвор. Ако в такъв разтвор поставите дори само едно кристалче захар, излишната захар ще започне внезапно и бурно да кристализира. Сякаш настоява за ред. Клиентката ми реагираше като този свръхнаситен разтвор. Благодарение на хора като нея всички форми на психотерапия, които се практикуват днес, постигат някакви резултати. Понякога хората са толкова объркани, че всяка достатъчно подредена система за тълкуване може да внесе ред в психиката и да подобри живота им. Така всички несъвместими аспекти на живота им се свързват и съгласуват посредством един дисциплиниращ подход – който и да е дисциплиниращ подход. Ако личността ви се е разпаднала на парчета (или пък никога не е била цялостна), бихте могли да преустроите и подредите живота си, като използвате принципите на Фройд, Юнг, Адлер, Роджърс или на бихейвиоризма. Тогава поне ще намерите смисъл. Поне ще бъдете последователни. Ще има поне едно нещо, за което ви бива, ако не и за всичко. С брадва не можеш да поправиш счупената кола, но можеш да отсечеш дърво. И това е нещо.

Приблизително по същото време, когато общувах с тази клиентка, в медиите пламна разгорещена дискусия около най-различни истории за

възстановени спомени – повечето от които, свързани със сексуално насилие. Дискусията бързо прерасна в спор: бяха ли това истински свидетелства за преживяна травма? Или представляваха ретроспективни конструкции, които клиничните клиенти си измислят под волния или неволен натиск от страна на непредпазливи терапевти и в които отчаяно се вкопчват, търсейки поне една причина за нещастията си? В някои ситуации вероятно ставаше дума за първото. А в други – за второто. Във всеки случай, съмнението, с което клиентката ми говореше за сексуалните си преживявания, показваше ясно и точно с каква лекота един фалшив спомен може да бъде "посаден" в менталния ландшафт. Миналото може да изглежда застинало, но от психологическа гледна точка то не е такова. Неговото съдържание е необятно и вероятно трябва да преразгледаме радикално начина, по който организираме и подреждаме това съдържание.

Представете си един филм, в който се случват само лоши неща. Накрая обаче всичко се нарежда. Проблемите се решават. Задоволително щастливият завършек може да промени смисъла на предходните събития. Те придобиват стойност през призмата на този завършек. А сега си представете друг филм. Случват се много неща – всичките вълнуващи и интересни, но са прекалено много. След деветдесет минути вече си мислите: "Чудесен филм, наистина, но се случват толкова много неща. Искрено се надявам, че режисьорът ще успее да свърже всички тези събития и да доведе действието до убедителна развръзка." Но това не се случва. Историята приключва внезапно, сякаш незавършена, или толкова предсказуемо, че краят е скучно клише. Тръгвате си подразнени и разочаровани. Вече дори не помните, че действието е било увлекателно и сте се забавлявали почти до самия край. Настоящето може да промени миналото, а бъдещето може да промени настоящето.

На практика вие помните отделни части от миналото, а други забравяте. За едни неща имате ясен спомен, но не и за други, макар да не отстъпват по важност на първите. По същия начин в настоящето вие забелязвате определени аспекти на заобикалящата ви действителност и не осъзнавате други. Вие систематизирате опита си, като свързвате някои елементи в обща картина и ги отделяте от останалите. Този процес се подчинява на една загадъчна произволност. Така че вие не създавате подробна и обективна хроника на миналото. Защото не можете. Вие не знаете достатъчно. Не възприемате достатъчно. Не сте обективни. Това е така по простата причина, че вие сте живи. Вие сте субективни. Имате собствени неотменни интереси, или най-малкото – интерес към себе си. Кое именно трябва да бъде включено в миналото? Къде минава границата между събитията?

Сексуалното насилие над деца е сериозно разпространено. 239 Но не чак толкова, колкото смятат някои слабо подготвени психотерапевти. И освен това то невинаги създава тежко травмирани възрастни. 240 Хората показват различна степен на устойчивост. Това, което може да съсипе един човек, ще накара друг просто да свие рамене. Но терапевтите, чиито познания за Фройд са оскъдни и "втора ръка", по презумпция приемат, че всеки клиент, страдащ от болезнена тревожност, трябва да е преживял сексуално насилие в детството си. Как иначе да се обясни тази тревожност? И те започват да дълбаят, да предполагат, налучкват и гадаят, да подсказват, натрапват и внушават. Те преувеличават значението на едни факти и подценяват важността на други. Подкастрят и преиначават фактите по такъв начин, че да паснат на теорията им. 241 И накрая убеждават клиента си, че е жертва на сексуално насилие – той само трябва да си спомни. Тогава клиентът действително започва да си "припомня". И естествено, да обвинява. Но понякога той си "спомня" неща, които никога не са се случили, и обвинява хора, които са невинни. Има ли полза от това? Да, има. За терапевта. Теорията му остава непокътната. А клиентът претърпява косвени щети. Оказва се, че хората често са готови да причинят сериозни косвени щети само за да защитят теорията си.

Когато госпожица С. се появи в кабинета ми, за да говорим за сексуалните ѝ преживявания, вече знаех тези неща. Докато слушах за нейните странствания из баровете за самотници, които всеки път завършваха по един и същ начин, си мислех: "Всичко около теб е толкова неясно и размито, сякаш не си тук. Живееш в царството на хаоса и на подземния свят. По едно и също време си на десет различни места. Всеки може да те улови за ръката и да те отведе където си пожелае". В края на краищата, ако не си главният герой в собствената си трагедия, ще получиш второстепенна роля в нечия чужда драма – но така рискуваш да ти дадат най-неприятната, самотна и трагична роля. Щом чух и последната част от историята на госпожица С., отново потънах в размисъл: "Ти имаш нормални сексуални желания. Но си ужасно самотна. И сексуално неудовлетворена. Страхуваш се от мъжете и не знаеш нищо за света, нито за себе си. Блуждаеш наоколо като сянка и чакаш нещастието да се случи. И то се случва. Това нещастие е животът ти".

Мислех си: "Част от теб иска да бъде зависима. Да бъде отново дете.

²³⁹ Finkelhor, D., Hotaling, G., Lewis, I.A. & Smith, C. (1990). "Sexual abuse in a national survey of adult men and women: prevalence, characteristics, and risk factors. " *Child Abuse & Neglect*, 14,19-28

²⁴⁰ Rind, B., Tromovitch, P. & Bauserman, R. (1998). "A meta-analytic examination of assumed properties of child sexual abuse using college samples." *Psychological Bulletin*, 124, 22-53.

²⁴¹ Loftus, E.F. (1997). "Creating false memories." *Scientific American*, 277, 70-75.

Братята ти са се държали лошо с теб, а баща ти те е пренебрегвал. И част от теб иска да отмъсти на всички мъже. Изпитваш вина. Но и срам. И в същото време вълнение и трепет. Коя си ти? Какво си преживяла? Какво се е случило?". Каква беше обективната истина ли? Нямаше как да разбера. Такъв начин не съществува. Както не съществува и обективен наблюдател. Или разказ за миналото, който е напълно изчерпателен и точен. Такова нещо просто няма и не може да съществува. Има само откъслечни свидетелства и фрагментарни гледни точки – разбира се, някои са по-достоверни от други. Споменът не е описание на обективното минало. Споменът е инструмент. Миналото предлага тези инструменти или ориентири, за да укажат пътя към бъдещето. Ако знаете, че се е случило нещо лошо, и сте разбрали какво е довело до него, ще направите всичко възможно да не повтаряте грешките на миналото. За това именно служи паметта. А не за да "помним миналото". Паметта служи за това да не повтаряме една и съща грешка отново и отново.

"Единият вариант е да улесня живота на госпожица С. – продължих разсъжденията си. – Ще ѝ кажа, че има пълното основание да подозира, че е изнасилена, и че съмненията ѝ за случилото се са поредното доказателство, че обстоятелствата в живота ѝ постепенно и неотклонно я поставят в ролята на жертва. Ще ѝ обясня, че даже законът задължава сексуалните ѝ партньори да се уверят, че съгласието ѝ не е повлияно от алкохола. Ще ѝ кажа, че срещу нея безспорно е било извършено подсъдно насилие, освен ако не е дала изрично и словесно съгласие за всяко от тези сексуални действия. Просто ще я уверя, че е невинна жертва." Наистина, можех да ѝ кажа всичко това и то щеше да е вярно. Самата тя щеше да го приеме като чиста истина и да го помни до края на живота си. Това би я превърнало в нов човек с ново минало и нова съдба.

"Но има и друг вариант — казах си. — Ще обясня на госпожица С" че е истинско ходещо бедствие. Че не може да се подвизава из баровете като куртизанка, изпаднала в кома, че е заплаха и за себе си, и за околните и че е крайно време да се събуди. Какво по дяволите очаква, когато обикаля баровете за самотници, прекалява с алкохола и си тръгва с непознати, с които прави груб и насилствен (или даже нежен и внимателен) секс?" А на езика на философията бих ѝ казал, че тя е "бледоликият престъпник" на Ницше — тоест човек, който в един момент нарушава свещения закон, а в следващия бяга от разплатата. И това също щеше да е вярно. Тя щеше да го приеме за истина и да го запомни.

Ако бях привърженик на лявата идеология с нейния призив за социална справедливост, щях да ѝ разкажа първата история. Ако вместо това симпатизирах на консервативната идеология, бих разказал втората. И в единия, и в другия случай (за мое удовлетворение) реакцията ѝ би потвърдила, че това, което съм ѝ разказал, е истина – цялата и неопровержима истина.

Преценете сами

Вместо това реших да слушам. С течение на времето се научих да не си присвоявам проблемите на клиентите. Не искам да бъда изкупителната жертва или deus ex machine — не и в нечия чужда история. Не искам техния живот. Затова попитах госпожица С. какво мисли тя и продължих да слушам. Думите дълго се лееха от устата ѝ. В края на сеанса тя все още не знаеше дали е била изнасилена. Аз също не знаех. Животът е прекалено сложен.

Понякога, за да разбереш едно-единствено нещо, трябва да промениш цялата си система от разбирания. Въпросът "Бях ли изнасилена?" може да бъде изключително сложен. Самият начин, по който е формулиран, предполага, че съществуват множество смислови пластове. А уточнението "пет пъти" усложнява още повече нещата. Въпросът "Бях ли изнасилена?" съдържа множество други въпроси: Какво значи изнасилване? Какво разбираме под съгласие? В какво се изразява сексуалната предпазливост? Една жена как може да се защити? Чия е вината? Въпросът "Бях ли изнасилена?" е като хидра. Отсечеш ли една от главите ѝ, на нейно място изникват нови седем. Такъв е животът. Госпожица С. ще трябва да говори двайсет години, за да разбере дали е била изнасилена. И някой ще трябва да я слуша. Аз започнах този процес, но обстоятелствата ми попречиха да го завърша. Когато сама реши да сложи край на терапията, тя изглеждаше една идея по-малко неопределена и размита, отколкото на първата ни среща. Поважното е, че госпожица С. си тръгна необременена от чисто човешки несъвършената идеология на своя терапевт.

Клиентите, които слушам, имат нужда да говорят. Това е начинът, по който хората мислят. А те трябва да мислят. Иначе живеят слепешком и се препъват при всяка неравност по пътя си. Когато мислят, хората създават симулация на света и планират действията си в него. Ако симулацията е достоверна, те могат да преценят кои действия са толкова глупави, че не бива да ги предприемат. В резултат на това, първо, те могат да не ги предприемат и, второ, не се налага да страдат от последствията. Това е главната цел, за която служи мисленето. То никога не е самоцелно. Ние мислим, за да създаваме симулации на света и да планираме действията си в него. Това умение е присъщо единствено на човека. Да, ние сме изключителни. Създаваме свой аватар, поставяме го в света, който сами сме измислили, и наблюдаваме какво ще се случи. Ако аватарът преуспява, ние постъпваме като него, но вече в реалния свят. Тогава ние също преуспяваме (или поне се надяваме да е така). И обратното. Ако аватарът търпи несполуки и, разбира се, ако имаме поне малко здрав разум, ние се стараем да не му подражаваме.

Оставяме го да умре в измисления свят, за да не трябва да умрем ние в реалния.

Представете си две деца — брат и сестра, — които разговарят. "Няма ли да е забавно да се покатерим на покрива?" — подхвърля момчето, което е помалкото от двете. То вече е поставило своя аватар в измисления си свят. "Това е глупаво — отговаря по-голямата сестра. — Ами ако паднеш от покрива? Ами ако татко разбере?" Тогава по-малкото дете може да коригира първоначалната симулация, да стигне до правилните изводи и да остави измисления свят да умре от само себе си. Или може да реши, че рискът все пак си струва. Но поне е наясно, че този риск съществува. В резултат на това измисленият свят става малко по-съвършен, а аватарът — малко по-мъдър.

Хората си мислят, че мислят – но обикновено се заблуждават. Това, което смятат за мислене, в повечето случаи е самокритикуване. Истинското мислене е рядкост – също като истинското слушане. Да мислиш, значи да слушаш самия себе си. Това е изключително трудно. За да мислиш, трябва да бъдеш двама души едновременно. След това трябва да позволиш на тези двама души да бъдат на различно мнение. Мисленето представлява вътрешен диалог между две или повече различни представи за света. Първият светоглед е аватар в измисления свят. Той има своя собствена представа за миналото, настоящето и бъдещето и свое мнение как трябва да действа. Същото се отнася и за втория, и за третия, и за четвъртия светоглед. Мисленето е процес, при който тези вътрешни аватари създават своите светове и ги разискват помежду си. Когато мислите, вие не можете да използвате фалшиви аргументи, за да оборите или защитите определена позиция, защото това не е мислене. Това е постфактум рационализиране. Тоест вие търсите начин да оправдаете позицията си. Противопоставяте се на по-слаб опонент, за да не се налага да я променяте. Използвате пропаганда и двоен език. Използвате своите заключения, за да "узаконите" доказателствата. С други думи, бягате от истината.

Истинското мислене е сложен и взискателен процес. Той изисква да бъдеш едновременно добър оратор и търпелив критичен слушател. Освен това предполага наличието на конфликт. Следователно конфликтите не бива да те плашат. Те изискват да умееш да преговаряш и да правиш компромиси. Ето защо трябва да се научиш да даваш и да вземаш, да променяш нагласата си и да коригираш мислите си, дори представите си за света. Понякога процесът на мислене довежда до поражението и гибелта на един или повече вътрешни аватари. Проблемът е, че те не обичат нито да се провалят, нито да умират. Аватарите се създават трудно и това ги прави ценни. Те са живи и искат да останат живи. Нещо повече, те ще се борят, за да останат живи. Ще направиш най-добре, ако се вслушваш в тях. В противен случай от видимия свят на съзнанието те ще преминат в тъмния свят на подсъзнанието, ще се превърнат

в демони и ще започнат да те измъчват. Затова мисленето е болезнен от емоционална гледна точка и физиологически трудоемък процес. Да мислиш, е по-сложно от всичко останало (с изключение на това да не мислиш). Оживеният диалог, който протича вътре в ума ти, изисква да се изразяваш ясно и красноречиво. Но ако мисленето, тоест това да бъдеш двама души едновременно, не е твоята стихия, какво да правиш тогава? Много просто. Ще говориш. Но тогава ще имаш нужда от някой, който да слуша. Този човек е твой съюзник и твой опонент.

Слушащият упражнява контрол върху нещата, които казваш (и мислиш), без да се налага да се намесва. Слушащият човек е представител на човечеството като цяло. Той е представител на тълпата. Разбира се, тълпата невинаги е права, но обикновено е права. За нея е типично да е права. Ако думите ти предизвикват изумление у хората, значи трябва преосмислиш. Не отричам, разбира се, че възгледите, които противоречат на общоприетите, понякога са толкова очевидно правдиви, че тълпата ще загине, ако не се вслуша. Това е една от причините, поради които индивидът е морално задължен да се изправи и да каже истината от гледна точка на собствения си опит. Но нека не забравяме, че новото и радикалното почти винаги се оказва погрешно. Трябва да имаш наистина сериозни, уважителни причини, за да пренебрегнеш или да предизвикаш широкото обществено мнение. То представлява твоята културна среда. Може да се сравни с могъщ, величествен дъб. Ако се покатериш върху някой от клоните му и той се прекърши, тогава те чака дълго падане – много по-дълго, отколкото предполагаш. Фактът, че четеш тази книга, те поставя в числото на привилегированите. Ти можеш да четеш. Нещо повече, имаш време да четеш. Изкачил си се високо, почти до небето. За това да стигнеш дотук са допринесли неизброимите поколения преди теб. Би било чудесно да покажеш благодарност. Ако настояваш, че светът трябва да се съобрази с твоето мнение, и си решил да го отстояваш, дано да имаш сериозни причини за това. И дано да си ги обмислил особено внимателно. В противен случай се приготви за твърдо приземяване. Длъжен си да правиш като другите, освен ако нямаш много сериозна причина за обратното. Ако вървиш в утъпкания коловоз, поне знаеш, че хората отдавна се движат по него. Извън коловоза много често означава встрани от утъпкания път. А в пустинята, която се простира встрани от утъпкания път, живеят разбойници и чудовища.

Това е гласът на мъдростта.

Слушащият човек

Човекът, който слуша, може да отразява мнението на тълпата. Той може да направи това, без да говори. Може да го направи, оставяйки говорещия да се вслуша в самия себе си. Този подход се препоръчва от Фройд. Той слагал пациента да легне на кушетката и го оставял да гледа тавана над себе си с блуждаещ ум, изговаряйки всяка мисъл, която се мярка в съзнанието му. Това е методът на свободните асоциации. Психоаналитиците от школата на Фройд прилагат този метод, за да не допуснат личните им предубеждения и оценки да преминат в психичното пространство на пациента. По тази причина Фройд не сядал лице в лице с пациентите си. Той не искал емоцията, изписана на лицето му, колкото и слаба да е тя, да влияе на спонтанните им размишления. Фройд основателно се опасявал, че личните му оценки – и нещо по-лошо, собствените му нерешени проблеми – съзнателно или несъзнателно ще намерят отражение в думите и в реакциите му. Страхувал се, че това ще окаже пагубен ефект върху напредъка на пациентите му. Пак по тази причина той настоявал, че психоаналитикът също трябва да се подлага на психоанализа. Той искал онези, които практикуват неговия метод, да разкрият и отстранят поне част от своите "слепи петна" и предразсъдъци, за да не навредят на пациентите. И е имал основания за това. Все пак Фройд е бил гений. Доказателство за което е фактът, че хората все още го мразят. Но трябва да отбележим, че препоръчваният от него безпристрастен и леко дистанциран подход има някои недостатъци. Мнозина от хората, които търсят терапия, не просто искат, но се нуждаят от по-близки, по-лични взаимоотношения (макар че това също крие опасности). Ето защо в практиката си, подобно на повечето клинични психолози, предпочитам да използвам формата на разговора вместо метода на Фройд.

За клиентите ми може да е полезно да виждат реакциите ми. За да ги предпазя обаче от нежеланото въздействие, което биха могли да предизвикат тези реакции, се опитвам да определя правилно целта си, така че отговорите ми да се пораждат от най-добрите намерения и мотивация. Старая се да искам най-доброто за клиентите си (каквото и да е то). Давам всичко от себе си за това. Опитвам се да изчистя ума си и да оставя настрана личните си тревоги. Така мога да се съсредоточа върху това, което би било най-добро за тях, като същевременно следя внимателно за онези неуловими признаци, които могат да ми подскажат, че не разбирам правилно кое е най-доброто за тях. "Най-доброто" е нещо, което се определя чрез договаряне, а не чрез предположения от моя страна. То трябва да се дефинира изключително внимателно, за да се ограничи рискът от прекалено скъсяване на дистанцията по време на сеанс. Ето как протича работата ми: клиентът говори, а аз

слушам. Понякога отговарям. Много често тези отговори са почти неуловими, тоест невербални. Клиентът седи срещу мен и така имаме визуален контакт. Това ни дава възможност да виждаме изражението на другия. Клиентът може да види ефекта, който думите му оказват върху мен, и аз също мога да наблюдавам ефекта, който моите отговори предизвикват у него. По този начин клиентът може да реагира на моята реакция.

Например той казва: "Мразя жена си". Думите са изречени и увисват във въздуха. Те изплуват от подземния свят, материализират се от хаоса и намират изява във видимия свят. Вече са реални. Станали са познаваеми и конкретни и е трудно да бъдат пренебрегнати. Клиентът се стряска от собствените си думи. И вижда същата реакция, отразена в очите ми. Забелязал това, той се връща отново на пътя на здравомислието. "Един момент – казва той. – Не исках да кажа това. Изразих се прекалено жестоко. По-точно е да се каже, че понякога мразя жена си. Мразя я, когато не ми казва какво иска. Майка ми постоянно се държеше така. Това побъркваше баща ми. Побъркваше всички ни, ако трябва да съм честен. Дори нея самата! Тя беше добър човек, но беше изпълнена с негодувание. Добре че жена ми не е толкова тежък случай като нея. Съвсем не. Даже напротив! Сега като се замисля, жена ми обикновено ми казва какво иска, но се ядосвам, когато не го прави, защото майка ми подлудяваше всички около себе си, като непрекъснато се преструваше на мъченица. Това наистина ме дразнеше. Вероятно реагирам пресилено, когато виждам макар и намек за същото поведение у жена ми. Боже мой, та аз реагирам точно като баща ми, когато майка ми го вбесяваше! Но това не съм аз и раздразнението ми няма нищо общо с жена ми! Най-добре да ѝ го кажа." От всичко това разбирам, че до този момент клиентът е проектирал образа на майка си върху жена си. Забелязвам също, че, макар и несъзнателно, е възприел ролята на баща си. Клиентът също го забелязва. Личността му започва да се откроява, мъглата около нея леко се разпръсва, той вече не напомня толкова много на необработено парче дърво. С други думи, той успява да зашие едно от скъсаните места в тъканта на своята душевност. Накрая клиентът ми казва: "Това беше добър сеанс, доктор Питърсън". Аз кимвам. Понякога найумният отговор е просто да замълчиш.

Дори когато не говоря, аз съм съюзник и опонент. Правя го без да искам. Дори най-мимолетният израз на лицето ми издава какво си мисля. Това значи да общуваш, както правилно отбелязва Фройд, даже когато мълчиш. По време на сеансите аз мълча, но и говоря. Как разбирам кога е необходимо да се обадя ли? Както вече споменах, първата стъпка е да вляза в подходяща умствена настройка. Определям правилните цели с идеята, че искам нещата да се подобрят. Умът ми е изцяло подчинен на постигането на тези цели. Той се стреми да участва по такъв начин в терапевтичния диалог, че да се

придвижва към набелязаните цели. Аз наблюдавам какво се случва вътре в мен и в зависимост от това разкривам своите реакции. Това е първото правило. Докато клиентът говори, в ума ми от време на време се оформя някаква мисъл или краткотрайна картина — обикновено във връзка с нещо, което същият клиент е споменал по-рано или в предишен сеанс. След това споделям с него конкретната мисъл или картина. И най-важното, правя го безпристрастно. Например: "Забелязах, че това, което каза, ме наведе на едикаква си мисъл или осъзнаване". След това го обсъждаме заедно. Опитваме се да установим какъв е смисълът на реакцията ми и дали има отношение към клиента. Понякога тази реакция е свързана единствено с мен, което потвърждава опасенията на Фройд. Понякога обаче това е естествената реакция на човек, който е безпристрастен, но положително настроен към споделеното лично признание, направено от друг човек. Това е нещо важно, а в някои случаи има коригиращ ефект. Понякога личността, която претърпява корекция, съм аз.

Трябва да умеете да се разбирате с другите хора. Един от тях е психотерапевтът. Добрият терапевт ще ви каже истината за това, което мисли (нещо съвсем различно е да ви каже, че това, което мисли, е истина). Тогава ще получите откровено мнение поне от един човек. Това не е толкова лесно и не е за подценяване. Всъщност то е ключът към психотерапевтичния процес: двама души, които си казват истината; двама души, които слушат.

Как трябва да слушаме?

Карл Роджърс, един от значимите психотерапевти на двайсети век, е разбрал нещо много важно за слушането. "Болшинството от нас не умеят да слушат – пише той. – Ние предпочитаме да даваме оценки, защото слушането е прекалено опасно. Първото условие е да имаш смелост, а ние невинаги я притежаваме. Той е разбирал, че процесът на слушане може да има трансформиращ ефект. По този повод Роджърс забелязва: "Някои от вас може да вярват, че умеят да слушат внимателно, но нито веднъж да не са забелязали този ефект. В такъв случай най-вероятно не слушате по начина, за който говоря. Той предлага следващия път, когато се окажете въвлечени в спор, да опитате един кратък експеримент: "Прекъснете за малко дискусията и въведете следното правило: всеки участник може да защити позицията си, но преди това трябва да опише точно и ясно гледната точка и чувствата на този, който е говорил последно, и то така, че той да остане доволен". Тази техника се оказа изключително полезна и в личния ми живот,

²⁴² Rogers, C. R. (1952). "Communication: its blocking and its facilitation." ETC: A *Review of General Semantics*, 9, 83-88.

и в клиничната ми практика. Всеки път обобщавам нещата, които хората ми казват, а после ги питам дали съм разбрал правилно. В някои случаи те се съгласяват с направеното обобщение, а в други – предлагат малки поправки. От време на време се оказва, че съм разбрал всичко напълно погрешно. Но при всички положения е полезно да го знам.

Процесът на обобщаване съдържа няколко важни предимства. Първото е, че успяваш наистина да разбереш какво се опитва да каже другият. В тази връзка Роджърс отбелязва: "Звучи просто, нали? Но ако решите да опитате [да обобщите казаното от някой друг], ще установите, че това е едно от найсложните неща, които сте правили. Ако започнете наистина да разбирате другите, ако сте готови да навлезете в личния им свят и да откриете как изглежда животът през техния поглед, поемате риска това да ви промени. Възможно е да възприемете друга гледна точка и в резултат на това може да се промени светогледът и дори личността ви. Рискът да се променим е една от най-плашещите перспективи, които можем да си представим". Не се случва често някой да напише толкова полезни думи.

Процесът на обобщаване, и това е второто му предимство, помага на човек да консолидира паметта си и да извлече максимум полза от нея. Представете си следната ситуация: един клиент разказва дълга, криволичеща, емоционално заредена история, описваща тежък период от живота му. Обобщаваме я от началото до края. Историята става по-кратка. Сега тя остава в паметта на клиента (и в моята) именно във формата, която сме обсъдили. В редица отношения това вече е различен спомен, а ако имаме късмет – no-doбърспомен. Сега той е по-малко обременяващ. Съдържанието е съкратено и пресято до същината. Извлекли сме поуката от историята. Тя се превръща в описание на причините и последствията от случилото се. То е формулирано по такъв начин, че да сведе до минимум вероятността в бъдеще да се връщаме отново и отново към ужаса и болката от преживяното. "Ето какво се случи. Ето защо се случи. Ето какво трябва да направя, за да не се случи отново." Това е различен, полезен спомен. За това служи паметта. Ние не помним миналото, за да водим "прецизна хроника на събитията", а за да бъдем подготвени за бъдещето.

Третото предимство на метода на Роджърс е, че той затруднява използването на т.нар. "аргументи на сламеното плашило"²⁴³. Когато някой ви опонира, по всяка вероятност често се поддавате на изкушението да опростите, иронизирате или преиначите тезата му. Но това е безплодна игра, чиято цел е да навреди на противника и да ви спечели незаслужени дивиденти. В обратния случай, ако трябва да обобщите позицията на

 $^{^{243}}$ Вид логическа заблуда, при която реалната теза на опонента се подменя с фиктивна, която може да бъде оборена по-лесно. – E.np.

опонента си така, че той да приеме направеното обобщение, понякога се налага да изложите аргументите му много по-ясно и разбираемо, отколкото е съумял той. Ако се поставите на мястото на противника си и разгледате аргументите му от негова гледна точка, има голяма вероятност: 1) да откриете стойност в тях и да научите нещо; или 2) да заемете още по-твърда позиция срещу тях (ако продължавате да сте убедени, че са грешни) и да укрепите собствените си аргументи срещу допълнителни нападки. По този начин ставате много по-силни. Вече не е необходимо да преиначавате позицията на опонента си (и дори може да намалите пропастта, която ви разделя). Ще развиете и по-голяма устойчивост срещу собствените си съмнения.

Понякога отнема много време, докато стане ясно какво иска да каже говорещият. Причината за това е, че в доста случаи хората за пръв път изразяват на глас позицията си. В такъв момент мисълта неминуемо се отклонява и стига до задънени улици или се оплита в противоречиви и дори безсмислени твърдения. Това се дължи на факта, че говоренето (и мисленето) много често изискват да забравим, а не да си спомняме. Обсъждането на едно преживяване, особено ако е силно емоционално – например смърт или сериозно заболяване, – изисква да направим сложния избор какво да оставим зад гърба си. В самото начало на този процес много ненужни подробности биват облечени в думи. Говорещият, който е във властта на силни емоции, трябва да разкаже цялото преживяване до най-малките детайли. Едва тогава основното действие с неговите причини и последствия идва на фокус или придобива по-сбита форма. И едва тогава можем да извлечем поуката от историята.

Представете си, че един човек има в себе си цяла пачка стодоларови банкноти, като част от тях са фалшиви. За да различи истинските от фалшивите, този човек трябва да разпръсне всички банкноти върху масата, да ги разгледа една по една и да открие разликите между тях. Трябва да използвате същия методичен подход, когато изслушвате някой, който се опитва да намери решение на проблем или да изрази нещо важно. Ако захвърлите всички банкноти само защото сред тях има фалшиви (което бихте направили, ако бързате или не искате да положите усилие), никога няма да се научите да отделяте зърното от плявата.

Ако се научите да слушате, без да съдите прибързано, хората ще бъдат откровени с вас за всичко, което мислят, и много рядко ще прибягват до лъжи. Пригответе се да чуете най-различни неща, удивителни, абсурдни и любопитни. Ще водите разговори, които рядко ще бъдат отегчителни. (По този начин може да се определи дали слушате наистина. Ако разговорът е отегчителен, значи просто не слушате.)

Доминантност, йерархични маневри и остроумие

Говоренето невинаги означава мислене, както и слушането невинаги спомага за настъпването на промяна. Когато говорим или слушаме, ние се ръководим от най-различни мотиви, част от които предизвикват нежелани, неблагоприятни и дори опасни последствия. Такъв е разговорът между двама души, при който единият участник говори с ясното намерение да затвърди позицията си в йерархията на доминиране. Например единият започва да разказва интересна случка, съдържаща нещо достатъчно хубаво, лошо или смайващо, което си струва да бъде чуто. Другият, силно обезпокоен, че започва да губи позиции и да се превръща в по-неинтересната личност, набързо измисля нещо по-добро, по-лошо или по-смайващо, което да разкаже. Това няма нищо общо с приятелския словесен двубой, при който двама души изпитват остроумието си на едни и същи теми за забавление и на двамата (и на всички останали). Първата ситуация е ясен пример за нечестно печелене на позиции. Винаги се усеща, когато протича такова общуване. То поражда (у всички участници и присъстващи) неприятното чувство, че изреченото е фалшиво и преувеличено.

Има една сходна форма на разговаряне, при която никой от участниците не слуша какво казва другият, тъй като е зает да обмисля собствения си отговор. Този отговор обикновено се оказва извън темата, тъй като участникът, който няма търпение да вземе думата, просто не слуша. При това положение разговорът прилича на влак, който рязко спира — всички пасажери замлъкват учудени и се споглеждат неловко, след което или се разотиват, или пък някой подхвърля остроумна забележка и влакът отново потегля.

Възможен е и такъв разговор, при който един от участниците се стреми да докаже превъзходството на собствената си гледна точка. Това е друг вариант на разговора за печелене на доминантност. При този вид разговори, които често придобиват идеологически уклон, говорещият се опитва: 1) да принизи или осмее всяка теза, която противоречи на неговата; 2) да привежда само онези доказателства, които подкрепят тезата му; и 3) да впечатли слушателите (голяма част от които споделят същите идеологически убеждения) с твърдата обоснованост на твърденията си. Крайната цел е да спечели подкрепа за някаква твърде обща, унифицирана и силно опростена представа за света. Тоест целта на разговора е да покаже, че да не мислиш, е най-правилното поведение. Хората, които използват подобен начин на говорене, вярват, че победата в спора доказва правотата им и узаконява съмнителната структура на йерархията, с която се идентифицират. Найчесто, както може да се очаква, това е йерархията, в която са се издигнали

най-високо, или тази, която им приляга най-точно по темперамент. По този начин протичат почти всички дискусии на политическа или икономическа тема, като участниците в тях обикновено се опитват да затвърдят установеното положение, статуквото, вместо да се стремят да научат нещо ново или да възприемат различна нагласа (поне към новото). По тази причина и консерваторите, и либералите вярват, че възгледите им са очевидни сами по себе си и не се нуждаят от доказателство – особено когато тези възгледи стават прекалено крайни. Мненията, които се основават на емоциите, водят до предсказуеми заключения – но само ако пренебрегнем факта, че мненията имат свойството да се променят.

Описаните дотук разговори се различават съществено от онези, които изискват активно слушане. При този вид общуване участниците вземат думата един по един, докато всички останали слушат. Говорещият получава възможност да опише и обсъди някакво преживяване, обикновено неприятно или дори трагично. Всички останали реагират със съчувствие. Тези разговори са особено важни, защото, разказвайки какво се е случило, говорещият систематизира преживяното в ума си. Това твърдение е толкова важно, че си струва да бъде повторено: с помощта на разговора хората подреждат ума си. Ако няма на кого да разказват преживяванията си, това може да ги побърка. Също като някой "плюшкин", те не могат сами да се справят със собствения си безпорядък. Съдействието на общността е изключително важно за целостта на индивидуалната психика. Или с други думи: нужно е цяло село²⁴⁴, за да се организира един-единствен ум.

Много от това, което смятаме за нормална умствена дейност, е резултат от способността ни да използваме реакциите на другите, за да може сложният вътрешен Аз да работи правилно. Ние делегираме извън себе си проблема за здравия си разум. Затова главната отговорност на родителите е да възпитат социално приемливо поведение у децата си. Ако се държите по приемлив за другите начин, единственото, което трябва да направите, е да поставите себе си в някакъв социален контекст. Тогава хората сами ще ви покажат дали вашите действия и изказвания са правилни или погрешни. Те непрекъснато ви дават сигнали, като реагират с интерес или отегчение на нещата, които казвате, като се смеят или остават равнодушни към шегите ви, като ви дразнят или ви се подиграват, или просто реагират с повдигане на вежди. Универсалният стремеж да открием идеала е послание, което всеки от нас излъчва към другите. И ние взаимно се наказваме или награждаваме — точно до степента, в която поведението ни съответства на този стремеж. Разбира се, изключение правят случаите, когато умишлено си търсим белята.

 $^{^{244}}$ Перифраза на африканската поговорка: Нужно е цяло село, за да се възпита едно дете. – E.np.

Проявата на симпатия по време на откровен разговор показва уважение към говорещия и също, че проблемът, който описва, е важен, сериозен, разбираем и достоен за размисъл. Когато темата на разговора е конкретен проблем, мъжете и жените срещат затруднения в разбирането на другия пол. Много често мъжете биват упреквани, че бързат да "поправят нещата", преди въпросът да е обсъден докрай. Това, естествено, обърква мъжете, които обичат да решават проблемите и да бъдат ефективни (и към които жените се обръщат именно по тази причина). За читателите от мъжки пол може би ще е по-лесно да се убедят в недостатъците на този подход, ако се опитат да осъзнаят и да запомнят, че преди да бъде решен, проблемът трябва да бъде ясно формулиран. За разлика от тях, жените се стремят към формулиране на проблема. И по време на разговор те имат нужда разсъжденията им да бъдат изслушвани – и даже оспорвани, – за да се намери ясна и точна формулировка. Едва тогава проблемът, ако такъв остане, може да бъде успешно решен. (Трябва да се има предвид, че склонността за незабавно решаване на проблемите може да означава нежелание да се положат необходимите усилия за тяхното обсъждане и формулиране.)

Друг вид разговор е лекцията. Да, звучи странно, но лекцията също е разговор. Докато лекторът говори, публиката общува с него по невербален път. Учудващо голяма част от взаимодействието между хората – например предаването на най-различна емоционална информация – протича по този начин, с изразните средства на стойката на тялото и мимиките на лицето (убедихме се в това, когато говорихме за Фройд). Добрият лектор не просто съобщава факти (което е може би най-маловажната част от лекцията). Той разказва истории за тези факти, и то така, че да бъдат разбрани от публиката – дали са разбрани, той съди по наличието или липсата на интерес. Историята, която лекторът разказва, запознава слушателите не просто със самите факти, но и с ползата от тях – защо е толкова важно да научат определени неща, за които до този момент са били в неведение. Разкривайки значението на фактите, той показва на публиката как това познание може да промени поведението им или да повлияе върху начина, по който тълкуват света, така че да разберат как могат да избягват определени препятствия и да напредват по-бързо към онези цели, които са наистина важни.

От това следва, че добрият лектор говори *със* своите слушатели, а не *на* слушателите. За тази цел той трябва да следи внимателно всяко движение, всеки жест или звук, който издава публиката. Но забележете: *това не може* да се постигне с наблюдаване на публиката като такава. Добрият лектор се обръща директно към отделни отличителни членове ²⁴⁵ на аудиторията и

²⁴⁵ Стратегията да се обръщаш към отделни индивиди помага да предадеш по-добре посланието си, но и също да преодолееш страха от говорене пред публика. На никого не му харесва стотици преценяващи, критични погледи да се взират в него. Но почти

наблюдава техните реакции, вместо да следва стереотипа, според който лекторът "представя беседа" пред публиката. Този израз е напълно погрешен. Лекторът не представя. Той говори. "Беседата" не съществува сама по себе си, ако е лишена от спонтанност, сякаш е предварително записана. По същия начин не може да става дума за "публика", а за отделни индивиди, които следва да бъдат включени в разговора. Опитният, добре подготвен публичен оратор се обръща към някой конкретен представителен член на публиката и наблюдава дали този човек кима утвърдително, поклаща глава, мръщи се или излъчва объркване, и реагира съобразно тези конкретни жестове и изражения. След известно време той прехвърля вниманието си върху друг член на публиката и повтаря същата процедура. Така той си прави изводи и реагира на отношението на цялата публика (ако приемем, че това понятие изобщо съществува).

Има и друг вид разговори, чиято основна цел е демонстрация на остроумие. Тук също не липсва стремеж за доминиране, но основното намерение е да се отличиш като най-забавния събеседник (умение, от което печелят всички участници). Целта на тези разговори, както остроумно изтъкна един приятел, е да кажеш "нещо, което е или вярно, или забавно". Тъй като истината и чувството за хумор често вървят ръка за ръка, комбинацията между тях дава отличен резултат. Такива са разговорите между хората на физическия труд, при условие че са природно интелигентни. Участвал съм в някои наистина ловки словесни престрелки, изобилстващи от сарказъм, сатира, размяна на обиди и блестящи остроумия. По този начин общуваха много от хората, сред които съм израснал в Северна Албърта. На същото станах свидетел и в компанията на група "морски тюлени", с които се запознах в Калифорния. Те бяха приятели на мой познат, писател, който пише страшни истории за широката публика. Тези мъже бяха готови да кажат всичко, дори нещо ужасно, стига то да е забавно.

Неотдавна в Лос Анджелис присъствах на празненството за четиресетия рожден ден на същия този писател, на което беше поканен и един от споменатите тюлени. Няколко месеца преди това бяха открили сериозно заболяване на жената на писателя, което изискваше да се направи мозъчна операция. И когато той позвънил на приятеля си морски тюлен, за да го осведоми за неприятните обстоятелства, отбелязвайки, че вероятно ще отменят празненството, той отговорил: "Това е нищо в сравнение с моя проблем. Тъкмо си купих самолетен билет, за да дойда на партито, а билетът

R

всеки може да се справи със задачата да говори на един внимателен слушател. Съветвам ви да използвате тази стратегия, ако трябва да изнесете реч (още една ужасна фраза). Говорете на отделни хора от публиката и не се крийте зад трибуната, като гледате в земята, като си мърморите под носа или се извинявате за липсата на ерудиция или подготвеност. Не се крийте зад идеи, които не са ваши, или зад удобни клишета. - E.a.

е без право на връщане!". Не съм сигурен какъв процент от населението на земята ще прецени, че този отговор е смешен. Наскоро разказах този случай на едни от по-новите си познати и ми се стори, че бяха по-скоро шокирани и ужасени, отколкото готови да се разсмеят. Безуспешно се опитах да обясня, че шегата е израз на уважение към двойката, която според морския тюлен е достатъчно силна, за да приеме и преодолее трагедията. Убеден съм, че той е искал да покаже именно това уважение, и мисля, че го е направил особено остроумно. Шегата е толкова дръзка и провокативна, че граничи с чистото безумие – където е и границата с истински смешното. Писателят и жена му разбраха, че това е комплимент. Приятелят им знаеше, досетиха се те, че могат да понесат това... нека го наречем провокативно чувство за хумор. То беше проверка на силата на характера, която те издържаха с отличен.

Докато се местех от университет в университет и се изкачвах нагоре по образователната и социалната стълбица, забелязах, че тези разговори възникват все по-рядко. Не твърдя, че са присъщи на определена социална прослойка. Може би обяснението е съвсем просто и то е, че остарявам. Или просто приятелите, които човек си избира в зряла възраст, не притежават онази безумна близост и извратено чувство за хумор, характерни за ранните "племенни връзки". Когато се върнах на север, в родния си град, за да отпразнувам петдесетия си рожден ден, старите приятели ме накараха да се смея толкова много, че за да мога да се съвзема, на няколко пъти се наложи да изляза от стаята. Това са най-забавните от всички разговори и те наистина ми липсват. Те са като състезание по остроумие, в което не бива да изоставаш, защото в противен случай рискуваш да се превърнеш в прицел на същото това остроумие. И нищо не може да се сравни с удоволствието да измислиш най-добрата смешка, обида или ругатня. В тези разговори има само едно правило: не бъди скучен (макар че да унижаваш наужким, може да е също толкова болезнено, колкото да унижаваш наистина).

Разговорът като път към другия

Последният тип разговор, тясно свързан със слушането, представлява форма на взаимно изучаване. Той изисква всички участници да говорят и слушат поравно и позволява на всеки да изрази и систематизира мислите си. Темата на този вид разговори обикновено е сложна и представлява интерес за всички събеседници. Всеки от тях се опитва да реши някакъв проблем, вместо да настоява, че позицията му е вярна априори, и изхожда от презумпцията, че може да научи нещо. Тези разговори съставляват активната философия, най-висшата форма на мислене и най-добрата подготовка за правилен начин на живот.

Участниците в тях трябва да обсъждат онези идеи, които прилагат на

практика, за да систематизират възприятията си и да направляват своите думи и действия. Те трябва да бъдат екзистенциално ангажирани във философията, която изповядват. Това значи, че трябва да живеят според нея, а не просто да вярват в нея и да я разбират. Нещо повече, те трябва да обърнат наопаки, поне временно, обичайното човешко предпочитание на реда пред хаоса (тук нямам предвид хаоса, типичен за безсмисления бунт срещу обществото). Останалите форми на разговор – с изключение на тези, които включват активно слушане – са насочени към запазване на съществуващия ред. За разлика от тях, разговорите на взаимно изучаване изискват участниците в тях да бъдат хора, които са решили, че непознатото е по-добър учител от познатото.

Вие знаете точно толкова, колкото знаете, но то не е достатъчно – освен ако животът ви не е съвършен. Уязвими сте на болестите и самозаблудата, на нещастието, злобата и предателството, на порока, на болката и на собствените си ограничения. Вие сте подвластни на всички тези заплахи, защото сте прекалено невежи, за да се предпазите. Ако знаехте достатъчно, щяхте да бъдете по-здрави и по-честни, щяхте да страдате по-малко, да умеете да разпознавате злото и коварството, да им устоявате и дори да триумфирате над тях. Ако знаехте достатъчно, не бихте предали този, който ви е приятел, не бихте лъгали и мамили в бизнеса, в политиката или в любовта. С познанието, което имате сега, не се чувствате нито понито по-сигурни. Следователно съвършени, ПО определение TO недостатъчно – крайно, фатално недостатъчно.

Преди да се впуснете в какъвто и да е философски разговор, вие трябва да приемете факта, че не знаете достатъчно, вместо да убеждавате, потискате, доминирате или дори да се забавлявате. Необходимо е да го приемете, за да понесете разговора, който от психологическа гледна точка се ръководи от Словото, вечния посредник между реда и хаоса. За да бъдете част от такъв разговор, трябва да уважавате личния опит на всеки от участниците в него. Трябва да приемете, че заключенията им са добре обмислени, задълбочени и автентични (и че вероятно усилията, които са положили, са потвърждение за това). Трябва да вярвате, че ако споделят заключенията си с вас, ще избегнете поне част от болката, съпътстваща усвояването на тези знания от личен опит (тъй като усвояването им от опита на другите става по-бързо и по-безопасно). Освен това трябва да размишлявате, а не да кроите стратегии как да се домогнете до победата. Когато се проваляте или отказвате да приемете поражението, вие повтаряте автоматично онова, в което вярвате, като търсите потвърждение за неговата истинност и настоявате на своята правота. Но ако размишлявате в този разговор, значи вие слушате другия и думите ви отразяват новото автентично познание, което извира от най-дълбоките кътчета на душата му.

В такъв разговор да слушате другия, значи да слушате себе си. Вие описвате реакцията, която новата информация, споделена от говорещия, е предизвикала у вас. Съобщавате какъв ефект е произвела върху вас тази информация: какво ново сте осъзнали, по какъв начин е променила убежденията ви, какви нови въпроси е повдигнала. След това споделяте честно тези неща с говорещия. Те произвеждат същия ефект върху него. Така вие се придвижвате заедно към нещо ново, по-необятно и по-добро. Вие се променяте заедно, като оставяте старите убеждения да умрат, и от този процес излизате обновени.

В разговор като този говори и слуша самият стремеж към истината на двамата участници. Точно това го прави толкова жив, увлекателен, вълнуващ и смислен. Усещането за смисъл се долавя като отглас от най-дълбоката, найдревната част на вашата същност. Намирате се точно там, където трябва – стъпили здраво с единия крак в реда, докато с другия внимателно опипвате почвата на хаоса и непознатото. Така вие се потапяте в мъдростта на Дао и следвате великия Път на Живота. На това място вие сте достатъчно устойчиви, за да изпитвате сигурност, и достатъчно гъвкави, за да се променяте. Там вие позволявате на новата информация да ви информира – да подхрани вашата устойчивост, да възстанови и подсили основите ѝ и да разшири обсега ѝ. Там градивните елементи на вашето Битие се съчетават леко и хармонично. Тези разговори ви пренасят на онова място, на което ви пренася великата музика (и то по сходни причини). Това е мястото, където душите се свързват – място, което е напълно реално. А когато приключи, разговорът ви оставя с мисълта: "Това си струваше. Наистина успяхме да се опознаем". Маските са паднали, разкривайки истинските лица отдолу.

Така че слушайте — и себе си, и онези, с които разговаряте. Тогава мъдростта ви се изразява не само в познанието, което вече имате, но и в постоянното търсене на познание. А това е най-висшата форма на мъдрост. Затова и жрицата на Делфийския оракул в Древна Гърция говорела с почит за Сократ, който винаги търсел истината. Тя го описвала като най-мъдрия сред живите, защото той знаел, че нищо не знае.

Слушайте. И приемете, че събеседникът ви може да знае нещо, което вие не знаете.



ПРАВИЛО 10. ИЗРАЗЯВАЙТЕ СЕ ТОЧНО И ЯСНО

Защо лаптопът ми е остарял?

Какво виждате, щом погледнете компютъра си — или по-точно лаптопа си? Виждате тънка, плоска, сиво-черна кутия. Или по-малко вероятното — предмет, на който пишете и в който се взирате. Но даже в такъв случай това, което виждате, не е самият компютър. Сиво-черната кутия представлява компютър — може би много скъп компютър — само в този момент, тук и сега. Съвсем скоро обаче той ще се превърне в нещо, което толкова малко отговаря на определението за компютър, че ще ви бъде трудно дори да го подарите.

След по-малко от пет години този лаптоп ще свърши на боклука, дори все още да работи перфектно — дори екранът, клавиатурата, мишката и процесорът да изпълняват задачите си безупречно. След петдесет години лаптопите от началото на двайсет и първи век ще будят същото учудване като научните прибори от месинг, използвани в края на деветнайсети век. Днес тези прибори приличат на тайнствени алхимически принадлежности, служещи за изучаване на явления, чието съществуване вече даже не забелязваме. Как е възможно обаче едни високотехнологични устройства, всяко от които притежава компютърна мощност, по-голяма от тази на цялата космическа програма "Аполо", да се обезценят за толкова кратко време? Как е възможно от вълнуващи и полезни машини, символ на престиж, така бързо да се превърнат в купчина боклук? Причината се състои в естеството на нашите възприятия и в често невидимото взаимодействие между тези възприятия и изначалната сложност на света.

Вашият лаптоп е като отделна нота в симфонията, която в този момент се свири от един колосално голям оркестър. Той е съвсем мъничка част от едно много по-голямо цяло. В огромна степен източникът на неговите възможности се намира извън твърдата му обвивка. Той изпълнява функциите си благодарение на множество други технологии, които в този момент работят в сложна хармония помежду си. Например той се захранва от електрическа мрежа, чието функциониране е зависимо по един невидим начин от стабилността на какви ли не сложни физични, биологични, икономически и междуличностни фактори и системи. Фабриките, които произвеждат необходимите за него части, все още работят. Операционната система, от която зависи всяка негова функция, е разработена въз основа на тези части, а не на други, които засега не са създадени. Видеокартата му поддържа точно този вид технология, който се използва и от пълните с идеи

хора, публикуващи видеосъдържание в мрежата. Вашият лаптоп е в непрекъсната комуникация с определена, специфична екосистема от найразлични устройства и мрежови сървъри.

И накрая, всичко това става възможно благодарение на един още поневидим елемент: социалния договор на доверие – взаимносвързаните и принципно честни политически и икономически системи, които превръщат надеждната електрическа мрежа в реалност. Тази взаимозависимост между частите и цялото, невидима в работещите системи, става очевидна в неработещите. Системите от по-висш порядък, които създават условия за използването на персонални компютри, почти не съществуват в корумпираните страни от Третия свят, където електроинсталации, ключове, контакти и други пособия, показателни за наличието на електрическа мрежа, липсват или са дотолкова повредени, че едва осигуряват електричество в домовете на хората и в предприятията. В най-добрия случай електронните и други устройства, които на теория се захранват с електричество, трудно могат да бъдат възприети като отделни функциониращи единици, а в най-лошия възприемането им като такива е напълно невъзможно. Една от причините е техническата необезпеченост: системите просто не работят. Но в немалка степен това се дължи на липсата на доверие, характерна за систематично корумпираните общества.

Казано по друг начин, това, което смятате за свой компютър, е като отделното листо на едно дърво в цяла гора. Или по-точно, като ефирното усещане, когато прокарвате пръсти по същото това листо. Ако го откъснете от дървото, за кратко то може да се възприеме като отделна, автономна същност, но това възприятие е повече измамно, отколкото реално. След няколко седмици листото ще изсъхне и ще се разпадне. Ако не беше дървото, него изобщо нямаше да го има. Без това дърво то не може да продължи да съществува. Както листото зависи от дървото, така и вашият лаптоп зависи от света. Това, което представлява, неговата истинска същност, се простира извън физическите му очертания до такава степен, че само след няколко години устройството, което сега държите в скута си, вече няма да отговаря на представите за компютър.

Така е с почти всяко нещо, което виждаме и можем да докоснем. Просто невинаги е толкова очевидно.

Инструменти, препятствия и разширяване на Аза

Когато наблюдаваме света, ние смятаме, че виждаме обекти или предмети, но в действителност не е така. Човешката система от възприятия превръща взаимносвързания, сложен и многопластов свят, който обитаваме, не толкова в *предмети* сами по себе си, колкото в *полезни* предмети (или обратното,

предмети, които пречат). Това е необходимото практично опростяване на света. Чрез тясната определеност на предназначението ние преобразуваме почти безкрайната сложност на веществения свят. Ето как конкретното виждане помага на света да се разкрива по един разбираем начин. Това е съвсем различно от обективното възприемане на предметите.

Опознавайки веществения свят, ние не виждаме безполезни обекти, на които едва по-късно приписваме смисъл. Ние директно възприемаме тяхното предназначение. Виждаме пода, по който можем да вървим, вратата, през която можем да преминем, и стола, на който можем да седнем. Тъкмо затова към последната категория спадат и фотьойлът, и горският пън, макар че едното по нищо не прилича на другото. Ние виждаме камъка, защото можем да го хвърлим, облака, защото от него може да завали, ябълката, защото става за ядене, и чуждите автомобили, защото ни засичат и дразнят. Всъщност ние виждаме инструменти и препятствия, а не обекти или предмети. Нещо повече, ние виждаме инструментите и препятствията, които са ни "под ръка", в непосредствената околна среда, и това ги прави особено полезни (или опасни) от гледна точка на нашите нужди, способности и ограничени възприятия. Светът се разкрива пред нас като нещо, което можем да използваме, или като среда, в която можем да се придвижваме – а не като нещо, което просто съществува.

Ние виждаме лицата на хората, с които разговаряме, защото се налага да общуваме и да взаимодействаме с тези хора. Но не виждаме микрокосмоса от клетки, клетъчни органели, молекули и атоми, които ги изграждат. Не виждаме и макрокосмоса, който ги заобикаля: членовете на семейството и приятелите, образуващи непосредствения им социален кръг, икономиката, в която участват, и цялата околна среда, която обитават. И последно, но също толкова важно, ние не ги възприемаме в целия ход на времето. Възприемаме ги в тясното, непосредствено и вълнуващо сега, а не на фона от всички вчерашни и утрешни дни, които също са част от тях, може би много по-важна от това, което са сега. Това е единственият начин, по който можем и трябва да възприемаме света. В противен случай бихме се побъркали.

Наблюдавайки света около нас, ние виждаме точно толкова, колкото е достатъчно, за да предприемаме действия и да реализираме плановете си.

²⁴⁶ Относно класическата теория по този въпрос виж: Gibson, J.J. (1986). *An ecological approach to visual perception*, New York: Psychology Press. Относно връзката между език и действие виж: Floel, A., Ellger, T., Breitenstein, C. & Knecht, S. (2003). "Language perception activates the hand motor cortex: implications for motor theories of speech perception." *European Journal of Neuroscience*, 18, 704-708. За по-обща информация относно връзката между действие и възприятие виж: Pulvermuller, F., Moseley, R.L., Egorova, N., Shebani, Z. & Boulenger, V. (2014). "Motor cognition-motor semantics: Action perception theory of cognition and communication." *Neuropsychologia*, 55, 71-84.

Това "достатъчно" е действителността, която обитаваме. Това е радикално, функционално и несъзнателно опростяване на света — тоест нашата представа за света, която съвсем естествено бъркаме с обективния свят. Но предметите, които виждаме, присъстват наоколо и с друга цел, различна от субективната, конкретна цел на нашето опростено възприятие. ²⁴⁷ Те съществуват в сложна, разностранна взаимовръзка, а не като очевидно отделни, самостойни, независими предмети. Ние възприемаме не самите предмети, а тяхната практическа полза и предназначение, и така ние ги опростяваме достатъчно, за да станат достатъчно разбираеми. *Именно затова е толкова важно да определяме точно и ясно целите си.* В противен случай ще се изгубим в сложната реалност на заобикалящия ни свят.

Това се отнася и за начина, по който възприемаме себе си, своята индивидуална личност. Заради особеностите на нашето възприятие ние смятаме, че повърхността на кожата е границата, където свършва личността. Но ако се замислим, ще осъзнаем колко условна е тази граница. Щом се промени контекстът, в който се намираме, се променя и това, което е вътре в нас, в обвивката на кожата. Когато извършваме дори най-елементарното действие, като това да вземем отвертка, мозъкът автоматично прави нужните настройки, за да включи отвертката в очертанията на тялото ни. ²⁴⁸ С края на отвертката ние можем буквално да "опипваме" предметите. Щом протегнем ръката, в която държим отвертката, ние автоматично вземаме предвид и нейната дължина. С върха ѝ можем да изследваме всякакви отвори и процепи и да разбираме какво "напипваме". Освен това моментално приемаме като "нашата" отвертка отвертката, която държим, И собственическо чувство. Това се отнася и за другите, много по-сложни инструменти, които използваме в далеч по-сложни ситуации. Автомобилът, който шофираме, незабавно и автоматично се превръща в част от нас. Ето защо, ако ядосаме някой минувач и той удари с юмрук по покрива, ние го приемаме лично. А това невинаги е разумно. Но без да разширим своя Аз,

 $^{^{247}}$ Ето защо ни отне толкова много време, за да конструираме роботи, които могат да функционират самостоятелно в нашия свят. Процесът на възприемане е много посложен, отколкото допускаме въз основа на прекия, лесен достъп до собствените ни възприятия. Всъщност този процес е толкова сложен, че става причина началните разработки в областта на изкуствения интелект да се прекратят окончателно (в онзи период), щом изследователите откриват, че лишеният от тяло абстрактен разум не може да реши дори най-елементарния ежедневен проблем. Но в края на 80-те и началото на 90-те години пионери като Родни Брукс изказват предположението, че физическото действие е необходимо условие, за да може разумът да раздроби света на разбираемо малки части, и тогава революцията на изкуствения интелект отново набира увереност и инерция. – E.

²⁴⁸ Cardinali, L., Frassinetti, F., Brozzoli, C., Urquizar, C., Roy, A.C. & Fame, (2009). "Tooluse induces morphological updating of the body schema." *Current Biology*, 12, 478-479.

включвайки в него и автомобила, би било невъзможно да шофираме.

Разтегливите граници на нашия Аз могат да обхващат и други хора – членове на семейството, партньори и приятели. По тази причина майката е готова да се пожертва за децата си. Възприемаме ли баща си, сина си или партньора си като неделима част от нас, каквато е ръката ни например? На този въпрос можем да си отговорим отчасти, като се запитаме: Кое сме посклонни да изгубим? Кое бихме пожертвали, за да запазим другото? Ние се упражняваме в това постоянно разширяване – в тази трайна обвързаност, – като се идентифицираме с измислените герои от книгите и филмите. Техните успехи и загуби бързо и убедително се превръщат в наши. Може да седим на дивана вкъщи и в същото време да странстваме из множество алтернативни реалности, като се учим да разширяваме своя Аз и изпробваме най-различни възможни пътеки, преди да изберем тази, по която ще поемем. Потопени в измисления свят, можем да се превърнем в създания, каквито дори не съществуват. В магичното пространство на киното с едно мигване на окото можем да станем всевъзможни фантастични същества. Обгърнати от мрака на киносалона, пред ярко примигващите образи ние се превръщаме във вещици, супергерои, извънземни, вампири, лъвове, елфи или дървени марионетки. Чувстваме това, което чувстват и те, и с радост си плащаме за тази привилегия дори когато изпитваме мъка, страх или ужас.

Същото явление, но в много по-крайна форма, се наблюдава и когато се идентифицираме не с отделен герой от измислена история, а с цяла група от хора — например по време на състезание. Замислете се какво става, когато любимият ви отбор спечели или изгуби важна среща срещу своя заклет противник. Печелившият гол вдига на крака цялото множество от фенове в идеален синхрон, без всякакво участие на мисълта. Сякаш нервните им системи са свързани директно с играта, която се развива пред очите им. Феновете приемат много лично победите и пораженията на отбора си, носят фланелки с името на своя фаворит и често пъти отбелязват тези победи и поражения с много повече ентусиазъм от подобни събития, които "реално" се случват в живота им. Това идентифициране протича на много дълбоко ниво, включително на биохимично и неврологично. Тези заместващи преживявания за победа и поражение повишават или съответно понижават тестостерона при феновете, които "участват" в състезанието. 249 Способността да се идентифицираме се проявява на всяко равнище на Битието.

По същия начин, ако имаме силно развито патриотично чувство, държавата ни е не просто *важна* за нас. Държавата – това *сме* ние. Понякога, за да запазим нейната неприкосновеност, сме готови да пожертваме в битка

²⁴⁹ Bernhardt, P.C., Dabbs, J.M. Jr., Fielden, J.A. & Lutter, C.D. (1998). "Testosterone changes during vicarious experiences of winning and losing among fans at sporting events." *Physiology & Behavior*, 65, 59-62.

дори своя по-малък личен Аз. През по-голямата част от човешката история тази готовност за саможертва се приема с уважение като проява на храброст, като част от нашия човешки дълг. Този факт, колкото и парадоксално да звучи, е пряко следствие не от човешката агресивност, а от нашата изключително социална природа и готовност за съдействие. Когато в представата за себе си включваме семейството, отбора и страната си, тази готовност за съдействие се превръща в естествена реакция, произтичаща от същите дълбоко вкоренени механизми, които ни карат (и нас, и всички други същества) да защитаваме живота си.

Светът е прост само когато "работи" добре

Би било много трудно да разберем взаимносвързания хаос на реалността само чрез наблюдение. Това е изключително сложна задача, за която вероятно трябва да впрегнем половината от капацитета на мозъка си. В реалния свят всичко тече, всичко се променя. Всяка хипотетично отделна същност се състои от по-малки хипотетично отделни същности и едновременно с това е част от други по-големи хипотетично отделни същности. Границите между различните нива – и между самите предмети на дадено ниво – не са обективно различими, нито се подразбират от само себе си. Те трябва да бъдат установени прагматично и запазват своята обоснованост само при строго ограничени, специфични условия. Съзнателната илюзия на цялостното възприятие може да се поддържа – и да отговаря на целите ни – само когато всичко върви по план. В такъв случай това, което виждаме, е достатъчно достоверно и не е нужно да изследваме повече. За да шофираме безопасно, не е необходимо да разбираме, нито пък да виждаме сложното устройство на автомобила си. Тази невидима сложност може да се натрапи на вниманието ни само когато това устройство спре да работи или когато неочаквано се блъснем в нещо (или нещо се блъсне в нас). Но дори в случай на обикновена механична повреда (да не говорим за сериозен инцидент) това натрапване винаги се усеща, или поне в началото, като пристъп на тревожност. Това е следствие от внезапно появилата се несигурност.

Автомобилът, по начина, по който го възприемаме, не е нито предмет, нито обект. Той е нещо, което ни придвижва до желаното място. Реално погледнато, едва когато спре да ни придвижва и да работи, започваме изобщо да го възприемаме. Едва когато колата ни внезапно "откаже" – или попадне в катастрофа и трябва да бъде изтеглена от платното, – ние сме принудени да разберем и анализираме огромното количество части, от които зависи колата "като нещо, което се движи". Щом тя се повреди, невежеството ни по отношение на нейната сложност веднага излиза наяве. Това има както практически последствия (не се очертава да стигнем до мястото, където

отиваме), така и психологически: душевният ни покой се изпарява заедно с нашия автомобил. При това положение трябва да се обърнем към специалистите, населяващи гаражи и сервизи, за да възстановят и функционалността на превозното средство, и простотата в нашите възприятия. В този случай механикът влиза в ролята на психолог.

Именно тогава бихме могли да разберем (макар че рядко си правим труда да се замислим), че способността ни да виждаме е потресаващо ограничена, а произтичащото от нея разбиране – неадекватно. В момент на криза, когато нещо спре да работи, ние се обръщаме към хората, чиято компетентност значително надхвърля нашата собствена, за да възстановят съответствието между желаните очаквания и строгата действителност. Това означава също, че повредата на колата може да ни принуди да се изправим срещу поширокия социален контекст – обикновено невидим за нас, – част от който са машината и механикът. Предадени от автомобила си, ние се изправяме пред цял куп неизвестни. Дали не трябва да сменя автомобила? Не допуснах ли грешка, когато го купувах? Механикът честен и компетентен ли е, може ли да му се вярва? Надежден ли е сервизът, в който работи? Понякога трябва да разширим обхвата и дълбочината на въпросите и да обмислим нещо полошо: може би пътищата са станали прекалено опасни; може би аз съм станал (или винаги съм бил) некомпетентен; може би съм прекалено разсеян и невнимателен; може би просто остарявам. Ограничеността на всички наши възприятия за веществения свят и за самите нас се проявява, когато нещо, от което обикновено сме зависими в нашия опростен свят, излезе от строя. Тогава по-сложният свят, който винаги е съществувал, но е бил невидим и удобно пренебрегван от нас, напомня за присъствието си. Това е моментът, в който защитената градина, която обитаваме в архетипен смисъл, изважда наяве своите скрити, но неизменно съществуващи змии.

Човекът е разбираем и прост само когато светът "работи" добре

Когато нещата се разпадат, в нашия свят нахлува онова, което сме пренебрегвали. Когато вещественият свят започне да губи своята определеност и ясно предназначение, стените рухват и хаосът недвусмислено напомня за себе си. Когато сме били нехайни и сме оставили нещата на самотек, проблемът, на който не сме обърнали внимание, назрява критично, приема формата на змия и нанася удар, обикновено в най-неподходящия момент. Точно тогава разбираме от какви беди може да ни предпазят целенасоченото намерение, точната цел и изострената бдителност.

Представете си една жена, която е добра и предана съпруга. Внезапно тя открива доказателство за изневярата на мъжа си. Тя е била до него и го е

подкрепяла дълги години. Виждала е в него това, което е очаквала да види: един достоен за доверие, трудолюбив и любящ съпруг, на когото може да се опре. Вярвала е, че бракът ѝ е здрав и сигурен като скала. Но изведнъж мъжът ѝ спира да я забелязва, изглежда разсеян. И най-показателното, остава до късно на работа. Всичко, което жена му казва или прави, започва да го дразни без причина. Един ден тя го вижда случайно в едно кафене в центъра на града. Той е в компанията на друга жена и се държи с нея по начин, за който трудно може да се даде рационално обяснение, но не може и да се пренебрегне. Изведнъж става болезнено очевидно колко ограничени и погрешни са предишните ѝ възприятия.

Теорията за съпруга ѝ се сгромолясва. Какво се случва в резултат на това? Преди всичко мъжът, когото е познавала, вече го няма и на негово място се появява един непознат, който я обърква и плаши. Това е достатъчно страшно, но е само част от проблема. Вследствие на предателството се сгромолясва и теорията, която е имала за самата себе си, и този факт я изправя не пред един, а пред двама непознати. Оказва се, че съпругът ѝ не е този, за когото го е смятала. Но същото се отнася и за нея, предадената съпруга – тя вече не е предишната "обичана, закриляна и уважавана жена". И колкото и да е странно, може никога да не е била (въпреки типичната човешка вяра в трайната неизменност на миналото).

Макар че вече се е случило, миналото невинаги е това, което е било. Настоящето е хаотично и неопределено. Почвата под краката ни (и под краката на тази жена) е несигурна и нестабилна. По същия начин бъдещето, което все още не дошло, се променя в нещо, което не е трябвало да бъде. В какво се е превърнала предишната сравнително доволна от живота си съпруга: в "измамена жертва" или в "лековерна глупачка"? Как трябва сега да гледа на себе си? Каква е тя: невинна жертва или съучастница в една съвместно изплетена заблуда? Ами съпругът ѝ? Той какъв е? Неудовлетворен любовник? Обект на съблазън? Патологичен лъжец? Или самият дявол? Как е могъл да постъпи толкова жестоко? Как може някой да постъпи толкова жестоко? Как е живяла с такъв човек? Как може да е била толкова наивна? Как може някой да е толкова наивен? Тя се поглежда в огледалото. Коя е тя? Какво се случва? Има ли поне едни отношения в живота ѝ, които да са истински? Имала ли е някога такива отношения? Какво бъдеще я очаква? Всичко се обръща с главата надолу, когато се сблъскаме с дълбоката реалност на света, в който живеем.

Животът е по-сложен, отколкото можем да си представим. Всяко нещо е свързано и се влияе от всичко останало. Ние виждаме само един строго ограничен фрагмент от причинно-следствената матрица, като се стараем с всички сили да избегнем осъзнаването на тази ограниченост. Но когато нещо важно се обърка, тънката обвивка на достатъчното възприятие бързо се

пропуква. И тогава трябва да се изправим пред ужасната неадекватност на нашите сетива. Всичко, на което държим, става на пух и прах. Ние сме ужасени и вцепенени. И какво виждаме тогава? Накъде да отправим поглед, след като именно това, което виждаме, се оказва недостатъчно?

Какво виждаме, когато не знаем какво гледаме?

В какво място се превърна светът след рухването на кулите близнаци? Какво остана от него, ако изобщо е останало нещо? Какво е това страшно чудовище, надигащо се от руините, когато невидимите колони, на които се крепи световната финансова система, започнат да се клатят и да се рушат? Какво виждаме, когато сме пометени от огнената ярост на национал-социалистическите протести или когато сме парализирани от страх от масовото клане в Руанда? Какво виждаме, когато не разбираме какво се случва с нас, когато не можем да определим къде се намираме, когато вече не знаем кои сме и не проумяваме какво ни заобикаля? Това, което не виждаме, е познатият и успокояващ свят на полезните предмети, на отделните личности. Не виждаме дори познатите ни препятствия – достатъчно неприятни при нормални обстоятелства, но въпреки това преодолими.

Това, което възприемаме със сетивата си, когато нещата започнат да се разпадат, вече не е състоянието на обитаем ред, а tohu va bohu – безформената пустота, и tehom – бездната (казано на библейски език)²⁵⁰. Това е хаосът, който се крие под крехката повърхност на нашата сигурност. Именно от този хаос, чрез Словото, Бог извлича реда в началото на времето, твърдят най-старите мнения, изразени от човечеството (и отново според тях всички ние, мъже и жени, сме създадени по образ и подобие на същото това Слово). От този хаос произлиза и всяка стабилност, която сме имали щастието да изпитаме в самото начало, за един много кратък период от време, когато сме се учили да възприемаме света. Хаосът е това, което виждаме (но невинаги с очите си), когато нещата започнат да се разпадат. Какво означава всичко това?

Извънредно, непредвидено обстоятелство: това е внезапната поява от неизвестното на някакъв непознат досега феномен (от гръцката дума *phainesthai* – показвам се, изниквам). Това е завръщането на вечния дракон, който се пробужда във вечната си пещера, щом вековният му сън е нарушен. Това е подземният свят, от чиито дълбини се надигат чудовища. Как да се

 $^{^{250}}$ От иврит *tohu va bohu* и *tehom* означават съответно "пуста и неустроена" и "бездна". В Битие 1:2 се казва: "А земята беше пуста и неустроена и тъмнина покриваше бездната". – E.np.

подготвим за едно непредвидено явление, когато не знаем какво е то и откъде се е появило? Как да се подготвим за катастрофата, когато не знаем какво да очакваме и как да действаме? Като оставим разума настрана и се обърнем към мъдростта на тялото, колкото и бавен и мъчителен да е този процес. Тялото реагира много по-бързо от ума.

Когато всичко около нас се разпада, възприятията ни изчезват и ние пристъпваме към действие. Древните рефлекси, еволюирали в течение на стотици милиони години, за да станат автоматични и ефикасни, могат да ни предпазят в критични моменти, когато се парализира и мисленето, и способността да възприемаме. В такива ситуации тялото се подготвя за всички потенциални възможности. ²⁵¹ Най-напред ние се вцепеняваме. След това рефлексите преминават в емоции, което е следващият етап на възприятие: Това нещо страшно ли е? Или е нещо полезно? Нещо, с което трябва да се преборя? Или нещо, което мога да пренебрегна? Не знаем обаче как (и кога) можем да определим това. В този момент се намираме в състояние на повишена готовност. В кръвообращението нахлуват кортизол и адреналин. Сърдечният ритъм се ускорява. Дишането се учестява. С ужас осъзнаваме, че усещането за компетентност и пълнота ни е напуснало – било е само сън. Разчитаме единствено на своите физически и психологически ресурси (ако изобщо ги имаме), които съхраняваме точно за такива моменти. Подготвяме се за най-лошото – или за най-доброто. Настъпваме яростно педала на газта и едновременно с това натискаме спирачката. Крещим с всички сили или се смеем. Изпитваме отвращение или ужас. Плачем. И тогава започваме да изучаваме хаоса, разделяйки го на части.

Но да се върнем на измамената съпруга, която се чувства отчаяна и усеща необходимост да разкрие цялата истина — пред себе си, пред сестра си, пред най-добрата си приятелка, пред случаен непознат в автобуса. Или пък потъва в мълчание, като премисля случилото се отново и отново, но напразно. Какво се обърка? Нещо непростимо ли направи? С какъв човек беше живяла толкова време? Що за свят е това, в който е възможно да се случват такива неща? Що за Бог би създал подобно място? Има ли смисъл да разговаря с този непознат човек, който я кара да кипи от ярост и който само на пръв поглед прилича на нейния съпруг? Какво е отмъщението, което би уталожило яростта ѝ? Кого да прелъсти, за да отвърне на оскърблението?

²⁵¹ Част от този въпрос е разгледан подробно тук: Gray, J. & McNaughton, N. (2003). *The neuropsychology of anxiety: An enquiry into the functions of the septalhippocampal system*. Oxford: Oxford University Press. Виж също: Peterson, J.B. (2013). "Three forms of meaning and the management of complexity." In T. Proulx, K.D. Markman & M.J. Lindberg (Eds.). The psychology of meaning (pp. 17-48). Washington, D.C.: American Psychological Association; Peterson, J.B. & Flanders, J.L. (2002). "Complexity management theory: Motivation for ideological rigidity and social conflict." *Cortex*, 38, 429-458.

Емоциите ѝ непрекъснато се менят: яростта отстъпва пред ужаса, ужасът преминава в сковаваща болка, а болката – във възбуда от всички възможности, които крие новооткритата свобода.

Здравите основи на брака, в който е намирала сигурност, са се оказали крехки, нестабилни и крайно несигурни. Домът ѝ се е оказал построен не върху скала, а върху основа от пясък. Ледът, по който стъпва, се оказва прекалено тънък. Сега той се е пропукал и тя се дави в студените води под него. Ударът, който ѝ е нанесен, е толкова жесток, че тя се чувства безсилна пред завладелите я гняв, ужас и скръб. Усещането, че е предадена, се разраства до такава степен, че поглъща целия ѝ свят. Къде се намира сега? В подземния свят, в света на безкрайния ужас. Как се озова тук? Това преживяване, това пътуване към най-дълбоката структура на нещата също е възприятие, в неговата най-първична форма. Цялата тази подготовка, премислянето на това, което е можело или все още може да бъде, нахлуващите емоции и фантазии – всичко това е част от дълбокото възприятие, което е необходимо, за да може познатите предмети да се появят отново (ако това изобщо се случи) в обичайната за тях удобна и опростена форма. Това е възприятието, което е нужно, за да може хаосът от възможности отново да намери изява във функционалните реалности на реда.

"Наистина ли беше неочаквано?" – пита се тя, пита и другите, връщайки се назад. Трябва ли да се чувства виновна, че е пропуснала предупредителните знаци, дори да са били незабележими, дори да е искала да ги пропусне? Когато се ожениха, спомня си тя, всяка нощ, абсолютно всяка нощ, лягаше до мъжа си, нетърпелива да правят любов. Може би е прекалено сега да очаква същото, но пък... един-единствен път за последните шест месеца! А преди това – веднъж на два-три месеца, в продължение на няколко години. Нима някой от хората, които наистина уважава – включително и самата тя, – би се примирил с подобно положение?

Има една детска книжка, написана от Джак Кент, която много харесвам. "Дракони не съществуват" съвсем обикновена приказка, но само при повърхностен прочит. Веднъж прочетох малкото на брой страници на група бивши студенти, завършили Университета на Торонто, и обясних символичното ѝ значение събужда се разказва за малко момче на име Били Биксби, което една сутрин се събужда и забелязва, че на леглото му седи дракон. Драконът е голям колкото домашна котка и изглежда дружелюбен.

²⁵² Kent, J. *There's No Such Thing as a Dragon*. Книгата не е преведена на български. – *Б.пр*.

 $^{^{253}}$ Записът на лекцията *Peterson*, *J.B.* (2002). Slaying the Dragon Within Us. Lecture, първоначално излъчван по TVO, е наличен на адрес: https://www.youtube.com/watch?v=REjUkEj1O_0 – E.a

Момчето отива да разкаже на майка си, но тя му обяснява, че дракони не съществуват. Малкият дракон започва да расте. Той редовно изяжда палачинките на Били и не след дълго изпълва цялата къща. Когато се опитва да изчисти с прахосмукачка, майката влиза и излиза от стаите през прозорците, защото драконът е просто навсякъде. Отнема ѝ цяла вечност, докато изчисти. Един ден драконът решава да избяга заедно с къщата. Бащата на Били се връща от работа и открива, че там, където преди е стоял домът му, сега няма нищо. Пощальонът го упътва в каква посока е видял да изчезва къщата и таткото хуква да я гони. Когато настига дракона, той се покатерва на главата му (която вече се подава навън) и движейки се по шията му, успява да пропълзи вътре при жена си и детето си. Майката продължава да твърди, че дракони не съществуват, но Били, на когото вече му идва до гуша, възразява уверено: "Мамо, това тук е дракон". Изведнъж драконът започва да се смалява и отново става с размерите на домашна котка. Тогава всички се съгласяват, че драконите с такава големина: 1) наистина съществуват и 2) са за предпочитане пред гигантските си себеподобни. Майката, неохотно прогледнала за този факт, започва да се вайка защо драконът е трябвало да става толкова голям. "Може би е искал да го забележат" – спокойно отвръща Били.

Може би! Това е поуката в много приказки и истории. Хаосът прониква в семейството малко по малко. Постепенно се натрупва взаимно разочарование и недоволство. Нерешените проблеми се замитат под килима, където драконът се храни до насита. Когато взаимоотношенията и взаимно договореният ред в семейството се оказват неадекватни или се разпадат, щом се случи нещо неочаквано или застрашаващо, никой не казва нищо, всеки се прави на безстрашен. Общуването изисква да признаеш най-страшните си емоции: негодувание, ужас, самота, отчаяние, ревност, безсилие, омраза, отегчение. За всички обаче е по-лесно да поддържат мира. Междувременно в дома на Били Биксби, и в много други като него, драконът расте ли расте. Докато един ден той неочаквано приема форма, която вече никой не може да пренебрегне. Той изтръгва дома от основите му. Тогава идва изневярата или започва безкраен спор за родителските права с пагубни финансови и психологически последствия. В този момент наведнъж се излива събираната отдавна жлъч, която би могла да се освобождава на малки дози, проблем по проблем, през годините, в които семейството е градило своя псевдорай. Всички тези стотици хиляди премълчани проблеми, които отричаме с лъжи и самозаблуди, които избягваме и крием като армия от скелети в един огромен ужасяващ килер, се надигат като библейския потоп и заливат всичко по пътя си. Но Ноев ковчег няма. Никой не се е сетил да го направи, въпреки че всички са предусещали надигащата се буря.

Никога не подценявайте разрушителната сила на греховете, които се

дължат на бездействие.

Може би разпадналата се двойка е трябвало да проведе един, два или двеста разговора за сексуалния си живот. Може би физическата близост, каквато несъмнено са споделяли, е трябвало да бъде допълнена от съответната психологическа близост – нещо, което често се подценява. Може би е трябвало да се разберат за ролята си в семейството. През последните десетилетия в много домакинства традиционното разделение на труда е премахнато, в немалка степен в името на свободата. Това обаче доведе не толкова до триумфално отхвърляне на ограниченията, колкото до хаос, конфликти и неопределеност. Бягството от тиранията понякога отвежда не в Райската градина, а в пустинята. Както знаем, пътуването през пустинята е безцелно и объркано, изпълнено с лишения. В отсъствието на традиция, опираща се на взаимното съгласие (и на произтичащите от нея ограничения, макар и нерядко неудобни или неразумни), съществуват три еднакво трудни възможности: робство, тирания или взаимно договаряне. Робът прави точно каквото му се казва – вероятно доволен, че не се налага да носи отговорност – и това е неговият начин да се справи с проблемите на сложната действителност. Но това е временно решение, защото робският дух рано или късно ще се разбунтува. От друга страна, деспотът заповядва на роба какво да прави и по този начин се справи със сложната действителност. Но това решение също е временно. Той ще започне да се отегчава от роба, защото в негово лице той не среща предизвикателство, а само предсказуемост и неприязнено покорство. Кой би могъл да живее така завинаги? Трайното решение е взаимното договаряне, което изисква и двете страни да признаят открито, че драконът съществува. Винаги е трудно да се изправиш срещу истината – дори когато драконът е прекалено малък, за да погълне рицаря, дръзнал да го предизвика.

Може би разпадналата се двойка е трябвало да определи ясно и точно представите си за желаното Битие. Обединявайки по този начин усилия, двамата биха могли да предотвратят момента, в който водите на хаоса прииждат неудържимо и ги поглъщат. Може би е трябвало да сторят именно това, вместо лениво и малодушно да повтарят: "Всичко е наред. Не си струва да воюваме за това". Но в брака има много малко неща, за които не си струва да воюваш. В брака вие сте обвързани от една клетва, която на теория е валидна докато един от двамата не умре. Смисълът на тази клетва е да ви накара да осъзнаете, че положението е дяволски сериозно. Нима искате тази дребнава взаимна нетърпимост да отрови всеки ден от брака ви, който може да продължи десетилетия?

"Това мога да го преглътна" – мислите си вие. И може би наистина трябва да преглътнете въпросното нещо, защото не може да се каже, че сте образец за търпимост. Ако например се оплачете, че смехът на партньора ви звучи

като стържене на нокти по черна дъска, той или тя съвсем заслужено може да ви прати по дяволите. Вероятно проблемът е във вас и е крайно време да пораснете, да се вземете в ръце и да се научите да си затваряте устата. От друга страна, ако партньорът ви наистина цвили като кон по време на сбирки и хората го гледат странно, може би трябва да отстоявате позицията си. При такива обстоятелства единственото средство за разкриване на истината е войната – войната, чиято цел е мирът. Вие обаче решавате да премълчите, защото сте добри, миролюбиви и търпеливи, както сами се опитвате да се убедите (но нямате представа колко далече сте от истината). А междувременно чудовището под килима продължава да расте.

Може би един откровен разговор за сексуалната неудовлетвореност — колкото и да е трудно да бъде започнат — би бил спасителната мярка, от която двойката се нуждае. Може би госпожата тайно желае смъртта на интимните отношения, защото дълбоко в себе си изпитва противоречиви чувства към секса. Кой знае, възможно е да си има причини за това. Може би господинът е ужасен, егоистичен любовник. А може и двамата да са такива. Нима не си струва да се изясни този въпрос, дори с цената на една битка? Нима това не е важна част от живота? Може би усилието да обърнат внимание на проблема и, защо не, да го разрешат си струва да изтърпят два ужасни месеца, през които и двамата изричат истината в очите на другия (но не с намерението да унищожат противника или да удържат победа, защото това вече няма да е истината — това ще бъде тотална война).

А може би проблемът не е в секса. Може би всеки разговор между съпрузите се изражда в досадна рутина, тъй като в живота им няма общи приключения, които да съживяват отношенията им. Може би с всеки изминал момент, с всеки следващ ден става все по-лесно да се отдават на тази рутина, вместо да поемат отговорност и да поддържат връзката си жива. Всяко живо нещо умира, особено ако е лишено от грижи. Животът означава да полагаш усилия и да поддържаш. Съвършеният партньор, връзката с когото не изисква непрекъснато внимание и грижи, не съществува (но дори да откриете идеалния човек, той или тя ще избяга с основателен ужас от някой толкова несъвършен като вас). Всъщност това, от което имате нужда – и което заслужавате, – е някой точно толкова несъвършен, колкото сте вие.

Може би този мъж, изневерил на жена си, е прекалено незрял и себичен. Може би егоизмът му е взел връх над всичко останало. А може би тя не е намерила достатъчно сили и твърдост, за да се противопостави на случващото се. Може би не е одобрявала неговия подход във възпитанието на децата и постепенно го е изолирала от живота им. Това може да му е дало повод да се отдръпне от неприятните отговорности. Може би омразата се е загнездила в сърцата на децата, които наблюдават тази подмолна война, страдат от негодуванието на майката и малко по малко се отчуждават от

добрия стар татко. Вечер може би му е поднасяла — или той на нея — изстинала храна, която се преглъща трудно. Може би пренебрегваният конфликт постепенно ги е изпълвал с взаимна ненавист, неизречена с думи, но намираща отражение във всеки жест и всяко действие. Може би всички премълчани проблеми са започнали да подкопават невидимите устои на брака. Може би уважението бавно се е превръщало в презрение, без никой да благоволи да забележи. А любовта мълчаливо се е превръщала в омраза.

Всяко нещо, което е изяснено и изразено, става видимо. Вероятно и двамата съпрузи не са искали нито да виждат, нито да разбират. Възможно е напълно съзнателно да са оставили всичко да тъне в мъгла. Или сами са създали тази мъгла, за да скрият онова, което не искат да видят. Какво е спечелила жената, превръщайки се от любовница в прислужница или майка? Изпитала ли е облекчение, щом сексуалният ѝ живот е приключил? Повече съжаление ли получава, оплаквайки се на съседката и на майка си от изневярата на мъжа си? Може би това ѝ носи тайно задоволство, каквото не може да ѝ даде дори най-приятната страна на брака, колкото и съвършен да е той. Кое може да се сравни с удоволствието от изтънчената и добре изиграна роля на мъченица? "Тя е истинска светица, но мъжът ѝ е проклетник. Заслужаваше нещо по-добро." Макар и несъзнателна, това е една приятна заблуда (а истината може да върви по дяволите). Може би никога не е харесвала мъжа си или мъжете по принцип. Може би виновна за това е майка ѝ или баба ѝ. Може да е възприела тяхното поведение, създавайки сама проблемите, предавани несъзнателно от поколение на поколение. Може би си отмъщава на баща си, на брат си или на обществото.

От друга страна, какво печели мъжът, когато сексуалният живот със съпругата му умира? Той също ли е склонен да се преструва на мъченик и да се оплаква на приятелите си? Мъжът не използва ли този факт като оправдание? Оправдание, за да си намери любовница. Оправдание за презрението, което изпитва към жените изобщо заради онези, които са го унижавали и отхвърляли, преди да се ожени. Оправдание, за да тъне в самосъжаление, да трупа килограми и да бездейства.

Или може би и двамата използват възможността да провалят брака си, за да си отмъстят на Господ (по всяка вероятност единственото Същество, което може да оправи забърканата каша).

Ето каква е ужасната истина: когато причините за разпадането на един брак биват съзнателно пренебрегвани и в резултат на това остават неразбрани, те се задълбочават и усложняват. И измъчват жената, предадена от мъжа си (но и от самата себе си), до края на живота ѝ. Същото се отнася и за мъжа. Какво е направила тя – той, те, ние, – за да се стигне дотам? Нищо. А това "нищо" означава: преструвай се, че не забелязваш, не реагирай, не обръщай внимание, не обсъждай, не анализирай, не полагай усилия в името

на мира, не поемай отговорност. Не се опитвай да се противопоставяш на хаоса, за да го превърнеш в ред. Просто невинно чакай. И хаосът неминуемо ще се надигне и ще те погълне. Само че в това няма нищо наивно или невинно.

Защо избягвате изясняването на отношенията, щом това неизменно и неизбежно отравя бъдещето? Защото зад всички разногласия и грешки дебне чудовището, което наистина съществува. Може би конфликтът, който водите (или не водите) с партньора си, бележи началото на края на вашите отношения. Вероятно отношенията ви приключват, защото някой от вас е лош човек. Това може да е една от причините. Не мислите ли? Следователно, вземайки участие в конфликта, необходим за решаването на всеки реален проблем, вие трябва да сте готови да се изправите едновременно пред две проявления на нещастието и провала. Това (потенциалната уязвимост на отношенията, на всеки вид отношения и на живота въобще) и адът (фактът, че и вие, и партньорът ви може да се окажете достатъчно лоши хора и да съсипете всичко с бездействието и злобата си). Да, имате най-различни причини да избягвате необходимия конфликт, но това не води до нищо добро.

Защо продължавате да бъдете неопределени, ако по този начин животът е безрадостен и е в застой? Защото, ако не знаете кой сте, можете да се криете зад съмненията си. Възможно е да се окаже, че не сте толкова лош, безотговорен и незначителен човек. Кой знае? Не и вие, разбира се. Особено ако отказвате да се замисляте за това и имате всички основания да не го правите. Но това, че не мислите за проблема, не значи, че той ще изчезне. По този начин вие просто заменяте конкретния, точен и сравнително кратък списък на своите истински грешки и недостатъци с много по-дългия списък на своите неизяснени, предполагаеми пороци и несъвършенства.

Защо отказвате да изследвате света, ако е вярно, че за да овладеете реалността (или поне да се сприятелите се с нея), първо трябва да я опознаете? Как защо? Ами ако се окаже, че действително има нещо гнило в Дания? Тогава какво? При това положение не е ли по-добре да живеете в умишлена слепота и да се наслаждавате на блаженото невежество? Така е, разбира се, но само при условие, че чудовището не съществува. Наистина ли вярвате, че е добра идея да отстъпите и да се унизите в собствените си очи, вместо да се подготвите и да посрещнете смело надигащата се вълна от проблеми? Смятате ли, че е разумно да не правите нищо и да оставите предстоящото бедствие невидимо да расте, докато вие се криете и спотайвате, парализирани от страх? Не е ли по-добре да се подготвите за битка, да наточите меча, да навлезете в тъмното и да изненадате лъва в леговището му? Възможно е... не, почти сигурно е, че ще пострадате. В края на краищата животът е страдание. Но раната може би няма да бъде фатална.

Ако просто стоите и чакате проблемът, който отказвате да изследвате, сам да почука на вратата ви, тогава ще си имате сериозни неприятности. Когато сте най-малко подготвени, ще се случи точно това, което най-малко желаете. Предизвикателството, срещу което не желаете да застанете, ще излезе на пътя ви, когато вие сте най-слаби, а то – по-силно от всякога. Това значи сигурно поражение.

Извил се в пръстени все по-широки, соколът не дочува соколаря. Нещата рухват, не държи средата, безвластието пуснато е само, и приливът от тъмна кръв е пуснат, и церемонията на невинността се дави. На най-добрите липсва убеждение, най-лошите със гъста страст са пълни. 254

Защо отказвате да дефинирате проблема, при положение че това може да направи възможно неговото разрешаване? Защото дефинирането на проблема е равносилно на това да признаете, че той съществува. За да определите проблема, трябва да си позволите да знаете какво искате от приятеля или партньора си. Но тогава вие ще знаете точно и ясно кога не го получавате. А това значи да ви заболи. И болката ще бъде остра и конкретна. Но така ще научите нещо и ще приложите наученото в бъдеще. Алтернативата на тази внезапна остра болка е бавната агония от постоянната безнадеждност, от неопределения провал и от чувството, че ценното време изтича като пясък между пръстите.

Защо отказвате да определите успеха? Защото, когато не давате определение на успеха (и така го приемате за невъзможен), вие също така отказвате да определите какво представлява провалът, за самите вас. От това излиза, че когато претърпите провал, вие няма да забележите и следователно няма да ви заболи. Но този номер няма да се получи! Не е толкова лесно да излъжете себе си — освен ако не сте непоправимо объркани. Ще изпитвате постоянно разочарование от собственото си Битие, а оттам — самопрезрение, и накрая — растяща омраза към света, който поражда (или изражда) всичко това.

 $^{^{254}}$ Уилям Бътлър Йейтс, "Второто пришествие"

Да, скоро откровение се чака, да, Второто пришествие се чака! Едва ли остарял е този израз, когато ме смущава странен образ, огромен образ на "Духа вселенски", там някъде във пясъчната пустош, със лъвско тяло и глава човешка, сив поглед, безпощаден като слънце, той движи бавни хълбоци, до него се мятат сенки на тревожни птици. Отново пада мракът, но аз зная, че каменният сън на двайсет века в кошмар оттласна люлката люляна. Какъв ли грозен звяр сега е плъзнал към Витлеем за свойто Рождество? 255

Какво ще стане, ако тази жена, предадена от мъжа си, най-сетне се реши, водена от отчаянието, да се изправи пред липсата на последователност между своето минало, настояще и бъдеще? Какво ще стане, ако най-сетне реши да оправи безпорядъка – нещо, което е отбягвала да направи досега, – въпреки че никога не е била толкова слаба и толкова объркана? За нея това ще е усилие, което би могло почти да я убие (макар че пътят, по който е поела, е много по-страшен от смъртта). За да се прероди, за да стане отново истинска, тя трябва много внимателно да си изясни каква е реалността, от която толкова удобно, но и опасно, се е крила зад завесата на невежеството и на измамното спокойствие. Тя е длъжна да разграничи конкретните особености на своята лична катастрофа от принципно непоносимото състояние на Битието, и то в момент, когато всичко в нейния свят е разрушено. Всъщност не всичко, разрушени са само конкретни неща; определени убеждения, които са били погрешни; конкретни действия, които са били фалшиви и неавтентични. Кои са тези убеждения и действия? Как може да ги коригира сега? Как самата тя да стане по-добра в бъдеще? Ако откаже или не успее да си изясни всичко това, тя никога няма да стъпи отново на сигурна почва. Но ако иска да събере отломките на разрушения си свят и да го изгради наново, тя трябва да мисли и да се изразява ясно и точно, трябва да разчита на думите си, да разчита на Словото. А може би е по-добре да остави нещата, обвити в мъгла. Може би вече е прекалено късно за нея,

 $^{^{255}}$ Йейтс, У.Б. *Второто пришествие*; прев. Цветан Стоянов. — *В: Съвременни английски поети*, изд. "Народна култура", София, 1969 г.

защото голяма част от истинската ѝ същност е останала неразкрита, неосъществена. Може би вече е прекалено изтощена...

Ако беше обърнала внимание навреме, ако беше събрала смелост, за да изрази мислите и чувствата си ясно и откровено, би могла да се спаси от тези проблеми. Какво би станало, ако беше споделила, че е нещастна, че романтиката е започнала да изчезва от живота ѝ, още в самото начало, в конкретния момент, в който това е започнало да я притеснява. Или, ако не е изпитвала притеснение: какво би станало, ако беше споделила, че този факт не я притеснява така, както би трябвало да я притеснява? Какво би станало, ако ясно и внимателно беше приела факта, че мъжът ѝ не зачита усилията ѝ в домакинството? Дали би осъзнала, че всъщност е обидена на баща си и на самото общество (и че тази потискана обида съсипва връзката ѝ)? Ами ако беше успяла да поправи всичко това? Дали нямаше да е по-силна? Дали щеше да избягва да се изправя срещу трудностите? Дали нямаше да е по-полезна за себе си, за семейството и за обществото?

Какво би било, ако беше рискувала да влиза в конфликти в настоящето, за да открие истината и да намери покой в бъдещето? Или, ако беше приемала микротрусовете в брака си като заслужаващ внимание показател за неговата нестабилност, вместо да ги пренебрегва, да се примирява с тях или да се усмихва любезно, сякаш не съществуват? Може би сега щеше да е различна, съпругът ѝ — също. Може би двамата щяха все още да са женени — и официално, и духовно. Може би щяха да са много по-млади — както физически, така и по дух, — отколкото са сега. Може би домът им щеше да е изграден върху здрава скала, а не върху основи от пясък.

Когато светът около нас се разпада и настъпва хаос, чрез думите и речта си ние можем да придадем структура на този хаос и отново да установим ред. Когато говорим внимателно и точно, ние можем да подредим нещата, да ги сложим по местата им, да си поставим нова цел и да се отправим към нея – можем да го направим и заедно, ако успеем да се договорим, ако постигнем консенсус. И обратното, когато използваме думите небрежно и неясно, всичко около нас изглежда объркано и неустановено. Посоката остава неопределена. Мъглата на несигурността се сгъстява. И тогава преговорите са невъзможни.

Как са устроени душата и светът

И душата, и светът са устроени така, че да подтикват към най-висшата проява на човешкото съществуване. А това става с помощта на езика, посредством общуването. Нещата не са такива, каквито изглеждат, когато последствията се разминават с нашите предвиждания и желания. Ако Битието не "работи" правилно, това значи, че явленията и обектите, които го

съставят, не са подредени в правилните категории. Когато нещата се объркат, под съмнение трябва да се поставят не само преценките, мислите и действията, но и самото възприятие. Когато "повредата" стане очевидна, това значи, че единният хаос вече е факт. Змийският му облик всява смут и сковаващ ужас. А драконите, които наистина съществуват (и това е посигурно може би от всичко друго), пазят несметни съкровища. От настъпилата разруха, от ужасния безпорядък на непонятното Битие, покълва възможността да създадем нов и по-благотворен ред. Но за да го призовем от нищото, е нужна яснота на мисълта, непоколебима яснота на мисълта.

Съществуването на проблема трябва да се признае възможно най-скоро след неговата поява. Признанието "Чувствам се нещастен" е добро начало (за разлика от твърдението "Имам правото да бъда нещастен", което е все още спорно на този ранен етап от решаването на проблема). При създалите се обстоятелства може би е напълно нормално да се чувствате нещастни. На ваше място навярно всеки разумен човек би изпитвал отчаяние и недоволство. Но има и друг вариант: вие сте незрели и имате навика да се оплаквате. Приемете тези два варианта като еднакво вероятни, колкото и ужасно да ви се струва това. Докъде може да се простира вашата незрялост? Тя може да е като бездънна яма. Но ако признаете, че съществува, поне ще имате шансове да я преодолеете.

Ние правим разбор на сложния, объркан хаос и опознаваме не само природата на обектите и явленията, но и себе си. Именно този творчески и комуникативен процес на изследване е това, което непрекъснато поражда и възражда света. Ние се образоваме и формираме личността си при всяко изпитание, с което се сблъскваме доброволно, и в този сблъсък на свой ред оформяме средата, която обитаваме. Този път е изключително труден, но алтернативата е много по-страшна.

Съгрешилият съпруг от нашата история може би вечер отказва да разговаря с жена си. защото ненавижда работата си, защото е изпълнен с негодувание и се чувства изтощен. А причината да мрази работата си вероятно се дължи на факта, че е избрал тази кариера заради баща си, на когото не се е противопоставил от слабост или от "лоялност". Жената, от друга страна, навярно се примирява с липсата на внимание, защото за нея директният сблъсък е неморален и е проява на грубост. Може би тя ненавижда изблиците на ярост от страна на баща си и още в детството си е развила убеждението, че всяка форма на агресия и упражняване на натиск са морално погрешни. А може би се страхува, че съпругът ѝ ще спре да я обича, ако тя има собствено мнение. Да, иска се много работа, за да сложиш в ред подобни проблеми – но пък всяка повредена машина ще продължава да излиза от строя, докато не се установи и отстрани съществуващата повреда.

Отделяне на зърното от плявата

Точността създава яснота. Когато се случи нещо ужасно, точността ни помага да отделим конкретното ужасно нещастие, което действително се е случило, от всички останали също толкова ужасни нещастия, които биха могли да ни сполетят, но не са се случили. Представете си, че се събуждате от болка. Възможно е да умирате. Възможно е да умирате бавно и мъчително от едно от многото тежки, ужасни заболявания. Ако не разкажете на лекаря за състоянието си, ще си имате работа с нещо неуточнено: то може да е всяко едно от тези заболявания, а самите вие ще бъдете повече от сигурни (понеже избягвате разговора за поставяне на диагноза, тоест процеса на уточняване), че става дума за нещо наистина страшно. Но ако поговорите с лекаря, всички тези предполагаеми ужасни заболявания с малко късмет ще се сведат до едно-единствено ужасно (или не чак толкова ужасно) заболяване, или дори до напразни опасения. В такъв случай вие ще се надсмеете над предишните си страхове или ако все пак нещо не е наред, поне ще бъдете подготвени. Уточняването на проблема невинаги заличава нещастието, но определено прогонва всички зли демони.

Това, което чувате, но не виждате дълбоко в гората, може да е тигър. Нещо повече, може да е цяла шайка тигри (един от друг по-гладни и покръвожадни), предвождани от крокодил. А може да е нещо съвсем различно. Ако се обърнете и погледнете, вероятно ще установите, че това е просто катеричка. (Имам един познат, който беше преследван от катеричка.) Да, в гората наистина има нещо. Знаете го със сигурност. Най-често това нещо е само катеричка. Но ако се боите да погледнете, безобидната горска твар се превръща в дракон, а вие определено не сте рицари – вие сте като мишка срещу големия страшен лъв или като заек, парализиран от погледа на вълка. Не твърдя, че това, от което се боите, винаги се оказва катеричка. Понякога в гората дебне нещо наистина страшно. Често обаче действителният ужас бледнее значително пред въображаемия. В много случаи това, срещу което не можем да се изправим заради ужаса, създаден от въображението, се оказва факт, който сме способни да посрещнем, щом бъде сведен до неговата проява в реалността, дори и тя да е ужасна.

Ако бягате от отговорността да се изправяте очи в очи с неочакваното, дори когато животът го поднася на поносимо малки дози, в заобикалящата ви реалност нахлува неудържим хаос и безпорядък. Това състояние се разраства до такава степен, че поглъща и последната капка ред, смисъл и предсказуемост. Отбягваната реалност (отново) приема формата на великата Богиня на хаоса, на страшния змиеподобен Властелин на неизвестното – това е великият коварен звяр, с който човечеството се бори откакто свят светува.

Когато отказваме да признаем зеещата пролука между заблуда и реалност, тя неусетно се разширява и накрая ни поглъща. И тогава не ни чака нищо добро. Отбягваната реалност се проявява като дълбока бездна от объркване и страдание.

Внимавайте какво казвате на себе си или на другите за нещата, които сте преживели или преживявате сега, или за пътя, по който сте поели. Подбирайте точните думи. Свързвайте тези думи в точните изречения, а изреченията – в точните параграфи. Миналото може да бъде изкупено, като с помощта на езика извлечете най-важното от него. Разкривайки ясно и достоверно истината за настоящето, вие можете да живеете в него, без да ограбвате бъдещето. Ако подбирате внимателно и мислите, и думите си, вие ще превърнете в реалност едничката предопределена съдба, която оправдава съществуването, като я различите от множеството мрачни и нежелани варианти на бъдещето (които в противен случай е твърде вероятно да се проявят от само себе си). Именно по този начин Окото и Словото създават обитаем ред.

Не замитайте проблемите, тези малки чудовища, под килима. Там, в тъмното, те се хранят и растат необезпокоявано. А когато най-малко очаквате, чудовищата ще изскочат от мрака и ще ви погълнат. Тогава ще пропаднете в ада на вечните съмнения и неопределеност, вместо да откриете рая на достойното и ясно по своята цел съществуване. Смелите и правдиви думи правят реалността по-проста, по-ясна и разбираема и по-поносима за живеене.

Когато назовавате нещата с нужното внимание и точно подбрани думи, вие ги представяте като благоприятни "послушни" явления и обекти, отделяйки ги от тяхната невидима, почти универсална взаимносвързаност. Така вие ги опростявате. От прекалено сложни те стават конкретни и използваеми. Тогава ще бъде възможно да извличате полза и да живеете с тях, без да агонизирате от тяхната сложност и от свързаните с това несигурност и тревожност. Ако възприятията ви за тях останат замъглени, ще бъде невъзможно да определите какво представлява едно нещо и кое го различава от нещо друго. Така всички особености преливат помежду си и се размиват. А това прави света прекалено сложен за живеене.

Старайте се съзнателно да определяте темата по време на разговор, особено ако е труден. В противен случай той ще обхване всичко – а всичко е прекалено много за един разговор. Това е една от често срещаните причини, поради които двойките спират да разговарят. Споровете помежду им се израждат и вадят на показ всеки проблем, възникнал в миналото, всяко недоразумение от настоящето и всички ужасни неща, които биха могли да се случат в бъдеще. Никой не може да води разговор за "всичко". Предлагам ви да започнете така: "Точно това конкретно нещо ме кара да се чувствам

нещастен. В замяна бих желал ето това конкретно нещо (разбира се, отворен съм за предложения, стига да са конкретни). А това е конкретното нещо, което искам от теб, за да спра да вгорчавам и твоя, и собствения си живот". Но за да направите това, вие трябва да помислите: Какво точно не е наред? Какво точно искам да получа? Най-важното е да разговаряте откровено и да създадете обитаем ред от хаоса. За тази цел е необходимо да се изразявате честно и точно. Ако се криете и бягате от истината, това, от което се криете, се превръща в ужасното чудовище, спотайващо се под леглото, в тъмната страшна гора и в най-мрачните кътчета на съзнанието – чудовище, което накрая ще ви погълне.

За да разберете къде се намирате сега, първо трябва да определите откъде сте тръгнали и какъв път сте изминали. Ако не знаете къде точно се намирате, значи може да сте навсякъде. Това "навсякъде" е широко понятие и обхваща твърде много места, някои от които наистина опасни. Ако не определите къде се намирате сега, как очаквате да стигнете до мястото, към което сте се запътили? Най-важното условие, за да се придвижите от точка А до точка Б, е да се намирате в точка А. Но ако сте "навсякъде", тогава вероятността да се намирате в точка А е пренебрежимо малка.

След това трябва да определите накъде отивате. За да стигнете на това място, трябва да се движите в определена посока. Когато се лутате безцелно, вие не се придвижвате напред. В резултат на това се чувствате разочаровани, объркани и нещастни, ставате тревожни и сприхави (после идва негодуванието, след това — желанието за отмъщение, а накрая — нещо още по-страшно).

Казвайте това, което мислите, за да си изясните какво точно имате предвид. Привеждайте думите си в действия, за да си изясните какво се случва. Наблюдавайте. Обърнете внимание какви грешки допускате. Постарайте се да ги формулирате, а след това да ги поправите. Така вие откривате смисъла на живота си. А това е най-добрата защита срещу житейските трагедии. И как би могло да бъде иначе!

Застанете открито пред хаоса на Битието. Посрещайте смело морето от проблеми. Определете посоката и начертайте пътя. Признайте какво точно искате. Покажете на всички истинското си лице. Присвийте очи, огледайте внимателно хоризонта и поемете курс право напред.

Изразявайте се точно и ясно.



ПРАВИЛО 11. НЕ ЗАКАЧАЙТЕ ДЕЦАТА, КОГАТО КАРАТ СКЕЙТБОРД

Опасност и майсторство

Преди години много деца идваха да карат скейтборд при западната страна на Сидни Смит Хол, в кампуса на Университета на Торонто, където работя. Понякога стоях отстрани и ги наблюдавах. От улицата до централния вход се стига по груби, широки циментови стъпала, обточени от двете страни с цилиндричен железен парапет с диаметър шест и половина сантиметра и дължина шест метра. Тези вироглави хлапета, почти всичките момчета, заставаха най-отгоре, на около четиринайсет метра от най-високото стъпало, поставяха крак върху дъската и се засилваха като луди, за да наберат скорост. Малко преди да се сблъскат с парапета, те се пресягаха и придържайки дъската с една ръка, рязко отскачаха. Озовали се върху него, те се спускаха по цялата дължина на тръбата и в самия ѝ край се изтласкваха напред и се приземяваха — понякога грациозно, все още стъпили върху скейтборда, а друг път болезнено и далеч от него. Така или иначе, съвсем скоро бяха отново върху дъската.

Според някои хора това е глупаво. И вероятно са прави. Но освен това е дръзко и смело. За мен тези деца бяха удивителни. Мислех си, че заслужават потупване по рамото и искрено възхищение. Разбира се, че поведението им беше опасно. Но точно в това беше смисълът. Те искаха да триумфират над опасността. За тях щеше да е по-безопасно, ако носеха защитно облекло, но това би развалило всичко. Те не се стремяха към безопасност. Стремяха се да развият опитност – едно качество, което повече от всичко друго осигурява безопасност на хората.

Никога не бих се осмелил да повторя безразсъдството на онези деца. Не бих могъл, дори да искам. Както не бих могъл да се покатеря на строителен кран, като онези луди глави, които сме виждали в Ютюб (и разбира се, като хората, които работят на строителни кранове). Височините не ми понасят, макар че седем хиляди и шестстотинте метра, на които се издигат пътническите самолети, са толкова непонятни за мисълта, че даже не ме притесняват. Няколко пъти летях на акробатичен самолет от въглеродни влакна – дори изпълних раверсман – и се справих добре, въпреки че е физически и психически натоварващо. (За да изпълните раверсман, самолетът трябва да лети вертикално нагоре, докато силата на гравитацията не го накара почти да спре. След това той започва да пада, описва спирала,

превърта се през крило и пикира право надолу. Накрая трябва да излезете от пикирането, защото в противен случай никога вече няма да изпълните раверсман.) Въпреки това не мога да карам скейтборд – особено по парапети, – нито пък мога да се катеря по кранове.

На изток Сидни Смит Хол гледа към още една улица. По тази улица, наречена на Свети Георги (доста иронично), поставиха редица груби, четвъртити циментови сандъчета за растения, разположени под наклон към улицата. Децата идваха и на това място и се пързаляха покрай циментовите сандъчета с остри ръбове или около циментовия постамент на една скулптура в близост до сградата. Но това не продължи дълго. На всеки половин-един метър по ръба на сандъчетата скоро се появиха малки метални скоби, които станаха известни като "капаните за скейтбордисти". Щом ги видях, се сетих за нещо, което се случи в Торонто преди няколко години. Две седмици преди началото на учебната година изчезна оборудването от детските площадки из целия град. Законодателството, уреждащо тези въпроси, се беше променило и в резултат настана паника около свързания с тях застрахователен риск. И така, съоръженията набързо бяха демонтирани, въпреки че бяха достатъчно безопасни. Да не говорим, че изплащането на обезщетения се гарантираше със специален закон и за тези площадки често плащаха родителите. Накратко, градът остана без детски площадки за цяла една година. През това време често виждах отегчени, но изобретателни хлапета, които щурмуват покрива на кварталното училище. Другият им начин за развлечение беше да се ровят из боклука заедно с котките и с не особено авантюристично настроените деца.

Неслучайно определих демонтираните детски площадки като "достатъчно безопасни". Когато са твърде безопасни, децата или не играят там, или го правят не както е предвидено. Те се нуждаят от такова място за игра, което е достатъчно опасно, за да бъде стимулиращо. Хората, към които спадат и децата, не се стремят да ограничават риска. Стремят се да го оптимизират. Те шофират, разхождат се, обичат и играят по такъв начин, че да постигат каквото искат, но и често предизвикват възможностите си, за да продължават да се развиват. Ето защо, когато животът стане прекалено безопасен, хората (в това число и децата) започват да търсят начин отново да го направят опасен. 256

Когато се чувстваме свободни — и насърчавани, — ние предпочитаме да живеем на ръба. Там, на ръба, ние сме уверени в опита си и в същото време сме способни да се сблъскаме с хаоса, който ни подтиква да се развиваме. По

²⁵⁶ Според Vrolix, К. (2006). "Behavioral adaptation, risk compensation, risk homeostasis and moral hazard in traffic safety." *Steunpunt Verkeersveiligheid*, RA-2006-95. Информацията е взета от:

 $[\]underline{https://doclib.uhasselt.be/dspace/bitstream/1942/4002/l/behavioral adaptation.pdf}$

тази причина ние сме устроени така, че да обичаме риска (естествено, някои се наслаждават на риска в по-голяма степен, отколкото други). Рискът ни изпълва с вълнение и възбуда, докато полагаме усилия да оптимизираме бъдещите си резултати. Без него ставаме лениви, неосъзнати, безлични и безучастни и тъпчем на едно място. Когато сме свръхзащитени, се проваляме при първия сблъсък с нещо опасно, неочаквано и пълно с възможности – а това неизбежно се случва.

"Капаните за скейтбордисти" са непривлекателни. Постаментът на издигащата се в близост скулптура, осеян с метал като нашийник на питбул, изглежда толкова отблъскващо, сякаш старателно е съсипван от скейтбордистите. Огромните сандъчета за зеленина с металните скоби, разположени на неравни интервали, заедно с щетите, нанесени от скейтбордистите, създават неприятното впечатление за посредствен дизайн, негодувание и зле изпълнен замисъл. Всичко това придава на района (който скулптурата и зеленината трябваше да освежат) странния вид на нещо средно между индустриална зона, затвор, институция за душевно болни и трудов лагер. Точно такъв е крайният резултат, когато строителите и официалната власт не харесват хората, на които служат, и не им вярват. Отблъскващата, грозна реалност на това решение издава истинските подбуди, които лежат в основата му.

Успех и негодувание

Ако се запознаете с идеите на дълбинните психолози – като Фройд и Юнг например и предшественика им Фридрих Ницше, – ще научите, че всяко нещо има своята тъмна страна. С изследователската си работа Фройд се потапя дълбоко в скритото, безсъзнателно съдържание на сънищата, чиято функция много често, твърди той, е да извади наяве някакво неприемливо желание. Юнг вярва, че всяко социално приемливо действие се придружава от неговия зъл двойник, тоест несъзнаваната сянка. Ницше въвежда понятието ресентимент²⁵⁷ и изучава ролята на това психично явление при мотивирането на действия, които са привидно безкористни, но често пъти намират твърде публична изява.

Защото да бъде човек избавен от отмъщението, това е за мене мостът към върховната надежда и небесна дъга след дълги бури. Ала друго искат, разбира се, тарантулите. "За нас се зове тъкмо това справедливост — светът да се изпълни от бурите на нашата

 $^{^{257}}$ Ressentiment (фр.) — горчивина, злопаметност. Ницше разбира това понятие като "скрита омраза", "стаена неприязън". — E.np.

мъст" — така говорят те един на друг. "Ще мъстим и ще хулим всички, които не са подобни на нас" — такъв обет си дават сърцата на тарантулите. A — "Волята за равенство, това трябва отсега нататък да стане име на добродетел; и ще нададем вой против всичко, което има власт!" O, вие, проповедници на равенство, тиранското безумие на безсилието крещи така из вашето гърло за "равенство"; вашите най-потайни тирански страсти се замаскират така в слова на добродетел! 258

С тези неща е наясно и несравнимият английски есеист Джордж Оруел. През 1937 година той завършва книгата "Пътят към Уигън Пиър", представляваща отчасти унищожителна критика към британските социалисти от висшата класа (макар че самият Оруел е привлечен от социализма). В първата половина на книгата той описва ужасните условия на живот, на които са подложени британските миньори през 30-те години:

Научих от няколко зъболекари, че в индустриалните райони е много рядко изключение да срещнеш човек над трийсет години, който има поне един собствен зъб в устата си. Много от жителите на Уигън изразиха мнението, че колкото по-рано се отървеш от зъбите си, толкова по-добре. "Зъбите са страшно тегло" – каза ми една жена. 259

В някои случаи миньорът от Уигън Пиър трябвало да върви – поточно да пълзи, предвид височината на минните галерии – близо пет километра под земята, по тъмните коридори с нисък таван, в който удрял главата си и наранявал гърба си, само за да застъпи на смяна. А после, след седем часа и половина къртовски труд, трябвало да пълзи обратно по същия път. "Това може да се сравни с усилието да изкачиш един малък планински връх – веднъж преди работа и втори път след края на работния ден" – отбелязва Оруел. Времето за тези изнурителни преходи не се заплащало.

Оруел пише "Пътят към Уигън Пиър" за Клуба на лявата книга, социалистическо издателство, което всеки месец издавало едно избрано произведение. Човек не може да не изпита съчувствие към отрудения бедняк, щом прочете първата половина на книгата, разглеждаща житейската съдба на миньорите. Само едно чудовище би останало равнодушно към трагичния разказ за живота, който Оруел описва:

²⁵⁹ Orwell, G. (1958). *The road to Wigan Pier*. New York: Harcourt, pp. 96-97.

 $^{^{258}}$ Ницше, Ф. *Тъй рече Заратустра*; прев. Жана Николова-Гълъбова. София, изд. "Христо Ботев", 1990 г.

До не много отдавна условията в мините бяха по-тежки от сега. Все още има живи очевидци — няколко доста възрастни жени, които на младини са работели под земята и пълзейки на четири крака, са теглели количките с въглища. Те продължавали да вършат тази работа даже след като забременявали.

Във втората част на книгата Оруел разглежда един по-различен въпрос: сравнителната непопулярност на социализма в тогавашна Великобритания, въпреки очевидното и болезнено неравенство, което се наблюдава в цялата страна. Той заключава, че "радетелите" за социални реформи, облечени в туид и философстващи от удобните си кресла, сочещи явните жертви и пръскащи снизхождение и презрение, много често не харесвали бедните, въпреки че твърдели обратното. Но затова пък ненавиждали богатите. Те прикривали омразата и завистта си зад маската на благочестивост, фалшива набожност и праведност. Оттогава нещата не са се променили особено, както в сферата на безсъзнателното, така и на лявата идеология, издигаща призиви за социална справедливост. Когато чувам как някой твърди, и то на висок глас: "Аз се боря за това и това!", благодарение на Фройд, Юнг и Ницше (както и на Оруел), винаги се чудя: "Добре, но кое е това, срещу което се бориш?". Въпросът става още по-уместен, ако този някой се оплаква, критикува или се опитва да "поправя" поведението на другите.

Ако не се лъжа, именно Юнг е авторът на следното хирургически точно психоаналитично съждение: ако се питаш защо един човек е сторил дадено нещо, виж последствията и те ще ти разкрият причините. Това е използване на психологически скалпел, но той невинаги е най-подходящият инструмент. Той може да направи прекалено дълбок разрез или да среже на погрешното място. Скалпелът е последната от всички отчаяни възможности. Понякога обаче използването му води до просветление.

Например, ако поставянето на "капани за скейтбордисти" създава нещастни възрастни и се превръща в грубо естетическо престъпление срещу красотата, вероятно точно такава е и целта. Ако някой заяви, че в действията си се ръководи от най-възвишените принципи и прави всичко за доброто на хората, нямате никакво основание да приемате мотивите му за искрени. Онези, които наистина желаят да подобрят нещата, обикновено не се опитват да променят другите. Ако все пак го правят, те поемат отговорността първо да променят себе си. Зад правилата, пречещи на скейтбордистите да проявяват уменията си и да правят смели и опасни неща, прозира намесата на един коварен античовешки дух.

Още нещо за Крис

Приятелят ми Крис, за когото писах по-рано, беше обладан от такъв дух, който сериозно вредеше на умственото му здраве. Чувството за вина беше основният проблем, който го измъчваше. Преди да се появи във Феървю, той беше сменил редица начални и средни училища из суровата, най-северна част на необятната прерия в провинция Албърта. Докато се местел от едно място на друго, той често влизал в спорове и схватки с децата от коренното население. Смело мога да заявя, че тези деца бяха доста по-груби от белите си връстници и освен това — по-докачливи (за което имаха основателни причини). Знаех това от личен опит.

В началното училище завързах колебливо приятелство с един метис на име Рене Хек²⁶⁰. Колебливо, защото положението беше сложно. Разделяше ни голяма културна разлика. Дрехите на Рене винаги бяха мръсни. Изразяваше се и се държеше по-недодялано. Аз бях тръгнал на училище с една година по-рано и освен това бях дребен за възрастта си. Рене пък беше едро, умно и красиво дете. И имаше тежък характер. Спомням си една случка. В шести клас по един от предметите ни преподаваше баща ми. Той хвана Рене да дъвче дъвка по време на час.

- Рене скара му се татко, изплюй тази дъвка. Преживяш като крава.
- Хаха присмях му се аз и измърморих под носа си: Рене е крава.

Рене може да беше крава, но нямаше проблеми със слуха.

– Питърсън – каза той, – след часовете си мъртъв.

Сутринта се бяхме уговорили същата вечер да гледаме филм в местния киносалон "Бисера". Но планът, изглежда, се отменяше. Остатъкът от деня се изниза бързо и неприятно, както се случва, когато над главата ти е надвиснала непосредствена опасност. Рене беше напълно способен да ме спука от бой. След часовете незабавно се отправих към стоянката за велосипеди, но Рене не закъсня да се появи. Започнахме да обикаляме в кръг около велосипедите – аз от едната страна, а той от другата. Бяхме като герои от "Кийстоунските полицаи"²⁶¹. Докато продължавах да се движа, той не можеше да ме хване, но този план нямаше да работи вечно. Извиках му, че съжалявам, но разкаянието ми не го омилостиви. Гордостта му беше наранена и затова трябваше да ме накара да си платя.

Наведох се и се скрих зад група велосипеди, като не изпусках Рене от поглед.

– Рене – извиках от скривалището си. – Извинявай, че те нарекох крава.

 $^{^{260}}$ Имената и някои други факти са променени, за да се запази анонимността. – E.a.

 $^{^{261}}$ Поредица от неми полицейски комедии. – *Б. пр*.

Хайде да се сдобрим. – Той не спираше да се приближава. – Рене – извиках отново, – съжалявам, че го казах. Честна дума. И все още искам да отидем заелно на кино.

Това не беше тактически ход. Бях напълно искрен. В противен случай нямаше да последва това, което се случи. Рене спря, погледна ме настойчиво и се разплака. А после се обърна и избяга. Накратко, такива бяха отношенията между коренното население и белите в нашия странен малък град. С Рене така и не отидохме заедно на кино.

Когато се случваше да се спречка с децата от коренното население, Крис отказваше да се бие. Той смяташе, че няма моралното право да се защитава, и затова не оказваше съпротива. "Ние отнехме земята им – написа той след време. – Това е неправилно. Нищо чудно, че ни мразят." Постепенно Крис напълно се оттегли от света. Вината за това беше отчасти негова. Той разви дълбока омраза към мъжествеността изобщо и към всяко типично мъжко занимание. Според него да ходи на училище, да си намери работа или приятелка, беше част от същия процес, довел до колонизирането на Северна Америка, до ужасната патова ситуация на Студената война, заплашваща с взаимно ядрено унищожение, и изобщо до опустошаването на планетата от човека. След като прочете няколко книги за будизма, той почувства, че сегашното състояние на света го задължава морално да се отрече от собственото си Битие. Вярваше, че и другите трябва да последват примера му.

През студентските години с Крис за кратко бяхме съквартиранти. Късно една вечер решихме да се отбием в близкия бар. Когато се прибирахме, той започна да чупи страничните огледала на паркираните по улицата автомобили.

 Стига, Крис – опитах се да го спра. – Каква полза има от това да караш собствениците на тези коли да страдат?

Тогава той ми обясни, че те също имат принос към безумната човешка дейност, съсипваща целия свят, и следователно заслужават да страдат. Казах му, че нищо няма да промени, като си отмъщава на хора, чиято единствена вина е, че живеят нормален живот.

След няколко години, когато следвах докторантура в Монреал, Крис се появи неочаквано под претекст, че иска да се видим. Изглеждаше объркан и изгубен. Помоли ме за помощ и в края на краищата се премести у дома. По това време вече бях женен и живеех с жена ми Тами и дъщеря ни Микейла, която беше на една годинка. Във Феървю Крис дружеше и с Тами (но хранеше надежди за нещо повече от приятелство). Този факт усложняваше още повече ситуацията, но не в смисъла, в който предполагате. В началото Крис мразеше само мъжете, но после намрази и жените. Той ги желаеше, но се беше отрекъл от образование, кариера и от всичките си желания. Пушеше

много и беше безработен. Нищо чудно, че не се радваше на интерес от страна на жените. Това го озлобяваше. Опитвах се да го убедя, че пътят, по който върви, води до сигурна разруха. Имаше нужда да се научи на смирение. С други думи, нуждаеше се от нормален живот.

Един ден беше негов ред да приготви вечерята. Прибирайки се у дома, жена ми заварила апартамента целият в пушек. На котлона имало тиган с подобаващо загарящи хамбургери. В това време Крис стоял на четири крака до печката, зает да затяга едно от разхлабилите се крачета. Тами беше наясно с всичките му номера. Знаеше, че нарочно е оставил вечерята да изгори. Крис мразеше да готви. Мразеше всяка типично женска работа (въпреки че домакинските задължения бяха разпределени по равно и той много добре го знаеше). Беше се заел да поправя печката не за друго, а за да може да предложи правдоподобно и дори похвално оправдание за това, че е съсипал вечерята. Когато Тами изтъкнала истинските му мотиви, той реагирал, сякаш е несправедливо обвинен, но се виждало, че е дълбоко и опасно разгневен. Част от него, и това не беше добрата му част, вярваше, че е по-умен от всички останали. Това, че някой беше разкрил номерата му, представляваше сериозен удар по гордостта му. Последвала наистина грозна сцена.

На другия ден с Тами излязохме да се поразходим из близкия парк. Имахме нужда да се махнем от апартамента, въпреки че навън беше трийсет и пет градуса под нулата – дяволски студено, влажно и мъгливо. Духаше и вятър. С две думи, опасно време. Каквото беше и съжителството с Крис, отбеляза Тами. Навлязохме в парка. Дърветата протягаха голи клони през влажния сивкав въздух. Черна катерица с оголена от краста опашка се беше вкопчила в клона под себе си и трепереше силно, като се опитваше да устои на поривите на вятъра. Какво търсеше навън в този студ? През зимата катериците изпадат в частична летаргия и излизат навън само когато е топло. И тогава видяхме още една, и още една, и още една. Наоколо беше пълно с катерици – всичките с окапала на петна козина и по тялото, и по опашката, треперещи и премръзнали на студа. Освен тях наоколо нямаше никого. Изглеждаше нереално. Необяснимо. Но и някак многозначително. Оказахме се на сцената на една абсурдна пиеса – пиеса, режисирана от самия Господ. Скоро след това Тами взе дъщеря ни и се изнесе за няколко дни.

Същата година, малко преди Коледа, чак от западна Канада дойдоха да ни гостуват по-малкият ми брат и жена му, които бяха женени отскоро. Брат ми познаваше Крис. Тримата облякоха топли дрехи с намерението да се разходят из центъра на Монреал. Крис навлече дълго, черно палто, черен панталон и същия цвят обувки и нахлупи чак до очите си една черна плетена шапка. Много висок, слаб и леко прегърбен, целият в черно, той изглеждаше леко зловещо.

[–] Крис – пошегувах се аз. – Приличаш на сериен убиец.

Много смешно, нали? Когато се върнаха от разходката, Крис изглеждаше начумерен. В територията му бяха нахлули чужди, непознати хора. Още една щастлива двойка. И още малко сол в раната.

Вечерята мина сравнително приятно. Поговорихме си и после си легнахме. Дълго време не можех да заспя. Нещо не беше наред. Усещах го във въздуха. В четири сутринта вече не издържах на напрежението и станах от леглото. Почуках тихо на вратата на Крис и влязох, без да дочакам отговор. Той беше буден и лежеше в леглото, като се взираше в тавана — точно както предполагах. Седнах до него. Познавах го много добре. Поговорихме си и смъртоносната ярост, която кипеше в него, стихна. След това се върнах в леглото и заспах. На другата сутрин брат ми ме дръпна настрана и каза, че иска да поговорим. Седнахме и той започна:

– Какво става тук, по дяволите? Цяла нощ не мигнах. Какво не е наред? Обясних му, че Крис има сериозни проблеми. Но не казах на брат ми, че и той, и всички ние трябва да благодарим на Бога, че сме живи. Духът на Каин беше посетил дома ни, но всички останахме невредими.

Може би онази нощ, когато смъртта витаеше във въздуха, бях доловил промяната с обонянието си. Крис излъчваше една особена, леко кисела миризма. Той се къпеше често, но хавлиените кърпи и чаршафите поемаха този мирис, който не може да се отстрани, колкото и пъти да се перат. Това беше страничният ефект, произведен от една психика и едно тяло, които не взаимодействат в хармония. Една позната, социална служителка, която беше виждала Крис, ми каза, че познава много добре тази миризма. Познавали я и всичките ѝ колеги, но говорели за нея само шепнешком. Наричали я миризмата на вечните безработни.

Скоро след това завърших докторантурата и свързаните с нея научни изследвания и с Тами се преместихме от Монреал в Бостън. Роди се и второто ни дете. От време на време с Крис се чувахме по телефона. Веднъж той ни дойде на гости и този път посещението мина гладко. Беше започнал работа в магазин за авточасти. Стараеше се да води нормален живот. В този период той беше добре. Но не задълго. Не дойде повече в Бостън. Близо десет години след това – вечерта преди четиресетия му рожден ден – Крис се обади по телефона. По това време със семейството ми вече живеехме в Торонто. Каза, че има новини. Написал разказ, който скоро щял да излезе в сборник, съставен от малко, но легитимно издателство. Това беше поводът да се обади. Крис пишеше хубави разкази. Даваше ми да прочета всеки от тях, а после ги обсъждахме надълго и нашироко. Освен това той беше добър фотограф. Имаше усет и проявяваше творчески поглед.

На другия ден Крис се качил на стария си пикап – същия разнебитен звяр, който караше още във Феървю – и го скрил в някакви храсти. Взел предварително приготвения маркуч и напъхал единия му край в ауспуха, а

другия — в кабината на пикапа. Представям си как е седял вътре, взирал се е през напуканото предно стъкло, пушил е и е чакал. Откриха тялото му няколко седмици по-късно. Тогава се обадих на баща му. "Милото ми момче" — проплака той в слушалката.

Наскоро бях поканен да участвам в конференция на TEDx, която се проведе в един от близките университети. Преди мен на подиума излезе друг преподавател, който трябваше да говори за работата си — увлекателни технически изследвания, свързани с разработката на интелигентни периферни устройства (каквито са компютърните сензорни екрани, но с възможност да се монтират към всичко). Вместо това той заговори за оцеляването на планетата, застрашена от действията на човека. Подобно на Крис — и на много други хора, — той беше развил дълбоки античовешки убеждения. Не беше стигнал толкова далеч като приятеля ми, но и двамата бяха обладани от един и същ зловещ и пагубен дух.

Той стоеше пред екрана, който на забавен кадър разкриваше панорамен изглед към някаква китайска високотехнологична фабрика, разположена на площ колкото половин квартал. Стотици работници в бяло облекло – като някакви стерилни бездушни роботи – стояха край поточните линии и безмълвно вземаха детайл А, за да го поставят в слот Б. Лекторът обяви пред публиката – изобилстваща от будни млади хора – решението, което взел заедно със съпругата си, да ограничат броя на децата си до едно. Той обясни, че това е въпрос, който всички те трябва внимателно да обмислят, ако искат да постъпят като високо етични хора. Помислих си, че това наистина е найправилното решение - но само в неговия случай (в който щеше да е найдобре, ако броят на децата се ограничи до по-малко от едно). В публиката имаше множество китайски студенти, които безстрастно изслушаха нравоученията му. Вероятно си мислеха за родителите си, избягали от ужаса на Културната революция на Мао и държавната политика за едно дете на семейство. А може би си мислеха, че същите тези фабрики са довели до значително подобряване на жизнения стандарт и до повече свобода за отделния човек. Някои от тях изразиха това мнение на глас, когато настъпи моментът за задаване на въпроси.

Дали този преподавател би преосмислил възгледите си, ако можеше да си даде сметка за последствията от подобни идеи? Надявам се да греша, но отговорът едва ли е утвърдителен. Проблемът не е, че не може, а че отказва да си даде сметка за последствията. Или по-лошо: може би е наясно с последствията, но те не го вълнуват или просто е решил с цената на всичко да следва пътя, който доброволно е избрал.

Самозвани съдници на човешката раса

До неотдавна се смяташе, че Земята е несравнимо по-могъща от хората, които я населяват. През недалечния 19-ти век блестящият биолог Томас Хъксли (1825-1895) – ревностен последовател на Дарвин и дядо на Олдъс Хъксли – заявява пред английския парламент, че за човечеството е буквално невъзможно да изчерпа биологичното богатство на океаните. Способността им да създават живот, казва той, превъзхожда в огромна степен дори най-алчните и хищнически ламтежи на човека. А само преди скромните петдесет години книгата "Смълчана пролет" на Рейчъл Карсън се превърна във факел на движението за защита на природата. ²⁶² Петдесет години! Та това е нищо! Сякаш е било вчера.

Едва наскоро ние успяхме да развием концептуалните инструменти и механизми, които ни позволяват да разберем, макар и само донякъде, сложната система на живота. Ето защо заслужаваме поне малко снизхождение относно хипотетичната злонамереност на разрушителното ни поведение. Понякога просто не знаем достатъчно. Или напротив, знаем достатъчно, но все още търсим начини да приложим наученото на практика. Дори днес животът не е никак лесен – а само преди няколко десетилетия света страдаха от глад, болшинството OT хората по неграмотност.²⁶³ Ние се радваме на сравнително благополучие (и то расте повсеместно) едва от няколко десетилетия, броящи се на пръстите на едната ръка. Въпреки това рядко се срещат щастливи семейства, в които никой не страда от сериозно заболяване – проблем, с който рано или късно дори те ще се сблъскат. При цялата си уязвимост и ранимост ние правим всичко възможно, за да подобрим положението, и в този смисъл трябва да отбележим, че планетата е по-жестока към нас, отколкото ние към нея. Затова не бива да се съдим толкова сурово.

В края на краищата човекът е забележително същество. Ние сме уникални и все още не е ясно какви са границите на нашите възможности, и дали изобщо има такива. Днес ние правим неща, които изглеждаха невъзможни в недалечното минало, когато едва се пробуждахме за отговорностите си от планетарен мащаб. Няколко седмици преди да напиша тези думи, попаднах на два видеоклипа, качени в Ютюб. Единият показваше изпълнението на прескок, спечелило олимпийското злато през 1956 година, а другият – участието в същата дисциплина, заслужило сребърен олимпийски медал през 2012- та. Беше ми трудно да повярвам, че става дума за един и същ спорт – и

²⁶³ Bж. http://reason.com/archives/2016/12/13/the-most-important-graph-in-the-world

²⁶² Карсън, Р. *Смълчана пролет*; прев. Боян Атанасов. София, изд. "Земиздат", 1987 г.

дори за един и същ биологичен вид. Изпълнението на Маккайла Марони от 2012-та би изглеждало като извънземно постижение през 50-те години на миналия век. Паркурът, заимстван от обучението на френската армия, също е удивителен спорт. Не по-малко впечатляващ е и т.нар. фрийрън. С искрено възхищение наблюдавам компилациите на подобни изпълнения. Някои от тези хлапета скачат от триетажни сгради, без изобщо да се контузят. Това, което правят, е опасно и удивително. А ентусиастите, покоряващи огромните строителни кранове, притежават непонятна за ума смелост. Същото се отнася за любителите на екстремното планинско колоездене и на свободния стил в спускането със сноуборд, за сърфистите, покоряващи петнайсетметрови вълни, и за скейтбордистите.

Двете момчета, извършили масовото убийство в гимназия "Колъмбайн", сами се провъзгласяват за съдници на човешката раса — подобно на преподавателя от TEDх и на моя злочест приятел Крис, но в много по-крайна форма. Според Ерик Харис, по-грамотният от двамата убийци, човешките същества представляват провалил се, дълбоко порочен биологичен вид. А щом подобно твърдение бъде прието за вярно, вътрешната му логика неизбежно намира външна изява. Ако дадено нещо се определя като чума 264, по думите на Дейвид Атънбъро, 265 или като рак 266, както отбелязва Римският клуб, 267 човекът, който успее да го унищожи, се превръща в герой — в безспорен спасител на света и на човечеството. Той може да си повярва, че е истински месия, и с фанатичната си представа за морал да унищожи не само противниците си, но и себе си. Точно това се случва с масовите убийци, обладани от почти безкрайна омраза. Дори собственото им Битие не

__

²⁶⁴ Вж. http://www.telegraph.co.uk/news/earth/earthnews/9815862/Humans-are-plague-on-Earth-Attenborough.html

²⁶⁵ Известен британски естественик, който заявява: "Ние сме чумата на Земята". – *Б.пр.* ²⁶⁶ "Земята има рак и този рак е човекът." Mesarovic, M.D. & Pestel, E. (1974). *Mankind at the turning point*. New York: Dutton, p. 1. Тази идея се появява за пръв път в следната статия: Gregg, A. (1955). "A medical aspect of the population problem." *Science*, 121, 681-682, p. 681, откъдето е взет и цитатът. След това идеята е допълнително развита от Hern, W.M. (1993). "Has the human species become a cancer on the planet? A theoretical view of population growth as a sign of pathology." *Current World Leaders*, 36,1089-1124. От представителите на Римския клуб: Кинг, A. & Шнайдер, Б. *Първата глобална революция*; прев. Олег Иванов. София, Военно издателство, 1992 г.: "Общият враг на човечеството е човекът. Търсейки новия враг, който ще ни сплоти, ние стигнахме до замърсяването, глобалното затопляне, сушата, глада и пр... Всичко това е резултат от човешката намеса и тези проблеми могат да бъдат решени само с изменения в човешката дейност. Следователно: истинският враг на човечеството е самият човек."

 $^{^{267}}$ Club of Rome (англ.) — организация, създадена през 1968 година в Рим, за да се обединят усилията за решаването на глобалните проблеми на човечеството. Найважният въпрос, който разглежда клубът днес, е свързан с неограниченото потребление на ограничените природни ресурси. — E.np.

оправдава съществуването на човечеството. Всъщност те се самоубиват именно с тази цел – да докажат безусловната си вяра в идеята за унищожението. Никой в съвременния свят не може да твърди, без да предизвика реакция на възмущение, че светът ще бъде много по-съвършен без евреите, чернокожите, мюсюлманите или англичаните. С какво е поморална идеята, че за планетата ще е по-добре, ако на нея живеят по-малко хора? Зад такива твърдения винаги ми се привижда един зловещо ухилен череп, доволен от изгледите за апокалипсис. И защо именно хората, които се обявяват особено открито срещу предразсъдъците, толкова често се чувстват длъжни да съдят човечеството?

Виждал съм как душевното здраве на някои студенти (особено от хуманитарните специалности) се влошава сериозно под влияние на подобни защитници на планетата, които чисто философски осъждат самия факт на тяхното съществуване като представители на човешкия вид. Мисля, че това е най-опасно за младите мъже. Те са привилегировани издънки на патриархалния свят и затова постиженията им се считат за незаслужени. Като възможни приемници на културата на насилие, те са заподозрени само заради пола си. Заради амбициите си те са считани за кръвопийците на планетата. Никъде не са добре дошли. Те са изоставащите в гимназията, в колежа и в университета. Когато синът ми беше на четиринайсет, се наложи да обсъдим успеха му в училище. Той заяви, че като за момче всъщност се справя доста добре. Попитах го какво иска да каже. "Всеки знае – отвърна той, – че в училище момичетата се справят по-добре от момчетата." В интонацията му прозвуча изненада, че съм в неведение за един толкова факт. Докато пиша това, получих последния "Икономист"²⁶⁸. Каква мислите, че беше водещата статия? "По-слабият пол". Имаха предвид мъжете. В днешните университети над 50% от студентите са жени и тази статистика се отнася за повече от две трети от всички специалности.

В съвременния свят момчетата страдат. В сравнение с момичетата те са понепокорни (в отрицателен аспект) или по-независими (в положителен) и по тази причина страдат през целия училищен период. Те са по-малко доброжелателни (използвам понятието доброжелателност като качество на личността, което се свързва със състраданието, емпатията и избягването на конфликти) и не толкова предразположени към състоянията на тревожност и

 $^{^{268}}$ The Economic (англ.) — влиятелно седмично списание, което се издава в Лондон. — *Б.пр*.

депресия, 269 особено след като и двата пола достигнат пубертета. 270 Момчетата се интересуват повече от вещите, а момичетата — от хората. 271 Учудващ факт е, че тези различия, влияещи се до голяма степен от биологични фактори, са най-ясно изразени в скандинавските общества, където се насърчава междуполовото равенство. А това е силен аргумент срещу онези, които настояват особено разпалено, че полът е социален конструкт 272 . Но това не е така. Полът не подлежи на разискване. И затова говорят научните данни. 273

Момчетата харесват съревнованието и не обичат да се подчиняват, особено в тийнейджърска възраст. В този период те изпитват силното желание да избягат от семейството си и да изградят независимо съществуване. Този вътрешен импулс не се различава особено от реалното оспорване на авторитета. Училищата, които се създават в края на 18-ти век с конкретната цел да възпитават подчинение, ²⁷⁴ не се отнасят благосклонно към провокативното и дръзко поведение, въпреки че то може да говори за

²⁶⁹ Costa, P. T., Terracciano, A., & McCrae, R. R. (2001). "Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings." *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 322-31; Weisberg, Y. J., DeYoung, C. G., & Hirsh, J. B. (2011). "Gender differences in personality across the ten aspects of the Big Five." *Frontiers in Psychology*, 2, 178; Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J. (2008). "Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures." *Journal of Personality and Social Psychology*, 94,168-182.

²⁷⁰ De Bolle, M., De Fruyt, F., McCrae, R. R., et al. (2015). "The emergence of sex differences in personality traits in early adolescence: A cross-sectional, cross-cultural study." *Journal of Personality and Social Psychology*, 108,171-85.

²⁷¹ Su, R., Rounds, J., & Armstrong, P. I. (2009). "Men and things, women and people: A meta-analysis of sex differences in interests." *Psychological Bulletin*, 135, 859-884. Тези различия са анализирани от гледна точка на неврологичното развитие в следната статия: Beltz, A. M., Swanson, J. L., & Berenbaum, S. A. (2011). "Gendered occupational interests: prenatal androgen effects on psychological orientation to things versus people." *Hormones and Behavior*, 60, 313-7.

 $^{^{272}}$ Явление или представа за нещо, които възникват и се развиват в дадено общество или социална група. – E.np.

²⁷³ Bihagen, E. & Katz-Gerro, T. (2000). "Culture consumption in Sweden: the stability of gender differences." *Poetics*, 27, 327-3409; Costa, P., Terracciano, A. & McCrae, R.R. (2001). "Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings." *Journal of Personality and Social Psychology*, 8, 322-331; Schmitt, D., Realo. A., Voracek, M. & Alli, J. (2008). "Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures." *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 168-182; Lippa, R.A. (2010). "Sex differences in personality traits and gender-related occupational preferences across 53 nations: Testing evolutionary and social-environmental theories." *Archives of Sexual Behavior*, 39, 619-636.

²⁷⁴ Gatto, J. T. (2000). *The underground history of American education: A school teacher's inti-mate investigation of the problem of modern schooling*. New York: Odysseus Group.

прагматичен ум и способности у момчето (или момичето).

Има и други фактори за тежкото положение, в което се намират момчетата. Ако момичетата се включват с готовност в типично момчешките игри, то момчетата проявяват нежелание да участват в момичешките. Това се дължи на факта, че когато се съревновава с момче, за момичето е похвално да победи и приемливо да изгуби. За момчето обаче е недопустимо да победи момичето и още по-недопустимо да изгуби от него. Представете си, че момче и момиче, и двамата на девет години, започват да се бият. В тази ситуация няма благоприятен изход за момчето. Ако победи, ще изглежда жалък. Ако изгуби – е, това вече е истински позор. Да бъде набит от едно момиче!

Момичетата могат да побеждават, като се налагат в собствената си йерархия, показвайки умения в нещата, които са ценни за момичетата. Към това постижение те могат да добавят победата, която са спечелили в йерархията на момчетата. От друга страна, момчетата могат да побеждават единствено в мъжката йерархия. Да покажат умения в нещата, които са важни за момичетата, означава да изгубят статус както сред момичетата, така и сред момчетата. В очите на първите те губят привлекателност, а в очите на вторите - репутацията си. Момичетата не изпитват привличане към момчетата, които са техни приятели, въпреки че може да ги харесват, каквото и да значи това. Те намират за привлекателни онези момчета, които печелят състезанията за статус сред собствения си пол. Момчето не може да си позволи да удари момичето със силата, която би използвало срещу конкурент от своя пол. Момчетата не могат (и не биха допуснали) да участват в игри за печелене на надмощие срещу момичетата. За тях не е ясно как могат да спечелят в подобна игра. Така че, ако играта се превърне в момичешка, момчетата се оттеглят. В този смисъл трябва да си зададем въпроса: университетите, особено хуманитарните, не се ли превръщат в игра за момичета? Това ли искаме всъщност?

Ситуацията в университетите (и изобщо в образователните институции) е значително по-сложна, отколкото показват статистическите данни. ²⁷⁵ Като изключим науката, технологиите, инженерните специалности и математиката, във всички останали дисциплини съотношението между мъже и жени е крайно неблагоприятно за първите. ²⁷⁶ Близо 80% от всички студенти, които специализират в сферата на здравеопазването, публичната

²⁷⁵ Виж: *Why are the majority of university students women*? Statistics Canada: Информацията е взета от: https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/81-004-x/2008001/article/10561-eng.htm

²⁷⁶ Виж: Hango. D. (2015). "Gender differences in science, technology, engineering, mathe-matics and computer science (STEM) programs at university." *Statistics Canada*, 75-006-X: Информацията е взета от: https://www150.statcan.gc.ca/n1/pub/75-006-x/2013001/article/11874-eng.pdf

администрация, психологията и педагогиката (това е една четвърт от всички специалности), са жени. Това неравенство продължава да расте с бързи темпове. С тази скорост след петдесет години в повечето университетски специалности ще са останали много малко мъже. Това е лоша новина за мъжете. Може би дори катастрофална. Но това е лоша новина и за жените.

Кариера и брак

Във висшите учебни заведения, в които мъжете са малцинство, за жените става все по-трудно да започнат и изградят връзка дори с умерена продължителност. В резултат на това те трябва да се задоволят, ако са склонни, разбира се, с единични сексуални контакти или със серия от такива. Това може да се приеме като стъпка напред от гледна точка на сексуалната свобода, но лично аз се съмнявам. Мисля, че това положение е твърде тежко за момичетата.²⁷⁷ И двата пола имат силното желание да изградят стабилни отношения, които се опират на взаимна любов. При жените обаче, или поне при повечето от тях, това е най-важната цел, към която се стремят. Според данни 278 на института "Пю Рисърч" 279 , за периода от 1997 до 2012 година броят на жените на възраст между 18 и 34 години, определящи успешния брак като едно от най-важните неща в живота, се е повишил от 28% на 37% (това представлява скок от над $30\%^{280}$). А броят на младите мъже, споделящи това мнение, се е понижил с 15% за същия период от време (от 35% на 29%²⁸¹). В този времеви диапазон делът на женените хора над 18-годишна възраст продължава да намалява и от три четвърти през 1960-та днес този дял е една втора от населението. 282 И накрая, от всички хора на възраст между 30 и 59 години без нито един брак зад гърба си, мъжете, които казват, че не желаят изобщо да се женят, са три пъти повече от жените (27% срещу 8%).

Кой реши, че кариерата е по-важна от любовта и семейството? Струва ли си наистина да направиш всички жертви, които успехът изисква, като например да работиш осемдесет часа седмично за някоя престижна юридическа фирма? И ако си струва, защо? Една незначителна част от хората

²⁷⁷ Не съм единственият на това мнение. Виж: Hymowitz, K.S. (2012). *Manning up: How the rise of women has turned men into boys*. New York: Basic Books.

²⁷⁸ Виж: https://www.pewresearch.org/fact-tank/2012/04/26/young-men-and-women-differ-on-the-importance-of-a-successful-marriage/

²⁷⁹ Pew Research Centre — американска неправителствена организация, занимаваща се с проучвания на общественото мнение, демографски и други социални изследвания. — *Б.пр*.

 $^{^{280}}$ 37-28/28 = 9/28 = 32% – *E.a.*

 $^{^{281}}$ 35-29/35 = 6/35 = 17% – *E.a.*

²⁸² Виж: http://www.pewresearch.org/data-trend/society-and-demographics/marriage/

(предимно мъже, които са на дъното на класацията по признака за доброжелателност) притежават свръхсъревнователен дух и за тях победата е на всяка цена. Една незначителна част от хората действително изпитват удоволствие от работата си. Но при болшинството това не е така. Очевидно парите не правят хората по-щастливи, стига да имат достатъчно, за да стоят далече от колекторските фирми. От друга страна, болшинството успешни и високоплатени жени имат също толкова успешни и високоплатени партньори – това е от по-голямо значение за жените. От данните на "Пю Рисърч" става ясно, че един от главните приоритети при над 80% от жените, които никога не са се омъжвали, но искат да се омъжат, е да имат партньор с престижна и добре платена работа. За сравнение, това е приоритет при помалко от 50% от мъжете.

Щом навършат трийсет години, повечето водещи в професията си жени адвокати изоставят кариерата си, която ги подлага на силен стрес и напрежение. Само 15% от съдружниците в двете хиляди най-влиятелни юридически кантори в Съединените щати са жени. Сам Тази цифра не се е променила особено през последните петнайсет години, въпреки че сред младшите партньори и редовите адвокати има немалко жени. Причината за това не е в отсъствието на желание от страна на юридическите фирми да им дадат шанс да се развиват в кариерата. Тези фирми страдат от постоянен недостиг на висококвалифицирани кадри и независимо от пола им, те се опитват отчаяно да ги задържат.

Жените, които напускат подобни позиции, искат такава работа – и живот, – която не ги лишава от свободно време. Те завършват право, полагат задължителния стаж и за няколко години се посвещават на работата си, но след това приоритетите им се променят. В големите фирми това е добре известен факт (макар че и мъжете, и жените предпочитат да не го коментират всеослушание). Неотдавна присъствах на семинар, който на на преподавателка от университета "Макгил" изнесе лекция пред зала, пълна с жени съдружници или кандидат-съдружници в различни юридически кантори. Тя говореше за това, че липсата на достатъчно детски градини и "мъжката дефиниция на успеха" пречат на жените да напредват в кариерата и принуждават много от тях да се отказват от нея. Познавах голяма част от

²⁸³ По този въпрос има много информация. Виж:

https://www.thestar.com/life/2011/02/25/women_lawyers_leaving_in_droves.html; https://www.cbc.ca/news/canada/women-criminal-law-1.3476637

http://www.huffingtonpost.ca/andrea-lekushoff/female-lawyers-canada_b_5000415.html

²⁸⁴ 1Jaffe, A., Chediak, G., Douglas, E., Tudor, M., Gordon, R.W., Ricca, L. & Robinson, S. (2016) "Retaining and advancing women in national law firms." *Stanford Law and Policy Lab, White Paper*: Информацията е взета от: https://www-cdn.law.stanford.edu/wp-content/uploads/2016/05/Women-in-Law-White-Paper-FINAL-May-31-2016.pdf

жените в залата. Бяхме обсъждали този въпрос надълго и нашироко. Знаех, че това няма нищо общо с проблема. Знаеха го и те. Тези жени имаха детегледачки и можеха да си го позволят. Наемаха домашни помощници, на които прехвърляха всичките си домакински задължения. Освен това те разбираха, прекрасно разбираха, че успехът се определя от пазара, а не от мъжете, с които работеха. Ако си топ адвокат в Торонто, който печели 650 долара на час, и клиентът ти позвъни от Япония в четири сутринта в неделя, имаш само един избор: да отговориш. Веднага. Отговаряш веднага дори да умираш за сън, след като досега си хранила бебето. Длъжна си да отговориш, защото в противен случай някоя свръхамбициозна "акула" от Ню Йорк с удоволствие ще поеме този разговор вместо теб. Ето защо пазарът определя работата.

Растящият недостиг на мъже с университетско образование се превръща в крайно сериозен проблем за жените, които искат да се омъжат или да се срещат с някого. Те предпочитат да сключат брак, който ще ги издигне в икономическата йерархия. Искат партньор с равен или с по-голям статус. Това се отнася за всички култури. 285 При мъжете обаче нещата стоят различно. Те нямат нищо против да сключат брак на своето или на по-ниско йерархично ниво (сочат данните на института "Пю Рисърч"), но проявяват предпочитание към по-млади от тях партньорки. Засилва се и появилата се наскоро тенденция към свиване на средната класа, тъй като състоятелните жени показват все по-голяма склонност²⁸⁶ да се обвързват със състоятелни мъже. Поради този факт и в резултат на съкращаването на високоплатените длъжности за мъже в сферата на производството (в САЩ един на всеки шестима мъже в трудоспособна възраст понастоящем е безработен), днес бракът се превръща в привилегия на богатите. Това ми се вижда забавно, казано с малко черно чувство за хумор. Деспотичната патриархална институция на брака днес се е превърнала в лукс. Защо богатите сами се обричат на тормоз?

Защо жените искат партньор, който има работа и (за предпочитане) повисок статус? До голяма степен причината за това е, че те стават уязвими

²⁸⁵ Conroy-Beam, D., Buss, D. M., Pham, M. N., & Shackelford, T. K. (2015). "How sexually di-morphic are human mate preferences?" *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41, 1082-1093. За да разберете по какъв начин се променят предпочитанията за желания партньор при жените в резултат на чисто биологични фактори (тоест на овулацията) вижте: Gildersleeve, K., Haselton, M. G., & Fales, M. R. (2014). "Do women's mate preferences change across the ovulatory cycle? A meta-analytic review." *Psychological Bulletin*, 140, 1205-1259.

²⁸⁶ Greenwood, J., Nezih, G., Kocharov, G & Santos, C. (2014). "Marry your like: Assortative mating and income inequality." *IZA discussion paper No. 7895*. Информацията е взета от: http://hdl.handle.net/10419/93282

след появата на децата. Тогава им е нужен такъв човек, който е способен да издържа и майката, и детето. Това е една съвършено рационална компенсаторна реакция, макар че може да възниква и на биологична основа. Защо ѝ трябва на жената да отглежда един възрастен в допълнение към отговорността да се грижи за децата си? Безработният съпруг е нежелана партия, а самотното майчинство – нежелана перспектива. Децата, които растат без баща, четири пъти по-често живеят в бедност. Това означава, че същата съдба очаква и майката. Децата без баща са изложени на по-висок риск да развият алкохолна или наркотична зависимост. Когато живеят със сключили брак биологични родители, рискът да развият тревожност и депресия или да извършат престъпление е по-нисък, отколкото, ако живеят с един или двама небиологични родители. Освен това децата с един родител два пъти по-често извършват самоубийство. 287

Резкият завой към политическа коректност в университетите изостри този проблем още повече. Гласовете срещу потискащото отношение се извисиха, както изглежда, абсолютно пропорционално на растящото равенството (а напоследък и на нагласите срещу мъжете) в образователните институции. В университетите има цели дисциплини, където мъжете срещат открито враждебен прием. Това са онези научни области, които са под влияние на постмодерното и неомарксистко убеждение, че културата, най-вече западната култура, е система на потисничество, създадена от белите мъже, за да изключват жените и да доминират над тях (и над други строго определени групи), като тази система е успешна единствено в резултат на това доминиране и изключване. 288

Патриархатът: помощ или пречка?

Разбира се, че културата *е* система на потисничество. *Винаги е било така*. Това е фундаментална, универсална, екзистенциална реалност. Тираничният крал е символично представена истина, архетипна константа. Това, което наследяваме от миналото, е замъглено от умишлена слепота и не е актуално. То е призрак, машина и чудовище. То трябва да бъде спасено, поправено и държано на разстояние чрез грижите и усилията на живите. То ни смазва,

²⁸⁷ За повече информация по тази трагична тема виж: Suh, G.W., Fabricious, W.V., Parke, R.D., Cookston, J.T., Braver, S.L. & Saenz, D.S. "Effects of the interparental relationship on adolescents' emotional security and adjustment: The important role of fathers." *Developmental Psychology*, 52, 1666-1678.

²⁸⁸ Hicks, S. R. C. (2011). *Explaining postmodernism: Skepticism and socialism from Rousseau to Foucault*. Santa Barbara, CA: Ockham' Razor Multimedia Publishing. Книгата може да се намери в PDF формат на адрес: http://www.stephenhicks.org/wp-content/uploads/2017/10/Hicks-EP-Full.pdf

опитвайки се да ни изкове в социално приемлива форма, и губи огромна част от силата си. Но и предлага щедра отплата. Всяка дума, която изричаме, е дар от предците ни. Всяка мисъл, която ни спохожда, преди това е споходила някой друг, по-умен от нас. Високоефективната инфраструктура, която ни заобикаля, особено на Запад, също е дар от предците ни. Това са сравнително некорумпираните политическа и икономическа системи, технологиите, здравеопазването, продължителността на живота, свободата, благополучието и възможностите. Културата взема с едната ръка, но на някои щастливи места дава много повече с другата. Да схващаме културата само като потисник, е посредствено и неблагодарно, но също и опасно. С това съвсем не искам да кажа (което, надявам се, става ясно от съдържанието на тази книга), че културата не бива да се подлага на критика.

Разгледайте следното съждение от гледна точка на потисничеството: всяка йерархия създава победители и победени. Победителите, естествено, са склонни да защитават йерархията, а победените – да я критикуват. Но: 1) колективното преследване на всяка значима цел създава йерархия (като в преследването на целта някои хора ще се справят по-добре, а други по-зле); и 2) именно преследването на някаква цел до голяма степен придава на живота смисъла, който го поддържа. Ние изпитваме почти всички емоции, които правят живота дълбок и вълнуващ, в резултат на успешното ни придвижване към нещо, което истински желаем и ценим. Цената, която плащаме, за да бъдем част от това, е неизбежното възникване на йерархии на успеха, а неизбежното последствие от този процес е, че всеки от нас постига различен резултат. В този смисъл абсолютното равенство изисква да бъде принесена в жертва самата цел – но тогава няма да ни остане нищо, за което да живеем. Вместо това бихме могли да приемем с благодарност, че сложната, изтънчена култура позволява да има множество игри и множество успешни играчи и че правилно организираната култура позволява на индивидите, които са част от нея, да играят и печелят по свой собствен начин.

Извратено е да смятаме, че културата е творение на мъжете. Тя е символично, архетипно, митично мъжка. Ето защо идеята за патриархата се "преглъща" толкова лесно. Културата със сигурност е творение на човечеството, а не само на мъжете (нито пък само на белите мъже, които, разбира се, дават своя достоен принос). Европейската култура е доминираща, доколкото изобщо може да се определи като такава, около четиристотин години. От гледна точка на времетраенето на културната еволюция – което трябва да се изчислява най-малко в хиляди години – този период е едва забележим. Освен това, въпреки несъществения принос на жените в сферата на изкуството, литературата и науката до 60-те години на миналия век и феминистката революция (нещо, в което не вярвам), ролята, която те са изиграли в отглеждането на децата и в цялата селска работа, е ключова за

възпитанието на момчетата и за освобождаването на мъжете (много малко мъже), за да може човечеството да се развива и да върви напред.

Ето една друга теория: през цялата история на човечеството мъжете и жените се борят отчаяно със сковаващия ужас на глада и лишенията. Жените обаче са в неизгодно положение в тази жестока борба, тъй като наред с всички уязвимости на мъжете, присъщи и на тях самите, те носят бремето за продължаването на рода и освен това са физически по-слаби. В допълнение към мръсотията, бедността, болестите, глада, жестокостта и невежеството, характеризиращи живота и на двата пола преди началото на двайсети век (когато дори хората от западния свят често преживяват с по-малко от един долар на ден, изчислено в днешни пари), жените е трябвало да се справят и с огромното практическо неудобство на менструацията, с високия риск от нежелана бременност, с настъпването на смърт или сериозно увреждане при раждането и с тежкото бреме на прекалено много невръстни деца. Вероятно това е достатъчно основателна причина за различното юридическо и практическо отношение спрямо мъжете и жените, типично за повечето общества преди началото на техническата революция, едно от чиито изобретения са противозачатъчните. Би било разумно да вземем под внимание всички тези неща, преди да приемем като сигурен факт твърдението, че мъжете са потискали жените.

Струва ми се, че така нареченото потисничество на патриархата в действителност представлява един несъвършен колективен хилядолетна продължителност) от страна на мъжете и жените да се освободят от лишенията, болестите и робския, черен труд. Чудесен пример за това е историята на Аруначалам Муруганантам. Този мъж, известен в Индия като "кралят на тампоните", страдал от факта, че жена му трябва да използва нехигиенични парцали по време на менструалния цикъл. В отговор тя му казала да избира между скъпите дамски превръзки и млякото за децата. Опитвайки се да намери решение на проблема, той прекарал следващите четиринайсет години от живота си в състояние на лудост, както смятат съседите му. От него избягали дори жена му и майка му, ужасени от тази вманиаченост. Тъй като не се намерили други доброволки, които да тестват изобретението му, за да реши проблема, самият той започнал да носи балон, пълен със свинска кръв. Трудно ми е да си представя с това поведение как би могъл да подобри популярността или статуса си. Днес измислените от него евтини дамски превръзки се изработват от женски групи за самопомощ и се продават из цяла Индия. Създаденият от Муруганантам продукт осигурява на много жени свободата, която не са имали преди това. През 2014 година този мъж, който няма дори средно образование, намира място в класацията на списание "Тайм" за стоте най-влиятелни личности в света. Считам, че личната изгода няма нищо общо с първоначалната мотивация

Муруганантам. Как мислите, всичко това прави ли го част от патриархата?

През 1847 година Джеймс Янг Симпсън използва етер, за да помогне на една жена с деформиран таз да роди. По-късно той заменя етера с хлороформ, който се оказва, че има още по-добър ефект. Първото бебе, родено след прилагането на това вещество, е наречено Анестезия²⁸⁹. До 1853 година хлороформът придобива толкова добра репутация, че самата кралица Виктория прибягва до помощта му, когато ражда седмото си дете. Удивително скоро след това безболезненото раждане вече е достъпно навсякъде. По онова време се появяват и хора, които предупреждават, че това е нарушение на повелята, която Господ отправя към жените в Битие 3:16: "Ще ти преумножа скръбта в бременността; със скръб ще раждаш чада...". А други се противопоставят на използването му при мъжете: младите, здрави и смели мъже нямат нужда от упойка. Но тази съпротива се оказва безполезна. Употребата на упойката се разпространява изключително бързо (по-бързо, отколкото днес би било възможно). Тя намира подкрепа дори в лицето на някои уважавани духовници.

Първият годен за употреба тампон, "Тампакс", се появява доста по-късно, през 30-те години на миналия век. Създаден е от доктор Ърл Кливланд Хаас. За направата му той използва компресиран памук и разработва специален хартиен апликатор. Този факт спомага да се ограничи съпротивата сред онези, които възразяват срещу докосването на определени места, което иначе би било неизбежно. До средата на 40-те години 25% от жените вече използват тампони. Трийсет години по-късно този процент скача на 70. Днес четири от всеки пет жени използват тампони, а останалите предпочитат дамските превръзки, които сега са суперабсорбиращи и със самозалепващи крилца, които им пречат да се разместват (за разлика от неудобните, обемисти и не толкова надеждни хигиенни материали от 70-те години). Какво е заключението: Муруганантам, Сипмсън и Хаас потискат ли жените, или им дават свобода? Какво да кажем за Грегъри Гудуин Пинкъс – американския биолог, изобретил противозачатъчните? Може ли да се твърди, че тези практични, прозорливи, целенасочени мъже са част от ограничаващия патриархат?

Защо учим младите хора, че невероятната ни култура е плод на потисничество от страна на мъжете? Преподаватели и специалисти от редица разнородни дисциплини – образование, социални дейности, история на изкуството, изследвания на пола, литература, социология и особено право – със сляпо убеждение възприемат мъжете като потисници, а действията им като разрушителни по природа. Много често те настояват за радикални

 $^{^{289}}$ По разкази на роднини момиченцето е кръстено Вилхелмина, а Анестезия е името, което използва доктор Симпсън. – *Б. пр*.

политически мерки – радикални от гледна точка на законите на съответното общество – и използват преподавателските трибуни, за да прокарват тази позиция. Например женският институт "Полин Джует" и катедрата по полови науки в университета "Карлтън" в Отава насърчават активизма като част от своя устав. А катедрата по полови науки в Кралския университет в Кингстън, Онтарио, "преподава теории и методи, основани на феминизма, антирасизма и хомосексуализма и насочени към идеята за активизма като средство за обществена промяна". С други думи, те подкрепят схващането, че университетското образование трябва преди всичко да насърчава определен вид политическа активност.

Постмодернизъм и дългата ръка на Маркс

Тези дисциплини черпят философията си от най-различни източници. Всички те са силно повлияни от марксистките хуманисти. Един от тях е Макс Хоркхаймер, който през 30-те години на миналия век развива така наречената критическа теория²⁹⁰. Всяко кратко обобщение на идеите му би прозвучало прекалено опростено, но поне можем да кажем, че Хоркхаймер сам се определя като марксист. Той вярва, че западните принципи, свързани с индивидуалната свобода и свободния пазар, са просто маска, прикриваща действителната ситуация в западния свят: неравенство, потисничество и експлоатация. Хоркхаймер смята, че интелектуалните усилия трябва да се насочат към постигането на социална промяна (а не просто към разбирането на проблема) и се надява да освободи човечеството от робството, в което се намира. Хоркхаймер и неговата Франкфуртска школа от единомишленици (първо в Германия, а после и в САЩ) насочват усилията си към цялостна критика и трансформация на западната цивилизация.

През последните години особено значение придоби работата на френския философ Жак Дерида, стоящ начело на постмодернистите, които дойдоха на мода в края на 70-те. Дерида описва идеите си като радикална форма на марксизма. А самият Маркс направи опит да сведе историята и обществото до икономиката, представяйки културата като средство за потискане на бедните от богатите. Когато марксизмът беше приложен на практика в Виетнам, Камбоджа Съветския съюз, Китай, И на други икономическите ресурси в тези държави бяха драстично преразпределени. Частната собственост беше премахната, а хората от селските райони – подложени на принудителна колективизация. И какъв беше резултатът? Десетки милиони загинаха. А други стотици милиони души бяха подложени

 $^{^{290}}$ Изследване и критика на обществото и културите въз основа на научното познание, развито от социалните и хуманитарните науки. – E.np

на жестока диктатура, която все още е факт в Северна Корея – последният бастион на класическия комунизъм. Икономиките на тези страни станаха корумпирани и нестабилни. Светът беше въвлечен в дългата и опасна Студена война. А гражданите на тези държави започнаха да живеят в лъжа, да предават семействата си и да доносничат срещу съседите си -да водят окаяно съществуване, без право на оплакване. Или иначе...

Идеите на марксизма се оказват изключително привлекателни интелектуалците утописти. Кхю Самфан, един от главните "архитекти" на ужасите на Червените кхмери, в средата на 70-те години, преди установяването на кървавия режим в Камбоджа, защитава докторска степен в Сорбоната. В докторската си дисертация, написана през 1959-та, той твърди, че работата на "нефермерите" в камбоджанските градове е безполезна – банкерите, бюрократите и бизнесмените не допринасят с нищо за обществото. Според него те са паразити, които живеят на гърба на работещите в селското стопанство, леката промишленост и занаятчийството – тези, които произвеждат истинските блага. Идеите на Самфан се приемат благосклонно от френските интелектуалци, които го удостояват с докторско звание. Когато се завръща в Камбоджа, той получава възможност да приложи теориите си на практика. Червените кхмери изселват хората от градовете в селата, затварят банките, забраняват използването на парите и разрушават целия пазар в страната. Една четвърт от населението на Камбоджа умира от изтезания и глад в "полетата на смъртта".

За да не забравяме: идеите имат последствия

Когато комунистите създават Съветския съюз след края на Първата световна война, хората се надяват (и това може да им бъде простено), че утопичната мечта за един колективен рай, внушавана им от новите лидери, е възможна. Прогнилият социален ред, наследен от миналия деветнайсети век, създава окопите и масовата смърт на "Голямата война". Разривът между бедни и богати е огромен и повечето хора се съсипват от работа при много по-тежки условия от онези, които Оруел описва след време. До Запада достига мълвата за извършените от Ленин престъпления след края на революцията, но се оказва трудно действията му да бъдат оценени от разстояние. След падането на монархията в Русия цари хаос и новините за бурното индустриално развитие и преразпределянето на собствеността, която преминава в ръцете на довчерашните крепостни селяни, е повод за надежда. За да усложни още повече положението, СССР (заедно с Мексико) подкрепя републиканците в Испания, когато през 1936 година там избухва Гражданската война. Те се борят срещу националистите, които разрушават крехката, едва петгодишна демокрация и които получават подкрепата на нацистите и италианските фашисти.

Интелигенцията в Америка, Великобритания и на други места е шокирана от неутралитета на родните си страни. Хиляди чужди граждани се стичат в Испания, за да се бият на страната на републиканците в състава на интернационалните бригади. Един от тях е Джордж Оруел. Ърнест Хемингуей, който симпатизира на републиканците, заминава за Испания като военен кореспондент. Политически ангажирани млади американци, канадци и британци се чувстват морално задължени да спрат да говорят и да започнат да се бият.

Броженията в Испания отвличат вниманието от събитията, които междувременно протичат в Съветския съюз. През 30-те години, по време на Голямата депресия, Съветите на Сталин изпращат в Сибир два милиона "кулаци" – най-заможните руски селяни (които имат няколко крави, дваматрима ратаи и няколко акра земя повече от съседите си). От гледна точка на комунистите тези кулаци са натрупали богатството си, ограбвайки своите съселяни, и с това са заслужили съдбата си. Богатството било свидетелство за потисничество, а частната собственост – кражба. Дошло време да се въздаде справедливост. Повече от трийсет хиляди кулаци са разстреляни на място. Много повече обаче загиват от ръцете на своите най-завистливи, озлобени и злополучни съселяни, които скриват коварните си намерения зад високите идеали на комунистическия колективизъм.

Кулаците били наричани врагове на народа, скотове, измет, паразити, мръсна сган и свине. "Ще направим кулаците на сапун!" – с тези думи се заканил един от жестоките цивилни граждани, които партията и съветските държавни комитети мобилизирали и изпращали в провинцията. Кулаците били изкарвани голи на улицата, пребивани и принуждавани сами да изкопават гробовете си. Жените им били изнасилвани, а имуществото им – "експроприирано", което на практика означавало, че домовете им се претърсвали от дъските на пода до гредите на тавана и всичко, което може да бъде пренесено, се заграбвало. На много места "некулашките" им съселяни оказвали отпор. Това били предимно жени, които обграждали и предпазвали с телата си преследваните семейства. Но съпротивата им била безполезна. Кулаците, които успявали да избегнат смъртта, депортирани в Сибир, най-често посреднощ. Влаковете отпътували през февруари, в най-жестокия руски студ, а в сибирската тайга ги очаквали мизерия и жилищни постройки от най-долнопробен вид. Много от кулаците, особено децата, умирали от тиф, дребна шарка и скарлатина.

Кулаците "паразити" били, общо взето, най-способните и трудолюбиви селскостопански работници. Както знаем, малка група хора реализира повечето постижения във всяка област, и полската работа не прави изключение от това правило. Селското стопанство претърпяло крах.

Малкото, което то успявало да произведе, властите отнемали насила от селата и отнасяли в градовете. Селяните, които излизали на полето, за да съберат останалите след жътвата зрънца жито и да нахранят гладните си семейства, били екзекутирани. През 30- те години на миналия век в Украйна, житницата на Съветския съюз, шест милиона души са загинали от глад. "Да изяждате децата си — това е варварство" — предупреждавали плакати на съветския режим.

За тези зверства се носят не само слухове, но нагласата към комунизма в средите на западните интелектуалци неизменно остава положителна. По това време те имат по-важни неща, за които да се тревожат, и едно от тях е Втората световна война, която превръща СССР и западните страни в съюзници срещу Хитлер, Мусолини и Хирохисито. И все пак има хора, които не си затварят очите за случващото се в съветска Русия. Един от тях е Малкълм Магъридж, който още през 1933 година пише серия от статии за вестник "Манчестър Гардиън", описващи как Съветския съюз унищожава селяните и селското стопанство. Джордж Оруел също разбира какво се случва под диктатурата на Сталин и превръща престъпленията му във всеобщо достояние. През 1945-та той издава "Фермата на животните" – сатирична басня, осмиваща Съветския съюз, – макар че появата на книгата среща сериозни трудности. Дълго след това мнозина, и то неслучайни хора, предпочитат да останат слепи за истината. Това важи с пълна сила за Франция и с още по-голяма сила за френската интелигенция.

Най-уважаваният френски философ от средата на миналия век, Жан-Пол Сартр, е известен с това, че е комунист, макар и без партиен билет, докато не осъжда съветското нахлуване в Унгария през 1956- та. Все пак той продължава да бъде защитник на марксизма и скъсва окончателно със Съветския съюз едва през 1968-ма, когато съюзът потушава жестоко Пражката пролет в Чехословакия.

Скоро след това излиза и документалната книга на Александър Солженицин "Архипелаг ГУЛАГ", която в предишните глави разгледахме доста обширно. Както вече отбелязахме (но си струва да го направим отново), това произведение разбива окончателно доверието в комунистическия морал — първо на Запад, а после и в самия Съветски съюз. Книгата се разпространява апокрифно под формата на така наречената самиздат литература. Руснаците са разполагали с двайсет и четири часа да я прочетат, преди да предадат рядкото копие на следващия жаден за информация ум. Радио "Свободна Европа" излъчва в Съветския съюз четене на книгата на руски език.

Солженицин твърди, че съветската система никога не би оцеляла без диктатурата и робския труд; че семената на най-големите издевателства на режима несъмнено са посяти по времето на Ленин (когото комунистите на

Запад все още се опитват да оправдаят); и че цялата система се крепи на безкрайна мрежа от лъжи, индивидуални и обществени. Греховете ѝ не могат да се припишат на конкретен култ към личността, както твърдят нейните застъпници. В своя документален разказ Солженицин описва системния тормоз, на който са подложени политическите затворници в Съветския съюз, корумпираната правосъдна система и масовите убийства, и с педантични подробности разкрива, че тези неща не са единични отклонения, а непосредствен израз на лежащата в основата им комунистическа философия. След излизането на "Архипелаг ГУЛАГ" вече никой не може да се изправи в защита на комунизма – дори самите комунисти.

Това съвсем не означава, че увлечението по идеите на марксизма, характерно за интелектуалците – особено за френските, – изчезва напълно. То просто се трансформира. Някои от тях отказват да извлекат каквато и да било поука. Сартр осъжда Солженицин като "подривен елемент". Дерида тихомълком заменя идеята за парите с идеята за властта и продължава да си живее безгрижно. Този лингвистичен трик дава възможност на привидно разкаялите се марксисти, които все още се разполагат на върха на западната интелигенция, да запазят досегашния си светоглед. Обществото вече не служи за потискане на бедните от богатите. А за потискане на всички от силните на деня.

Според Дерида йерархичните структури съществуват само за да включват едни (хората, които се облагодетелстват от тези структури) и да изключват други (тоест всички останали, които, естествено, биват потискани). Но дори това твърдение не е достатъчно радикално. Той излага мнението, че разделението и потисничеството са вградени в самия език – вградени в основните категории, които използваме, за да опростяваме света и да се договаряме с него. Категорията "жени" например съществува само защото мъжете се облагодетелстват, когато ги изключват. А категорията "мъже и жени" съществува само защото представителите на тази смесена група се облагодетелстват от изключването на онова незначително малцинство от хора с неясна биологична сексуалност. По същия начин науката облагодетелства единствено учените. А политиката – единствено политиците. Според теорията на Дерида йерархиите съществуват, защото носят изгода от потискането на онези, които биват изключени. Именно тази нечестна изгода е причината да процъфтяват.

Дерида произнася прочутата фраза (макар по-късно да отрича): "Il n'y a pas de hors-texte " най-често превеждана като "няма нищо извън пределите на текста". Последователите му твърдят, че този превод е неправилен и че всъщност фразата трябва да се разбира като "не съществува външен текст". Но така или иначе трудно можем да открием някакъв друг смисъл в тази фраза, освен че "всяко нещо е въпрос на интерпретация". Именно през тази

призма се тълкува и цялата работа на Дерида.

Философията му може да се определи (и това няма да е преувеличено) като крайно нихилистична и деструктивна. Тя поставя под съмнение дори самия акт на категоризация. Според нея единственото основание да правим разлика между обектите и явленията е основанието на силата в нейната най-сурова форма. Ами биологичните разлики между мъжете и жените? И за тях ли се отнася това? Въпреки съществуването на огромно количество научна литература от най-различни дисциплини, която доказва, че до голяма степен сексуалните различния се дължат на определени биологични фактори, за Дерида и неговите последователи от постмарксизма науката е просто още една игра на сила, формулираща определени твърдения, за да облагодетелства "каймака" на научния свят. Тоест фактите не съществуват. Ами положението в йерархията и репутацията? Те не са ли резултат на умения и компетентност? Всички определения за умения и компетентност са измислени от онези, които се възползват от тях, за да изключват другите и да извличат лична, егоистична изгода.

Твърденията на Дерида съдържат доза истина, която отчасти дава обяснение на вероломния им характер. Властта е една от основните мотивиращи сили ("една от", а не основната). Хората се съревновават, за да се изкачат на върха, и за тях е от значение какво място заемат в йерархията на доминиране. Но има и нещо друго (и този факт, философски погледнато, разграничава момчето от мъжа): това, че властта е фактор за човешката мотивация, не значи, че тя е единственият или основният фактор. По същия начин фактът, че не можем да знаем всичко, ни принуждава в наблюденията и изказванията си да вземаме под внимание едни неща и да пренебрегваме други (както се убедихме в Правило 10). Но това не оправдава твърдението, че всичко е въпрос на интерпретация или че категоризацията означава изключване. Пазете се от опростените интерпретации и от хората, които ги правят.

Въпреки че фактите не говорят сами за себе си (както земята, която се простира пред пътешественика, не му дава указания как да премине през нея) и въпреки че има хиляди начини, по които да възприемате и да взаимодействате дори с малко на брой обекти, това не значи, че всички интерпретации са еднакво валидни. Някои нараняват — вас самите или околните. Други ви поставят в конфликт с обществото. Някои не издържат на проверката на времето. Други не ви помагат да стигнете до желаната цел. Много от тези ограничения са кодирани вътре в нас в резултат на милиардите години еволюция. Други възникват в процеса на общуване, при който мирно и ползотворно си сътрудничим и се съревноваваме с хората около нас. Има и други интерпретации, които възникват, когато се учим от грешките си и се отказваме от непродуктивните модели на поведение. Съществува безкрайно

множество от интерпретации — или казано по друг начин, безкрайно множество от проблеми. *Но и силно ограничен избор от надеждни решения*. В противен случай животът щеше да е лесен. А това не е така.

Самият аз имам някои убеждения, които могат да се определят като леви. Например смятам, че тенденцията към силно изразено неравномерно разпределение на благата представлява постоянна заплаха за стабилността на обществото. За това има немалко убедителни доказателства. Но не и очевидно решение на проблема. Все още не сме намерили начин как да преразпределим богатството, без да предизвикаме редица други проблеми. Различните западни общества използват различен подход, опитвайки се да намерят изход. В Швеция например равенството между хората е доведено до крайност. Съединените щати използват противоположния подход, като се опират на идеята, че свободният капитализъм създава такова нетно богатство, което може да се сравни с прииждащия прилив на океана, повдигащ всички лодки. Резултатите от тези експерименти засега остават неясни. Освен това съществуват значителни различия между отделните държави. Те се различават по своята история, географско местоположение, численост и етнически състав на населението, а това затруднява извършването на директни съпоставки. Но едно нещо е сигурно: принудителното преразпределяне на благата в името на утопичното равенство е все едно да извадим очи, вместо да изпишем вежди.

Освен това мисля, че постепенното превръщане на университетските администрации в подобие на частни корпорации е грешка — мнение, което също може да се приеме като левичарско. Мисля, че науката за мениджмънта е псевдодисциплина. Вярвам, че понякога правителството е сила за добро, както и необходим арбитър в прилагането на малък брой необходими правила. От друга страна, не разбирам защо държавата осигурява обществена субсидия на образователни институции и лица, чиято съзнателна, конкретна и ясно заявена цел е да разрушат културата, която ги поддържа. Тези хора имат пълното право да мислят и действат така, както намерят за добре, стига да е в рамките на закона. Но определено нямат разумни основания да искат обществено финансиране. Ако крайнодесните организации получаваха обществено финансиране за политическите си действия, завоалирани като университетски курсове (каквото крайнолевите определено получават), протестите на прогресивните партийци биха отекнали из цяла Северна Америка.

Радикалните дисциплини крият и други сериозни проблеми, без да броим фалша и лъжите на техните теории или твърдението, че колективният политически активизъм е морално задължение. Не съществува нито едно безспорно доказателство в подкрепа на главните им твърдения: че западното общество е патологично патриархално; че най-важният урок на историята се

изразява в това, че мъжете (а не природата) са основният източник на потисничество за жените; че всички йерархии се опират на силата и имат за цел да "изключват". Йерархиите съществуват по много причини (основателни или не) и са изключително древни от гледна точка на еволюцията. В този ред на мисли, мъжките ракообразни потискат ли женските? И не трябва ли йерархиите им да се обърнат наопаки?

В добре функциониращите общества (но не в сравнение с някаква хипотетична утопия, а съпоставени с други култури, съществуващи или вече изчезнали) главният показател за статуса е компетентността, а не властта. Компетентността. Способностите. Уменията. Не властта. Това е очевидно и от практическа, и от фактическа гледна точка. Някой с мозъчен тумор дали ще се вълнува от въпроса за равенството до такава степен, че да се откаже от услугите на хирурга с най-доброто образование, най-безупречната репутация и може би най-високите доходи? Освен това в западните страни се счита, че най-достоверният показател за дълготраен успех са такива качества на личността като интелигентност (измервана посредством когнитивната способност, или т.нар. коефициент на интелигентност) и съвестност (качество, което включва старание и постоянство).²⁹¹ Но има и изключения. Предприемачите и хората на изкуството показват много повече отвореност към нов опит 292 (друго важно качество на личността), съвестност. 293 Този вид отвореност се свързва с лингвистичната интелигентност и креативността и затова е нормално да бъде изключение. Прогнозната сила на тези качества, в математически и икономически смисъл, е изключително висока – една от най-високите сред всички качества, които социалните науки са подлагали на изследване по Използването на личностни/ когнитивни тестове може да увеличи шансовете на работодателя да наеме човек с по-висока от средната компетентност от 50:50 на 85:15.

Това са строгите факти и те са потвърдени – като всички други факти в социалните науки (а това говори много, тъй като социалните науки са много по-надеждна и ефективна дисциплина, отколкото признават циничните им критици). По този начин държавата подкрепя не само едностранчивия

²⁹¹ 188. Higgins, D.M., Peterson, J.B. & Pihl, R.O. "Prefrontal cognitive ability, intelligence, Big Five personality, and the prediction of advanced academic and workplace performance." *Journal of Personality and Social Psychology*, 93, 298-319.

²⁹² Отвореност към нов опит е една от най-важните черти на характера според модела ОСЕАN – петфакторен модел на личността, наричан още *Голямата петорка*. Другите качества са: съзнателност, екстраверсия, доброжелателност и невротизъм. – *Б.пр*.

²⁹³ Carson, S.H., Peterson, J.B. & Higgins, D.M. (2005). "Reliability, validity and factor structure of the Creative Achievement Questionnaire." *Creativity Research Journal*, 17, 37-50.

радикализъм, но и насаждането на идеологии. Както не учим децата си, че земята е плоска, по същия начин не бива да ги учим на каквито и да е непотвърдени, идеологически обусловени теории за природата на мъжете и жените или за природата на йерархията.

Не е излишно да отбележим (ако позволят деконструкционистите²⁹⁴), че науката е склонна да служи на интересите на властта и че доказателство се нарича това, което хората с власт, включително учените, смятат за доказателство. В края на краищата учените също са хора, а хората обичат властта – подобно на омарите и подобно на деконструкционистите, които искат да се прочуят с идеите си и се домогват до върховете на академичните си йерархии. Но това не значи, че науката – и дори деконструкционизмът – се изчерпва изцяло с желанието за власт. Защо да вярваме на това? Защо да настояваме, че е истина? Вероятно отговорът е следният: щом властта съществува, следователно използването на власт е напълно оправдано. Значи за използването ѝ няма никакви ограничения – няма нужда от доказателства, методи и логика, и дори от последователност. Няма ограничения, свързани с каквото и да е, "извън текста". От това следва, че мнението и властта са точно толкова привлекателни, колкото е сигурно, че властта ще бъде използвана за налагането на това мнение. Безумното и напълно непонятно постмодерно твърдение, че всички полови различия са социално конструирани, става твърде разбираемо, когато проумеем неговата морална императивност - когато веднъж завинаги стане ясно, че то служи за оправдаване на властта: обществото трябва да се промени, или отклоненията трябва да се отстранят, така че всички условия да станат справедливи. Но в основата на това схващане на социалния конструкционизъм лежи стремежът към второто твърдение, а не вярата в справедливостта на първото. От това, че всички неравенства трябва да се премахнат (неравенството се приема като същината на всяко зло), следва, че половите различия трябва да се разглеждат като социално конструирани. В противен случай стремежът към равенство би бил прекалено радикален, а доктрината – явна пропаганда. Налице е обръщане на логическата последователност, така че идеологията да бъде прикрита. А фактът, че подобни твърдения неизбежно водят до вътрешни противоречия в самата идеология, остава напълно пренебрегнат. Полът е социално явление, но индивидът, който иска да се подложи на операция за смяна на пола, безспорно се възприема като мъж, затворен в женско тяло (и обратното). Фактът, че тези две твърдения са логически несъвместими, просто се пренебрегва (или се оправдава с друго не по-малко отблъскващо постмодерно твърдение: че сама по себе си

 $^{^{294}}$ От деконструкция — подход за разбиране на връзката между текст и смисъл, въведен от френския философ Жак Дерида. — E.np.

логиката — наред с използваните от науката методи — е част от потискащата патриархална система).

Също така трябва да отбележим, че е невъзможно всички условия да бъдат изравнени. Първо, тези условия трябва да бъдат измерени. Например сравняването на заплатите на хора, заемащи еднакви длъжности, е относително справедливо (този процес се усложнява съществено от някои допълнителни фактори като датата на започване на работа, тъй като в различните периоди е налице различно търсене на служители). Процесът на сравнение включва и други фактори, които също имат отношение: период на заемане на длъжността, темпо на повишение и социално въздействие. А принципът "еднаква заплата за една и съща работа" прави практически невъзможно това сравнение по една проста причина: как може да се определи коя работа е една и съща? Това е невъзможно. Ето защо съществува пазарът на труда. Проблемът се усложнява още повече при сравняване на различни групи: жените трябва да печелят колкото мъжете или чернокожите жени трябва да печелят колкото белите. Така да бъде! Но при това положение трябва ли заплатите да бъдат съобразени с всички особености на расата? На какъв принцип? Кои расови категории са "истински"?

Ето един елементарен бюрократичен пример. Националният институт по здравеопазване в САЩ прави разлика между следните расови или етнически групи: американски индианци, коренни жители на Аляска, азиатци, чернокожи, латиноамериканци, коренни жители на Хаваите или на други острови в Тихия океан и "бели". В Америка обаче има над петстотин различни индиански племена. По каква логика тогава събирателното "американски индианци" се е превърнало в официално приета категория? Средният годишен доход при индианците от племето Осейдж е 30 хиляди долара на човек, а при индианците Тохомо о одхам – 11 хиляди долара. Тези две племена еднакво потискани ли са? Ами хората с увреждания? Ето още едно твърдение: хората с увреждания трябва да печелят колкото тези без увреждания. Много добре! На пръв поглед това е едно благородно, състрадателно и справедливо твърдение. Как да определим обаче кои хора са нетрудоспособни? Нетрудоспособен ли е например един човек, който живее с родител, болен от Алцхаймер? И ако не е такъв, защо? Ами този, който има нисък коефициент на интелигентност? Или наднормено тегло? Или е недостатъчно привлекателен? Някои хора са обременени с толкова много проблеми, че те се оказват непосилни за тях. Всъщност много рядко ще срещнете човек, който през целия си живот не е преживял нито едно нещастие, особено ако включим в уравнението и членовете на семейството. И защо да не го направим? Ето защо (и това е основният проблем): груповата идентичност може да се разложи на съставящите я индивиди. Това изречение трябва да се напише с главни букви. Всеки човек е уникален и това не са празни думи. Всяка личност е важна, значима и уникална по свой собствен начин. Отнасянето на индивида към някаква група ни пречи да доловим това многообразие.

Цялата тази сложност никога не е обсъждана от постмодерните/марксистки мислители. Те възприемат идеологически подход, който фиксира една точно определена истина и принуждава всичко да се върти около нея, като звездите около Полярната звезда. Твърдението, че всички полови различия са следствие от социализацията, в известен смисъл не може нито да се докаже, нито да се обори, защото културата понякога бива налагана с такава сила върху определени групи или индивиди, че на практика всеки резултат става постижим, стига да сме готови да платим цената. От изследвания на еднояйчни близнаци, дадени за осиновяване, ²⁹⁵ става ясно, че културата може да увеличи коефициента на интелигентност с 15 точки (или едно стандартно отклонение) при повишаване на доходите с три стандартни отклонения.²⁹⁶ (Грубо казано, това е разликата между един средно добър ученик от гимназията и средно добър студент от държавен университет.) Това означава, че коефициентът на интелигентност при двойка еднояйчни близнаци, разделени при раждането, ще се различава с 15 точки, ако единият е отгледан в семейство, което е по-бедно от 85% от всички семейства, а другият – в семейство, което е по-богато от 95% от всички семейства. Наскоро бяха публикувани подобни резултати, но образованието, а не с жизнения стандарт.²⁹⁷ Не знаем обаче каква промяна в жизненият стандарт или образованието би довела до някои доста по-крайни изменения.

Такива изследвания подсказват, че вероятно бихме могли да минимизираме вродените различия между момчета и момичета, ако сме готови да упражним върху тях достатъчно натиск. Но в този случай няма никакви гаранции, че хората от двата пола ще имат свободата да избират сами. Изборът няма място в идеологическата картина: ако мъжете и жените действат доброволно, създавайки неравни полови условия, значи този избор

²⁹⁵ Bouchard, T.J. & McGue, M. (1981). "Familial studies of intelligence: a review." *Science*, 212, 1055-1059; Brody, N. (1992). *Intelligence*. New York: Gulf Professional Publishing; Plomin R. & Petrill S.A. (1997). "Genetics and intelligence. What's new?" *Intelligence*, 24, 41-65.

²⁹⁶ Schiff, M., Duyme, M., Dumaret, A., Stewart, J., Tomkiewicz, S. & Feingold, J. (1978). "Intellectual status of working-class children adopted early into upper-middle-class families." Science, 200, 1503-1504; Capron, C. & Duyme, M. (1989). "Assessment of effects of socioeconomic status on IQ in a full cross-fostering study." *Nature*, 340, 552-554.

²⁹⁷ Kendler, K.S., Turkheimer, E., Ohlsson, H., Sundquist, J. & Sundquist, K. (2015). "Family environment and the malleability of cognitive ability: a Swedish national home-reared and adopted-away cosibling control study." *Proceedings of the National Academy of Science* USA, 112, 4612-4617.

се определя от културните отклонения. Следователно там, където съществуват полови различия, всеки индивид се оказва жертва с промит мозък и тогава поправянето на тези различния се превръща в морално задължение на строгия критичен теоретик. Това означава, че развилите нагласа към полово равенство скандинавски мъже, които не проявяват интерес към професията на медицинската сестра, се нуждаят от допълнителна преквалификация. Същото важи за скандинавките, които не си падат по инженерните специалности. ²⁹⁸ В какво се изразява тази допълнителна преквалификация? Докъде се простират нейните граници? Преди да бъдат прекратени, подобни процеси често излизат извън всякакви разумни граници. Това е урок, който отдавна трябваше да сме научили от жестоката Културна революция на Мао.

Момчетата се превръщат в момичета

Според някои теории на социалния конструкционизъм светът щеше да бъде по-добро място, ако момчетата се бяха социализирали по същия начин като момичетата. Защитниците на тези теории приемат, че: 1) агресията е заучено поведение и следователно може просто да не се възпитава и 2) (ще си послужим с един цитат) че "момчетата трябва да се социализират по традиционния за момичетата начин, като биват насърчавани да развиват положителни в социален аспект качества като нежност, чувствителност, грижовност, отзивчивост и усет към естетиката". Според авторите на тези теории агресията може да бъде ограничена, ако подрастващите момчета и юноши "се възпитават в същите принципи на поведение, които обикновено се насърчават при момичетата". 299

Тази идея съдържа толкова много недостатъци, че дори не мога да реша откъде да започна. Първо, твърдението, че агресията е чисто и просто заучено поведение, не отговаря на истината. Агресията е вроден импулс. Съществуват древни биологични функции, които лежат в основата на

²⁹⁸ Относно позицията на Организацията за икономическо сътрудничество и развитие (ОЕСD) виж: *Closing the gender gap: Sweden* (Затваряне на пропастта между половете: Швеция). Дискусията започва с преглед на статистически данни, показващи, че в сферата на образованието момичетата са повече от момчетата и че заетите в здравеопазването жени надвишават значително броя на мъжете, но подценява факта, че в компютърните науките мъжете все още имат превес. Информацията е взета от: https://www.oecd.org/sweden/Closing%20the%20Gender%20Gap%20-%20Sweden%20FINAL.pdf

²⁹⁹ Eron, L. D. (1980). "Prescription for reduction of aggression." *The American Psychologist*, 35, 244-252 (p. 251).

агресията като защитен или "хищнически" механизъм. ³⁰⁰ Те са толкова първични, че се проявяват дори при домашни котки, изгубили онези части от мозъка, които са еволюирали в сравнително недалечното минало и представляват значителен дял от общата му структура. Това навежда на мисълта, че агресията е не просто вродена, а се поражда от функцията на някои изключително древни, първични области на мозъка. Ако си представим мозъка като дърво, то агресията (подобно на глада, жаждата и сексуалното желание) е част от самия ствол.

В тази връзка, оказва се, че около 5% от двегодишните момчета са доста агресивни по темперамент. Те вземат играчките на другите деца, ритат, удрят и хапят. Въпреки това повечето от тях се социализират успешно до двегодишна възраст. 301 Но не си мислете, че тази промяна настъпва, защото са поощрявани да се държат като малки момиченца. Посредством възпитанието или от личния си опит те усвояват умението да освобождават агресията с действия и занимания, които са социално приемливи. Агресията лежи в основата на стремежа да се изявиш, да покажеш на какво си способен, да премериш сили с другите и да победиш – да заявиш, че има поне едно нещо, в което си добър. Решителността – ето това е нейното достойно за възхищение, социално приемливо лице. Агресивните деца, които не се научават да владеят буйния си темперамент до края на ранната детска възраст, са обречени на изолация и отхвърляне, защото по-нататък първичната враждебност им пречи да се впишат в социален план. Отхвърлени от връстниците си, те нямат друга възможност да социализират и често се превръщат в аутсайдери. В юношеска и в зряла възраст те проявяват по-силна склонност към антисоциално и престъпно поведение. Но това съвсем не означава, че агресивният импулс е напълно лишен от стойност или приложимост. Той е полезен най-малкото при самозащита.

³⁰⁰ Въпросът е разгледан тук: Peterson, J.B. & Shane, M. (2004). "The functional neuroanatomy and psychopharmacology of predatory and defensive aggression." In J. McCord (Ed.). Beyond empiricism: *Institutions and intentions in the study of crime*. (Advances in Criminological The-ory, Vol. 13) (pp. 107-146). Piscataway, NJ: Transaction Books; виж също Peterson, J.B. & Flanders, J. (2005). "Play and the regulation of aggression." In Tremblay, R.E., Hartup, W.H. & Archer, J. (Eds.). *Developmental origins of aggression*.

(Chapter 12; pp. 133-157). New York: Guilford Press.

³⁰¹ Tremblay, R. E., Nagin, D. S., Seguin, J. R., et al. (2004). "Physical aggression during early childhood: trajectories and predictors." *Pediatrics*, 114, 43-50.

Състраданието като порок

Много от жените (може би дори болшинството), които срещам в клиничната си практика, имат проблеми в работата или в семейния живот не защото са прекалено агресивни, а защото не показват достатъчно агресия. Когнитивно-поведенческите терапевти използват понятието "асертивен тренинг" ³⁰² за лечението на тези хора, чийто характер се отличава с типичните по-скоро за жените доброжелателност (учтивост и състрадание) и невротичност (тревожност и емоционална болка) 303. Недостатъчно агресивните жени (или мъже, но такива се срещат по-рядко) правят прекалено много за другите. Те са склонни да се държат с околните, сякаш са беззащитни деца. Обикновено се отличават с наивност. Смятат, че всяко социално взаимодействие трябва да се основава на сътрудничество и избягват конфликтите (тоест отказват да се изправят срещу проблемите в личните отношения и в работата си). Те непрекъснато се жертват за другите. Тази склонност на пръв поглед прилича на добродетел – и определено има своите социални предимства, - но много често се оказва едностранчива и неефективна. Това е така, защото прекалено доброжелателните хора отстъпват пред другите, те не отстояват мнението и желанията си. Приемат, че останалите разсъждават като тях, и не изискват, а очакват взаимност за любезното си поведение. Ако това не се случи, те предпочитат да си замълчат. Не изискват открито да получат признание. Заради подчиненото им положение тъмната страна на характера им излиза наяве и те се изпълват с негодувание.

Опитвам се да уча хората, които са прекалено доброжелателни, да забелязват кога изпитват негодувание — една изключително важна и силно "токсична" емоция. Съществуват две основни причини за появата ѝ. Първата е, че другите ви използват (или че позволявате това да се случи). Втората причина е жалкият отказ да поемете отговорност и да пораснете. Ако изпитвате негодувание, потърсете причината. Може да обсъдите проблема с човек, на когото имате доверие. Чувствате ли се обидени и оскърбени по начин, който издава незрялост? Обмислете внимателно въпроса. Ако не е така, най-вероятно някой се възползва от вас. Този факт ви изправя пред моралното задължение да се защитите. Това може да значи да се

 $^{^{302}}$ Терапевтичен подход, при който се използват различни техники и упражнения за повишаване на самооценката и формиране на лична увереност. – E.np.

³⁰³ Heimberg, R. G., Montgomery, D., Madsen, C. H., & Heimberg, J. S. (1977). "Assertion training: A review of the literature." *Behavior Therapy*, 8, 953-971; Boisvert, J.-M., Beaudry, M., & Bittar, J. (1985). "Assertiveness training and human communication processes." *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 15, 58-73.

противопоставите на шефа си, на партньора, на детето или на родителите си. Може да значи също, че трябва да съберете доказателства. Така ще бъдете подготвени и следващия път, когато се изправите пред този човек, ще посочите с примери (най-малко три) в какво се е провинил, за да не може толкова лесно да се измъкне. Опонентът ви може да откаже да отстъпи и да отвърне с контрааргументи. Хората рядко разполагат с повече от четири. Ако не се поддадете, човекът срещу вас може да се ядоса, може да се разплаче или просто да избяга. Сълзите са най-доброто оръжие в такава ситуация. Много често те имат за цел да накарат обвинителя да изпита вина за това, че на теория е причинил болка и е наранил чувствата на другия. Не забравяйте обаче: сълзите често се проливат от гняв. Силно зачервеното лице почти винаги е сигурен знак за това. Ако обвинението ви издържи срещу първите четири контрааргумента и ако не се поддадете на емоциите, тогава ще спечелите вниманието на опонента си – най-вероятно и неговото уважение. Имайте предвид, че това е истински конфликт и няма да бъде нито приятно, нито пък лесно.

Освен това трябва да осъзнавате ясно какво искате от ситуацията и да сте готови да го изразите също толкова ясно. Най-добре кажете на човека, с когото спорите, какво точно искате да стори вместо това, което е направил или все още прави. Може би си мислите: "Ако ме обичаше, щеше да знае какво да направи". Но това е гласът на негодуванието. Преди да обвинявате в злонамереност, допуснете, че другият може да е сгрешил от незнание. Никой не знае какво искате и от какво се нуждаете – понякога и самите вие. Ако се опитате да определите какво точно желаете, може да установите, че е нещо съвсем различно от това, което си мислите. Малко вероятно е човекът, който ви потиска, да е по-съобразителен от вас, особено що се отнася до вас. Вместо да чакате сам да се сети, кажете му направо какво искате – разбира се, след като си изясните какво е то. Поискайте нещо малко и разумно, но първо се уверете, че резултатът от него ще ви удовлетвори. По този начин вие влизате в спора с решение, а не просто с проблем.

Хората, които са доброжелателни, състрадателни, емпатични и неконфликтни (всички тези качества вървят в комплект), позволяват на другите да ги тъпчат. И накрая самите те се озлобяват. Те се жертват за другите, понякога стигайки до крайност, а после недоумяват защо никой не им отвръща със същото. Доброжелателните хора са отстъпчиви и това ги лишава от независимост. Силната невротичност повишава още повече тази опасност. Те се съгласяват с всяко предложение от страна на околните, вместо (поне веднъж) да настояват на своето. Така те се превръщат в хора без собствено мнение, нерешителни и вечно колебаещи се. Ако в допълнение към това са страхливи и лесно раними, те имат още по-малко причини да отстояват позицията си на думи и на дела, защото това значи да поемат риск,

да се изложат да опасност (поне в краткосрочен план). Технически погледнато, това е пътят към зависимото личностно разстройство. ³⁰⁴ Този вид състояние може да се определи като обратната страна на антисоциалното личностно разстройство, свързано с такива черти на характера, които подтикват към нарушаване на правилата при децата и юношите и към престъпно поведение при възрастните. Би било прекрасно, ако престъпникът беше обратното на светеца — но това не е така. Обратното на престъпната личност е едиповата майка, чието поведение също е вид престъпление.

Едиповата майка (бащата също може да играе тази роля, но по-скоро като изключение) казва на детето си: "Живея само заради теб". Тя прави всичко за него и вместо него. Завързва връзките на обувките му, реже храната в чинията му и много често му позволява да спи в леглото на родителите. Това е също така отличен безконфликтен метод за избягване на нежеланото сексуално внимание.

Едиповата майка сключва сделка със себе си, с детето си и с дявола. Сделката е следната: "Каквото и да се случи, никога не ме изоставяй. В замяна на това аз ще направя всичко за теб. Ще пораснеш, без да съзрееш. Ще бъдеш безполезен и озлобен. Но никога няма да се наложи да поемаш отговорност, а за грешките, които правиш, винаги ще е виновен някой друг". Детето би могло да приеме или да отхвърли тази сделка, така че в известен смисъл то има избор.

Едиповата майка е вещицата от приказката за Хензел и Гретел. В живота на двете деца се появява мащеха. Тя нарежда на съпруга си да ги остави в гората, тъй като семейството гладува, а според нея братчето и сестричето ядат твърде много. Бащата се подчинява на новата си жена, отвежда децата навътре в гората и ги оставя на произвола на съдбата. Те дълго се скитат през гората, гладни и изплашени, и тогава се случва чудо. Пред очите им се показва къщичка. Но не каква да е. Къщичката е направена от хляб, има прозорци от захар и е покрита с козунак. Читателят, който не страда от прекомерна доброжелателност, емпатия, състрадание и отзивчивост, вероятно ще попита скептично: "Това не е ли прекалено хубаво, за да е истина?". Но децата са прекалено наивни и прекалено отчаяни.

В къщичката ги посреща една добра старица, спасителка на изпаднали в беда дечица, която ще ги утеши, ще издуха носовете им и ще изпълни всяко тяхно желание, и то на секундата. Тя нагостява децата, храни ги с каквото поискат и когато поискат, а те не трябва да вършат нищо в замяна. Но от

³⁰⁴ Trull, T. J., & Widiger, T. A. (2013). "Dimensional models of personality: The five-factor model and the DSM-5." *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 15,135-46; Vickers, K.E., Peterson, J.B., Hornig, C.D., Pihl, R.O., Seguin, J. & Tremblay, R.E. (1996). "Fighting as a function of personality and neuropsychological measures." *Annals of the New York Academy of Sciences*. 794, 411-412.

толкова много грижи старицата огладнява. Тя затваря Хензел в една кошара, за да го угои още по-добре. Ала той успява да я заблуди, че си остава все така слаб, като вместо пръста си ѝ подава едно кокалче. Дългото чакане обаче я изнервя и накрая тя слага дърва в печката, за да сготви и изяде обекта на своята прекомерна грижовност. Тогава Гретел, която старицата очевидно не е успяла да подчини напълно, изчаква удобния момент и блъсва милата стара жена в печката. Така децата успяват да избягат и отново да се съберат с баща си, който искрено се разкайва за стореното зло.

В подобни семейства най-апетитната част от детето е неговата личност и тя е първото, което бива погълнато. Прекалената закрила съсипва крехката, неукрепнала психика.

Вещицата от приказката за Хензел и Гретел е Лошата майка, тъмната страна на символичната женственост. Поради своята дълбоко социална същност ние сме склонни да си представяме света като приказка, чиито основни персонажи са майката, бащата и детето. Женското начало – това е непознатата природа, съществуваща извън пределите на култура, съзидание и разрушение. Това е закрилящата майчина любов и разрушителната стихия на времето, непорочната майка девица и вещицата, която живее в блатото. В края на 19-ти век един антрополог на име Йохан Якоб Бахофен се опита да представи този архетипен образ като обективна историческа реалност. Бахофен твърди, че историческото развитие на човешкото общество преминава през различни етапи.

Първият етап, който настъпва след началния период на анархия и хаос, се нарича *Das Mutterrecht*³⁰⁵ - общество, в което жените заемат доминираща позиция ³⁰⁶ в групата и са обект на почит и уважение; общество, в което властват полиаморията ³⁰⁷ и безразборните отношения, а въпросът с бащинството е напълно несигурен. Вторият етап, дионисиевият, е период на преход, през който матриархалната структура на обществото е разрушена и властта преминава в ръцете на мъжете. Третият етап, аполоновият, продължава до днес. При него се прилагат законите на патриархата и всяка жена принадлежи на един-единствен мъж. Въпреки че не са подкрепени с исторически факти, идеите на Бахофен оказват силно влияние в определени среди. През 80-те и 90-те години археологът Мария Гимбутас развива

 $^{^{305}}$ Das Mutterrecht (нем.) – матриархат, майчино право – *Б. пр.*

³⁰⁶ Bachofen, JJ. (1861). Das Mutterrecht: Eine untersuchung uber die gynaikokra tie der alten welt nach ihrer religiosen und rechtlichen natur. Stuttgart: Verlag von Krais und Hoffmann.

 $^{^{307}}$ Интимни отношения с повече от един партньор, със съгласието на всички, които са част от връзката. – E.np.

теорията, че по време на неолита Европа се характеризира с миролюбива култура, съсредоточена около образа на богинята и майката. Пимбутас твърди, че тази култура бива унищожена и заменена от агресивната йерархична култура на войната, която полага основите на съвременното общество. Мерлин Стоун, която е специалист по история на изкуството, излага същата теория в книгата си "Когато Господ беше жена "310". Тази група хипотези, които се отличават с архетипно-митологичен характер, през 70-те години се превръща в идейна основа на феминизма и свързаните с него движения за равни права на жените и изследвания в областта на матриархалното. В книгата си "Митът за матриархалната предистория "311" Синтия Елър подлага на остра критика тези хипотези и определя идейната основа на феминизма като "красива лъжа". 312

Десетилетия преди това с идеите на Бахофен за древния матриархат се сблъсква Карл Юнг. Той бързо осъзнава, че еволюционното развитие, което описва неговият живял по-отдавна съотечественик, представлява по-скоро психологическа, отколкото историческа реалност. В мисленето на Бахофен той забелязва същия процес на проектиране на въображаеми фантазии върху външния свят, който води до населяването на космоса със съзвездия и богове. В "Произход и история на съзнанието"313 и във "Великата майка"314 Ерих Нойман, който е близък сътрудник на Юнг, доразвива тази идейна постановка. Нойман проследява появата на съзнанието, символично мъжка природа, и го противопоставя на неговия символично женски произход (майката, матрицата), като включва теорията на Фройд за едиповия родител в един по-широк архетипен модел. И за двамата психолози съзнанието – което е винаги символично мъжко, дори у жените, – се стреми нагоре, към светлината. Неговото развитие е болезнено и предизвиква тревожност, тъй като носи със себе си осъзнаването на уязвимостта и смъртта. То може лесно да се изплъзне и да потъне отново в дълбините на зависимостта и безсъзнателното, отхвърляйки бремето на съществуването. Този патологичен стремеж се усилва от всичко, което възпрепятства

³⁰⁸ Gimbutas, M. (1991). *The civilization of the goddess*. San Francisco: Harper.

³⁰⁹ Stone, M. (1978). When God was a woman. New York: Harcourt Brace Jovanovich.

 $^{^{310}}$ When Goda Was a Woman – книгата не е преведена на български език – *Б. пр.*

³¹¹ The Myth of Matriarchal Prehistory – книгата не е преведена на български език. – Б.пр.

³¹² Eller, C. (2000). The myth of matriarchal prehistory: Why an invented past won't give women a future. Beacon Press.

³¹³ Neumann, E. (1954). *The origins and history of consciousness*. Princeton, NJ: Princeton Uni-versity Press.

³¹⁴ Neumann, E. (1955). *The Great Mother: An analysis of the archetype*. New York: Routledge & Kegan Paul.

просветлението, изразяването на истината, рационалността, самоопределянето, вътрешната сила и компетентността — тоест всичко, което прекалено много предпазва и закриля и следователно задушава и поглъща. Пример за такава прекомерна закрила е едиповото семейство на Фройд — отклонение, което бързо се превръща в социална политика.

Идеята за Лошата майка е древен символ. Тя е персонализирана в образа на Тиамат в най-ранната писана история, която науката успява да възстанови — месопотамската поема "Енума елиш"³¹⁵. Тиамат е богинята майка, от която произлиза всичко — и богове, и хора. Тя е непознатото, хаосът и природата, която поражда всяка форма на живот. Тя е и женското божество с тяло на дракон, което се опитва да унищожи собствените си деца, когато те убиват по невнимание баща си и остават да живеят върху останките му. Лошата майка е духът на безразличната безсъзнателност, който се опитва да примами вечно търсещия изява дух на съзнателното и просветлението и да го задържи в подобната на утроба сигурна прегръдка на подземния свят. Това е и страхът, който младите мъже изпитват пред силно привлекателните жени, въплъщение на самата природа, които са готови да ги отхвърлят на найдълбоко, съкровено интимно ниво. Нищо не е в състояние да изостри самосъзнанието, да подкопае куража и да засили чувствата на нихилизъм и омраза както задушаващата прегръдка на прекалено грижовната майка.

Образът на Лошата майка присъства в множество приказки и истории за възрастни. Тя олицетворява тъмната природа на живота и е Злата кралица от "Спящата красавица" – и Малефисент в адаптацията на "Дисни". Знатните родители на принцеса Аврора пропускат да поканят тази зла сила на церемонията по случай кръщенето на новородената им дъщеря. Те я предпазват от опасната и разрушителна страна на реалността, тъй като не искат детството ѝ да бъде засенчено от трудности и изпитания. И какво постигат по този начин? В пубертета тя е все така неосъзната. Мъжкият дух, принцът, е едновременно мъжът, който може да я спаси, откъсвайки я от родителите, но и собственото ѝ съзнание, затворено в тъмница в резултат на машинациите на тъмната страна на женската природа. Когато принцът успява да избяга и започва да притиска Злата кралица, тя се превръща в самия Дракон на хаоса. Символично мъжкото я побеждава с помощта на истината и вярата, намира принцесата и отваря очите ѝ с целувка.

Някои може да възразят (и пример за това е "Замръзналото кралство" – един от по-новите анимационни филми на "Дисни", съдържащ дълбока пропаганда), че жената не се нуждае от мъж, който да я спасява. Това може да е вярно, а може и да не е. Може би единствено жената, която иска (или

 $^{^{315}}$ Древна шумеро-акадска поема, описваща сътворението на света. Наречена е "Енума елиш" по първите думи, с които започва. В буквален превод: "Когато там горе" (от акадски) – E.np.

има) дете, се нуждае от мъж, който да я спаси, или най-малкото да я подкрепя и да ѝ помага. Във всеки случай, ако има нещо, което със сигурност трябва да бъде спасено, това е съзнанието на жената, а то, както вече отбелязахме, е символично мъжко, каквото е било винаги, още от зората на времето (под формата на реда и на Логоса, опосредстващия принцип). Принцът може да е любимият, но от друга страна, той може да е пробудената бдителност на жената, способността ѝ да вижда ясно и нейната прагматична независимост. Това са типично мъжки черти – и в реалността, и в символичен план, тъй като в сравнение с жените мъжете принципно са по-малко състрадателни и доброжелателни и значително по-рядко изпитват тревожност и емоционална болка. И тук е мястото да повторим: 1) това е особено вярно за скандинавските общества, където е извървяна огромна част от пътя към половото равенство, и 2) междуполовите различия не са никак малки според стандартните критерии, използвани за тяхното измерване.

Връзката между мъжката природа и съзнанието е символично представена и в "Малката русалка", друг от анимационните филми на "Дисни". Главната героиня Ариел е изключително женствена, но освен това притежава силен и независим дух. Именно затова тя е любимка на баща си, въпреки всички главоболия, които му причинява. Баща ѝ, Тритон, е царят, символ на познатото, културата и реда (който в известен смисъл е и потискащ законодържец и тиран). Тъй като редът винаги съществува в опозиция на хаоса, Тритон намира своя заклет противник в лицето на Урсула, октопод с дълги пипала – която би могла да е змия, горгона или хидра. В този смисъл Урсула попада в същата архетипна категория като кралицата дракон Малефисент от "Спящата красавица" (като завистливата застаряваща кралица от "Снежанка и седемте джуджета", като лейди Тримейн от "Пепеляшка", Червената кралица от "Алиса в Страната на чудесата", Круела де Вил от "Сто и един далматинци", мадам Медуза от "Спасителите" и майка Готел от "Рапунцел и разбойникът").

Ариел иска да спечели любовта на принц Ерик, когото по-рано спасява от останките на един потънал кораб. С хитрост Урсула успява да убеди Ариел да се откаже от гласа си, за да се превърне за три дни в човешко същество. Коварната Урсула е наясно, че без гласа си Ариел няма да може да създаде отношения с принц Ерик. Без способността да говори — без Логоса, без Божественото слово — тя завинаги ще остане в подводния свят, в света на безсъзнателното.

Когато Ариел не успява да изгради връзка с принц Ерик, Урсула открадва душата ѝ и я добавя към огромната си колекция от окаяни, безпомощни полусъщества, задушавани от прекалено закрилящата женска природа. Цар Тритон отива при нея, за да поиска да пусне дъщеря му, и Урсула му отправя ужасно предложение: за да освободи дъщеря му, той трябва да заеме

мястото ѝ. Разбира се, отстраняването на Мъдрия цар (който, да напомним отново, представлява благотворната страна на патриархалното) е коварната цел, която Урсула преследва от самото начало. В края на краищата Ариел е освободена, но Тритон се превръща в жалка сянка на предишния си Аз. И най-важното, Урсула отнема вълшебния тризъбец на царя, източника на неговата богоподобна сила.

За щастие на всички замесени (с изключение на Урсула), принц Ерик се завръща, въоръжен с харпун, и успява да отвлече вниманието на злата кралица на подводния свят. Ариел се възползва от ситуацията и напада Урсула, която в отговор на това започва да расте, достигайки чудовищни размери – подобно на Малефисент, злата кралица от "Спящата красавица". Урсула създава страховита буря и от дъното на океана събира цяла флотилия потънали кораби. В момента, в който тя се готви да убие Ариел, Ерик превзема един от призрачните кораби и убива злата кралица, като стоварва върху нея счупения бушприт³¹⁶. Тритон и останалите пленени души са освободени. Възроденият цар превръща дъщеря си в човешко същество, за да може тя да остане с принц Ерик. Такива истории съдържат поуката, че жената, която иска да стане пълноценна, трябва да изгради връзка с мъжкото съзнание и с негова помощ да се изправи срещу жестокия свят (проявяващ се в някои случаи под формата на прекалено обсебваща майка). За това, до известна степен, може да ѝ помогне и някой действителен мъж, но за всички е най-добре, когато никой не е прекалено зависим.

Когато бях дете, веднъж с група приятели играехме софтбол навън. Отборите бяха смесени, от момчета и момичета. Вече бяхме достатъчно големи и започвахме да проявяваме по-различен интерес към противоположния пол. Статусът придобиваше все по-голямо значение. Този ден с приятеля ми Джейк се сблъскахме в зоната за хвърляне и малко оставаше да се сбием, когато отдалече видях да се появява майка ми. Разстоянието беше доста голямо, около трийсет метра, но по езика на тялото ѝ пролича, че се е досетила какво става. Другите също я забелязаха. Тя премина точно покрай игрището. Със сигурност е била разтревожена. Страхувала се е, че ще се върна у дома с разкървавен нос и насинено око. Тя можеше просто да извика: "Момчета, стига!". Можеше да се приближи и да се намеси. Но тя не го направи. Няколко години след този случай, като всеки тийнейджър имах сериозни разногласия с баща ми. И тогава майка ми каза: "Ако вкъщи е прекалено хубаво, никога няма да си тръгнеш".

Майка ми е човек с меко сърце. Тя е емпатична, съпричастна и доброжелателна. Понякога позволява на хората да злоупотребяват с добрината ѝ. Когато се върна на работа след дългото майчинство, тя често се

 $^{^{316}}$ Дървена греда, поставена хоризонтално или под наклон на носа на кораба. – *Б. пр*.

противопоставяще на потискащото отношение на мъжете. Понякога то я изпълваще с дълбоко негодувание, каквото нерядко изпитва и спрямо баща ми, който е склонен да прави каквото и когато си поиска. Независимо от това тя не се превърна в едипова майка. Напротив, колкото и трудно да беше за нея, тя непрекъснато ни насърчаваще да бъдем независими. Тя постъпи правилно, въпреки че това ѝ носеше емоционално страдание.

Мъжете трябва да бъдат твърди

В юношеските години работих едно цяло лято на железопътната линия, прекосяваща прерията на централен Саскечуан. През първите две седмици след назначаването си, всеки новопостъпил член на тази изцяло мъжка бригада биваше подлаган на изпитание от ветераните на групата. Голяма част от работниците бяха индианци от северното племе Кри. Като цяло те бяха кротки мъже с лек характер, но щом се напиеха, треските на този характер излизаха наяве. Подобно на повечето си родственици, те ту влизаха, ту излизаха от затвора. Не намираха в това повод за срам, тъй като живееха в системата на белите мъже и пребиваването им в затвора беше просто част от нея. Освен това през зимата в затвора беше топло, а храната – редовна и изобилна. По едно време дадох назаем петдесет долара на един от тези индианци. Вместо да ми ги върне, той ми предложи чифт поставки за книги (все още ги пазя), изрязани от оригиналния релсов път, минаващ през западна Канада. За мен те струваха много повече от петдесет долара.

За "добре дошъл" всеки новак в бригадата се сдобиваше с някакъв обиден прякор. Щом се присъединих към тези мъже, те започнаха да ме наричат Хауди-Дуди ³¹⁷ (нещо, което все още се смущавам да призная). Когато попитах автора на това подигравателно прозвище защо е избрал тъкмо него, получих следния остроумен и абсурден отговор: "Защото изобщо не приличаш на него". Мъжете, които се препитават с физически труд, са изключително забавни с тяхното пиперливо, язвително, хапливо чувство за хумор (както видяхме в Правило 9). Те често се заяждат помежду си отчасти за забавление, отчасти, за да натрупат точки във вечната битка за доминантност, а понякога просто за да видят как ще реагира някой, когато е подложен на социален стрес. Това представлява едновременно тест за характера и проява на мъжка дружба. Когато всичко върви гладко (когато всеки получава толкова, колкото дава, и умее едновременно да приема и да дава), този вид отношения помагат на мъжете, които вършат тежък физически труд, да издържат и дори да се забавляват, докато прокарват тръбопроводи, работят

 $^{^{317}}$ Дървена марионетка, която е главният герой в американско предаване за деца, излъчвано през 50-те години. – Б.пр.

на нефтени платформи, секат тежки трупи, блъскат се в кухнята на някой ресторант или изкарват прехраната си с всяка друга изтощителна, мръсна, физически натоварваща и опасна работа, все още запазена територия на мъжете.

Не след дълго мъжете от бригадата започнаха да ме наричат само Хауди³¹⁸ – сериозен напредък предвид факта, че в западния жаргон думата има добра конотация, без да е свързана с онази глупава кукла. Мъжът, когото наеха след мен, не извади такъв късмет. Той носеше храната си в лъскава кутия за обяд, което беше жестока грешка. На такова място правилното непретенциозно решение са кафявите хартиени пликове. Кутията беше някак прекалено хубава и прекалено нова. Изглеждаше така, сякаш майка му я е купила (и приготвила съдържанието ѝ) специално за него. Оттук дойде и прякорът му – Ланчбокс³¹⁹. Той имаше неприятен характер, оплакваше се от всичко и непрекъснато беше намръщен. Винаги някой друг му беше виновен. Беше докачлив и не схващаше бързо.

Ланчбокс не можа нито да приеме прякора си, нито да свикне с работата. Когато се обръщаха към него, той реагираше с пренебрежително раздразнение – отношение, което възприе и спрямо работата си. Нямаше чувство за хумор и не разбираше от шега. А на такова място това е фатално. След три дни, в които продължи да демонстрира лошо настроение и обидено пренебрежение, Ланчбокс беше обзет от нов пристъп на гняв, надхвърлящ дори раздразнението от прякора. Докато работеше припряно на своето място от линията, заобиколен от седемдесет мъже, разпръснати по осемстотинметровия участък от трасето, изведнъж, незнайно откъде, във въздуха изсвистяваше камъче, чиято крайна цел беше каската му. При точно попадение се разнасяше звънлив пукот, което доставяше искрено задоволство на всички притихнали наблюдатели. Но дори тази закачка не подобряваще настроението на Ланчбокс. Тогава камъчетата ставаха поголеми. Погълнат от работата, Ланчбокс допускаше да отслаби своята бдителност. И тогава – Бам! – някое добре прицелено камъче се забиваше в каската му и предизвикваше взрив от ругатни и безсмислена ярост. А надолу по линията се разливаше вълна на тихо задоволство.

След няколко такива дни, без да е помъдрял и с няколко драскотини за спомен, Ланчбокс просто изчезна.

Когато работят заедно, мъжете взаимно си налагат един специфичен кодекс на поведение: Върши си работата. Труди се наравно с другите. Бъди нащрек и внимавай. Не се оплаквай и не се сърди за щяло и нещяло. Не робувай на глупави правила. Не бъди женчо (по безсмъртните думи на

 $^{^{318}}$ Howdy (англ.) – неофициален приятелски поздрав – *Б.пр*.

 $^{^{319}}$ Lunchbox (англ.) – кутия за обяд – *Б.пр*.

Арнолд Шварценегер). Не допускай да станеш зависим, при никакви условия. Подигравките и физическият тормоз са единственият начин да бъдеш приет в мъжкия колектив. Те са практически тест за това дали си достатъчно корав, забавен, компетентен и надежден. Ако не си, прав ти път. Условията са прости – не очаквай да те съжаляваме; не очаквай да търпим нарцисизма ти или да вършим твоята работа.

Преди няколко десетилетия бодибилдърът Чарлз Атлас разпространява една реклама под формата на комикс, която придобива голяма популярност. Този рекламен комикс е озаглавен "Обидата, която превърна Мак в мъж" и се среща в почти всяка книжка с комикси, каквито четат най-вече момчетата. Главният герой Мак се намира на брега на морето и на плажната кърпа до него седи привлекателна млада жена. Един грубиян преминава тичешком и хвърля пясък в лицата им. Мак измърморва нещо в знак на протест. Другият мъж, който е доста по-едър, го сграбчва за лакътя и го сплашва: "Виж какво, бих ти размазал физиономията... но си толкова хърбав, че ще ритнеш камбаната". Побойникът си тръгва, а Мак се обръща към момичето и казва: "Тъпанар! Един ден ще му дам да разбере!". Тя го поглежда с насмешка и отвръща: "Миличък, по-добре не се закачай с големите момчета". Мак се прибира у дома, обмисля положението и жалката си физическа форма и си купува програмата на Чарлз Атлас. Скоро след това няма и помен от старото му тяло. Следващия път, когато отива на плажа, той забива юмрук в лицето на онзи грубиян. Момичето възхитено се хвърля на врата му и възкликва: "О, Мак! Та ти си бил истински мъж!".

Тази реклама неслучайно става толкова известна. В няколко прости изображения тя обобщава сексуалната психология на човека. Прекалено слабият млад мъж е унизен и най-сетне осъзнава с болезнена яснота какво представлява. Каква полза има от него? Очевидно не става за нищо, щом търпи унижения от мъжете и. което е още по-лошо, от привлекателните жени. Но вместо да потъне в негодувание и да се скрие във виртуалния свят на видеоигрите, като по цял ден стои пред компютъра по бельо и се тъпче с чипс, той изгражда една нова въображаема представа за себе си посредством това, което Алфред Адлер, най-практичният от колегите на Фройд, нарича "компенсаторна фантазия". Зел Целта на тази фантазия е не толкова изпълняване на желанието, колкото осветяване на истинския път напред. Мак си дава сметка, че е прекалено хърбав и слаб, и решава да развие по-здраво и силно тяло. И най-важното, привежда плана си в действие. Той се идентифицира с онази част от себе си, която има потенциала да преодолее и надмине сегашното му състояние, и така става главният герой на собствената

 $^{^{320}}$ Виж: Адлер, А. *За нервния характер*; прев. Емил Друмев, изд. "Здраве и щастие", София, 1996 г.

си история. Той се връща на плажа и забива юмрук в лицето на негодника. Печели не само Мак, но и неговата евентуална приятелка. Печелят и всички останали.

Фактът, че мъжете не се примиряват толкова лесно със състоянието на зависимост в собственото си мъжко обкръжение, може да бъде само от полза за жените. Както вече споменахме, една от причините да има толкова много работещи жени, които отказват да се омъжат, е страхът, че ще трябва да се грижат и за децата, и за мъжа, който не може да си намери работа. И това е напълно разбираемо. Жената е тази, която се грижи за децата, и това е само част от задълженията ѝ. Мъжът е този, който се грижи за жената и за децата, и това е само част от задълженията му. Но жената не би трябвало да се грижи за мъжа, защото тя се грижи за децата, а мъжът не би трябвало да е едно от тях. Следователно той не трябва да е зависим. Това е една от причините, поради които мъжете проявяват нетърпимост към мамините синчета. Запомнете: лошата жена може да възпита зависими синове, може да подкрепя и дори да се омъжи за зависим мъж, но пробудената и осъзната жена иска да има до себе си пробуден и осъзнат партньор.

По същата причина Нелсън Мънц от "Семейство Симпсън" е така необходим за малката социална група, част от която е синът на Хоумър, антигероят Барт. Без Нелсън, Краля на хулиганите, училището щеше да гъмжи от презрителни докачливи копия на Милхаус, самовлюбени умници като Мартин Принс, дебелички, тъпчещи се с шоколад германчета и инфантилни двойници на Ралф Уигъм. Мънц играе ролята на коректив. Той е едно жестоко самодостатъчно хлапе, което използва склонността си към презрение, за да определи къде минава границата на прекалено незрялото, жалко поведение, която не бива да бъде прекрачвана. Огромният успех на "Семейство Симпсън" се дължи отчасти на отказа на сценаристите просто да "отпишат" Нелсън като непоправим хулиган. Изоставен от безполезния си баща и, за щастие, пренебрегван от леконравната си, пропаднала майка, Нелсън се справя доста добре предвид обстоятелствата. Освен това той става обект на романтичен интерес от страна на независимата Лиса, за неин собствен ужас и изумление (общо взето, по същите причини, поради които "Петдесет нюанса сиво" се превърна в световен феномен).

Когато мекотата на характера и безобидността се осъзнават като единствените приемливи добродетели, твърдостта и склонността към доминиране започват подсъзнателно да упражняват притегателната си сила. От гледна точка на бъдещето това означава, че растящият натиск за феминизиране на мъжете ще засилва все повече интереса им към жестоката фашистка политическа идеология. "Боен клуб", вероятно най-фашисткият от популярните филми, снимани в "Холивуд" през последните години (може би с изключение на епизодите на "Железният човек"), е прекрасен пример за

това неизбежно привличане. Популисткото разширяване на подкрепата за Доналд Тръмп в Съединените щати също е част от този процес, както и (в доста по-зловеща форма) неотдавнашният възход на крайнодесните политически партии дори в умерени и либерални държави като Холандия, Швеция и Норвегия.

Мъжете трябва да бъдат твърди. Те го изискват един от друг, а жените го искат от мъжете, въпреки че може да не одобряват грубото и презрително отношение, което е неизменна част от социално обусловения процес, пораждащ и после подхранващ проявата на такава твърдост. Някои жени не желаят да изгубят малките си момченца и затова ги задържат при себе си завинаги. Други мразят мъжете и предпочитат да имат покорни партньори, дори да са безполезни. Този вариант предлага и безкрайни поводи да се самосъжаляват. А насладата от този вид самосъжаление не е за подценяване.

Мъжете развиват твърдост, като са строги със себе си или помежду си. В юношеските ми години момчетата катастрофираха с колите си много почесто от момичетата (както впрочем е и днес). Нощем те изпълняваха дрифтове на покритите с лед паркинги. Устройваха си гонки или караха из хълмовете – където нямаше път, – простиращи се между реката и платото, което се издига на стотина-двеста метра над нея. В сравнение с днешните момчета те много по-често решаваха споровете с бой, бягаха от час, ругаеха учителите или прекъсваха училище, защото им беше омръзнало да искат разрешение да отидат до тоалетната, при положение че са достатъчно големи и силни, за да работят на нефтените платформи. Много от тях изпробваха куража си, като караха моторите си по замръзналите през зимата езера. За да се докажат, те правеха опасни неща, подобно на скейтбордистите, фрийрънърите и катерачите, покоряващи строителни кранове. Когато прекрачат определени граници, тези момчета (и мъже) лесно се подхлъзват и преминават към антисоциално поведение, което е много по-типично за мъжете, отколкото за жените.³²¹ Това не значи непременно, че всяка проява на смелост и безразсъдство е престъпление.

Когато правеха дрифтове, момчетата тестваха възможностите на автомобилите си, шофьорските си умения и способността си да упражняват контрол в неконтролируеми ситуации. Когато ругаеха учителите, те предизвикваха авторитета им, за да проверят дали този авторитет е истински — такъв, на който може да се разчита в критична ситуация. Те прекъсваха училище, за да работят в суровите условия на нефтените платформи, където температурите достигаха четиресет градуса под нулата. Не слабостта ги прогони от класните стаи и от по-доброто бъдеще, което

³²¹ Moffitt, T.E., Caspi,A., Rutter, M. & Silva, P.A. (2001). *Sex differences in antisocial behavior: Conduct disorder, delinquency, and violence in the Dunedin Longitudinal Study.* London: Cambridge University Press.

обещаваха. Това, което ги прогони оттам, беше силата.

Здравите жени не искат момчета. Те искат мъже. Те се нуждаят от партньор, с когото да се състезават, с когото да влизат в двубой. Ако са силни, те искат някой по-силен. Ако са умни, искат някой по-умен. Искат някой, който ще сложи на масата онова, което те не могат да осигурят. Ето защо за силните, умни и привлекателни жени е толкова трудно да си намерят партньори: наоколо няма достатъчно мъже, които да ги превъзхождат в достатъчна степен, че да привлекат вниманието им (или които, както заключава едно изследване, да стоят по-високо по "доходи, образование, самоувереност, интелигентност, доминантност и социално положение"). 322 Духът, който се намесва, когато момчетата се опитват да се превърнат в мъже, следователно е враг и на мъжете, и на жените. Той яростно и самонадеяно ще възрази: "Това е прекалено опасно, не го прави", когато малкото момиченце прави първите си самостоятелни стъпки. Този дух е враг на съзнанието. Той е античовешки и желае провал, той е ревнив, ненавистен и разрушителен. Никой, който е истински на страната на човечеството, не би се съюзил с този дух. Никой, който иска да върви напред, не би позволил да го обсеби този дух. И ако смятате, че силните мъже са опасни, почакайте да видите на какво са способни слабите.

Не закачайте децата, когато карат скейтборд.

³²² Buunk, B.P., Dijkstra, P., Fetchenhauer, D. & Kenrick, D.T. (2002). "Age and gender differ-ences in mate selection criteria for various involvement levels." *Personal Relationships*, 9, 271-278.



ПРАВИЛО 12. АКО НЯКОЯ КОТКА ПРЕСЕЧЕ ПЪТЯ ВИ, ПОГАЛЕТЕ Я

Не подминавайте и кучетата

Ще започна тази глава, като отбележа, че самият аз съм собственик на куче, американско ескимоско куче – една от многото разновидности на породата шпиц. До Първата световна война тези кучета са известни като немски шпицове, но след това става немислимо да се признае, че нещо хубаво може да произлиза от Германия. Американското ескимоско куче е една от най-красивите породи кучета – с типичната за вълка заострена муцуна, изправени уши, дълга, гъста козина и навита на кравай опашка. И е много умно. Нашето куче, името му е Сико (което според дъщеря ми, която го кръсти така, значи "лед" на един от инуитските езици), много бързо усвоява всякакви команди и номера, дори сега, когато вече е старо. Въпреки че е на тринайсет години, наскоро го научих на един нов номер. Преди това знаеше да подава лапа и да крепи лакомство на носа си. А сега може да прави и двете едновременно. Но не мога да твърдя със сигурност, че му доставя удоволствие.

Дъщеря ми Микейла беше около десетгодишна, когато ѝ купихме Сико. Той беше изключително сладко кученце. Миниатюрно нос-

ле и ушенца, топчеста муцунка, огромни очи и непохватни движения — тази комбинация от черти автоматично предизвиква грижовен инстинкт в хората (в еднаква степен и при мъжете, и при жените). Зга Това със сигурност се отнасяще за Микейла, която по същото време се грижеше за цяла менажерия от брадати дракони, гекони, кралски питони, хамелеони, игуани и един гигантски фламандски заек (деветкилограмов, осемдесет и два сантиметра дълъг) на име Джордж, който гризеше всичко в къщата и често изчезваще (за ужас на съседите, които намираха нашия гигант в миниатюрните градини на градските си къщи). Микейла гледаше у дома всички тези животинки, тъй като беше алергична към по-традиционните домашни любимци — с изключение на Сико, който имаше допълнителното предимство, че беше хипоалергенен.

Сико притежаваше петдесет различни прякора (веднъж ги преброихме), които варираха в много широки граници по емоционалния си оттенък –

³²³ Lorenz, K. (1943). "Die angeborenen Formen moeglicher Erfahrung." *Ethology*, 5, 235-409.

отразяваха едновременно любовта, на която се радваше, както и разочарованието ни от някои негови животински навици. Боклукчията беше найлюбимият ми от всички, но освен това оценявах по достойнство и прякори като Ловеца на плъхове, Пухчо и Смръдльо. Децата най-често му казваха Крадльото и Доносника, но понякога разнообразяваха с Дългоноско, Немирника и Снорфалопогус (признавам, че това беше просто ужасно). А напоследък Микейла най-много харесва името Снорбс. Използва го, за да приветства Сико след продължително отсъствие. За по-силен ефект се произнася с изненада и леко писклива интонация.

Оказа се, че Сико си има собствен хаштаг в Инстаграм: #JudgementalSikko. Разказвам за кучето си, вместо да пиша направо за котките, тъй като не искам да се сблъскам с феномена, известен като "минимална групова идентификация". Той е открит от социалния психолог Хенри Тайфел. 324 Тайфел събира група доброволци в лабораторията си и ги настанява пред екран, на който показва изображения, съставени само от точки. Участниците трябва да предположат какъв е техният брой. След това той ги разделя по категории – подценяващи и надценяващи, прецизни и непрецизни – и според показаните резултати обособява групи. Тогава им поставя задача да разпределят определена сума пари между членовете на всички групи.

Тайфел установява, че доброволците проявяват изразено предпочитание към членовете на собствената си група, като отхвърлят принципа за равномерно разпределение и дават повече на онези, с които сега се идентифицират. Други изследователи разделят участниците на групи на съвсем произволен принцип, като хвърлят монета. Но независимо дали са наясно как точно са образувани групите, хората отново показват предпочитание към членовете на своята група.

Изследванията на Тайфел налагат две заключения: първо, че хората са социални; и, второ, че хората са антисоциални. Те са социални, защото харесват членовете на собствената си група, и антисоциални, защото не харесват членовете на другите групи. А въпросът защо е така е тема на продължителен дебат. Мисля, че това може да е решение на сложния проблем, свързан с оптимизацията. Този тип проблеми възникват, когато има два или повече важни фактора, но ако се даде предимство на един от тях, това значи другите да бъдат омаловажени. Тези проблеми могат да се дължат на противоречието между стремежа към сътрудничество и стремежа към съревнование, като и едното, и другото представляват желани модели на поведение от социална и психологическа гледна точка. Сътрудничеството осигурява безопасност, сигурност и приятелски отношения. А съревнованието е предпоставка за личностно развитие и статус. Ако една група е

345

³²⁴ Tajfel, H. (1970). "Experiments in intergroup discrimination." *Nature*, 223, 96-102.

прекалено малка, тя няма нито властта, нито престижа да противостои на другите групи. В резултат на това е неизгодно да принадлежиш към нея. Но ако групата е твърде голяма, тогава имаш много по-малки шансове да стигнеш до върха ѝ или даже да се доближиш до него. В такъв случай става прекалено трудно да бележиш напредък. Вероятно хората се идентифицират с дадена група, в която са попаднали на произволен принцип, заради дълбокия стремеж към създаване на структура, която предлага безопасност и шансове да напредват в йерархията. Затова облагодетелстват членовете на собствената си група, защото така ѝ помагат да просперира – а да се стремиш към върха на една разпадаща се йерархия, е просто безполезно.

Във всеки случай, откритието на Тайфел за минималните условия, необходими за идентификация с групата, е причината да започна тази посветена на котките глава с описанието на моето куче. Иначе самото споменаване на думата котка в заглавието би настроило срещу мен многобройните любители на кучета просто защото съм пропуснал да включа най-добрия приятел на човека в групата на създанията, които трябва да бъдат погалени. И тъй като самият аз обичам кучетата, би било незаслужено да си спечеля подобна ненавист. Така че, ако обичате да галите кучетата, които срещате на улицата, не се чувствайте длъжни да ме мразите. Бъдете сигурни, че това също е поведение, което одобрявам. Освен това бих искал да се извиня на любителите на котките, които в този момент се чувстват излъгани, защото са очаквали това да е история за котки. Вероятно ще бъдат удовлетворени, като ги уверя, че котките илюстрират тезата, която ще се опитам да докажа, и че малко по-нататък ще стане дума и за тях. Но сега да разгледаме някои други въпроси.

Страданието и ограниченията на Битието

Както вече споменахме, схващането, че животът е страдание, е догма, която под една или друга форма присъства във всяка една от главните религиозни доктрини. Будизмът заявява това директно. Християнството илюстрира тази идея посредством кръста. Юдаизмът отдава почит на страданието на евреите, продължило векове наред. Това твърдение е универсално и е характерно за всяко от световните вероизповедания, тъй като човешките същества са изключително крехки по своята същност. Ние сме раними и можем да бъдем пречупени емоционално и физически, всеки от нас е подвластен на разрушителното въздействие на старостта и загубата. Това е горчивата истина и би било добре да се замислим как очакваме при тези обстоятелства да преуспяваме и да бъдем щастливи (а понякога просто да живеем).

Наскоро разговарях с една клиентка, чийто съпруг пет мъчителни години

се бори с рака. През този период и двамата проявиха забележителна смелост. За съжаление, той беше един от случаите, в които това ужасно заболяване дава метастази, и сега не му оставаше да живее много. Вероятно е изключително тежко да чуеш такава ужасна прогноза, когато си в крехко състояние и все още се възстановяваш, след като най-сетне си приел предишната съкрушителна новина. В такива моменти сполетялото ни нещастие изглежда крайно несправедливо. Тогава е възможно да изгубим вяра в самата надежда. Някои трагедии оставят травма за цял живот. С клиентката ми обсъдихме редица въпроси, някои философски и абстрактни, а други доста поконкретни. Споделих с нея някои от собствените си размисли за човешката уязвимост.

На три годинки синът ми Джулиън беше изключително сладък. Оттогава изминаха двайсет години, но той все още е такъв (със сигурност ще бъде поласкан, докато чете това). Той беше причината често да размишлявам по въпроса колко крехки са малките деца. Тригодишното дете е изключително уязвимо. То може да бъде ухапано от куче. Може да го блъсне кола. Някое лошо дете може да го удари. Освен това може да се разболее. Джулиън действително боледуваше от време на време. Тогава той вдигаше висока температура и започваше да бълнува. Налагаше се да го занеса под душа, опитвайки се да сваля температурата, докато той халюцинираше и се бореше с мен под влияние на силната треска. Болното дете е едно от малкото неща, които ни изпълват с истинско негодувание срещу фундаменталната ограниченост на човешкото съществуване.

Микейла, която е с една година и няколко месеца по-голяма от Джулиън, също имаше проблеми. Когато беше на две годинки, понякога я носех на раменете си. Това доставя удоволствие на всички деца. Но после, щом я оставях на пода, тя сядаше и започваше да плаче. Така че престанах да го правя. С това проблемът, изглежда, се реши, с някои много малки изключения. Съпругата ми Тами твърдеше, че нещо не е наред с походката на Микейла. Смяташе, че може да е свързано с нейната реакция след като я носех на раменете си.

Микейла беше лъчезарно дете с изключително лек характер. Когато беше на годинка и два месеца (тогава живеехме в Бостън), заедно с майка ѝ, баба ѝ и дядо ѝ я заведохме на Кейп Код³²⁵. Щом пристигнахме, Тами тръгна да се поразходи с родителите си, а ние с Микейла останахме в колата. И двамата седяхме отпред. Тя се приличаше на слънцето и нещо си бърбореше. Наведох се към нея, за да чуя какво казва.

– Щастлива, щастлива, щастлива – повтаряше тя.

 $^{^{325}}$ Полуостров на атлантическото крайбрежие на САЩ с живописни плажове и защитени местности. – E.np.

Ето каква беше Микейла.

След шестата си година обаче тя започна да става меланхолична. Сутрин беше много трудно да я вдигнеш от леглото. Обличаше се страшно бавно. Когато отивахме някъде, тя едва-едва се влачеше след нас. Оплакваше се, че краката я болят, а обувките я убиват. Купихме ѝ десет различни чифта, но положението не се промени. Отиваше на училище с вдигната глава и през цялото време се държеше както трябва. Но щом се прибереше у дома и видеше майка си, веднага избухваше в сълзи.

Наскоро се бяхме преместили от Бостън в Торонто и в началото отдавахме тази промяна на стреса от преместването. Но положението не се подобряваше. В един момент тя започна да слиза и да се качва по стълбите стъпало по стъпало. Движеше се като много възрастен човек. Оплакваше се, ако някой я хванеше за ръката. (Един ден, доста след това, тя ме попита: "Татко, когато бях малка и с теб играехме на "дай, бабо, огънче", нормално ли беше да ме боли?". Едно от онези неща, които научаваш прекалено късно...)

Един лекар в местната клиника ни обясни: "Децата понякога изпитват болки от самия растеж. Това е нормално. Но помислете за един преглед при физиотерапевт". Така и направихме. Физиотерапевтът се опита да завърти петата на Микейла. Стъпалото не помръдна. Това беше лошо. "Дъщеря ви страда от юношески ревматоиден артрит" – прецени той. Не очаквахме да чуем подобно нещо. Този физиотерапевт определено не ни вдъхна доверие. Тогава се върнахме в клиниката и друг лекар ни посъветва да отидем в детската болница. "Заведете я направо в спешния кабинет. Така ще може някой ревматолог да я прегледа веднага" – каза лекарят. Оказа се вярно. Микейла наистина имаше артрит. Онзи физиотерапевт, вестителят на лошата новина, излезе прав. Трийсет и седем засегнати стави. Тежък полиартикуларен ювенилен идиопатичен артрит (ЮИА). Причина? Неизвестна. Прогноза? Смяна на множество стави на ранна възраст.

Що за бог би създал свят, в който се случват такива неща? И то на едно невинно и щастливо малко момиченце! Този въпрос е от първостепенна важност и за вярващия, и за невярващия. Тази тема (както и други сериозни проблеми) се разглежда във великия роман на Достоевски "Братя Карамазови", който вече обсъждахме в *Правило 7*. Достоевски изразява съмнение в справедливостта на Битието посредством образа на Иван, който, ако помните, е прагматичният, красив и изтънчен брат (и ревностен опонент) на послушника Альоша. "Не бога не приемам, разбери – казва Иван, – а света, създаден от него, божия свят не приемам и не мога да се съглася да го приема."

Иван разказва на Альоша историята за едно малко момиченце, чиито родители наказвали, като го заключвали през нощта в мразовития нужник на

двора (история, която Достоевски прочита в един вестник). "И тази майка е могла да спи, когато през нощта са се чували стоновете на клетото дете, затворено на това гнусно място! Разбираш ли го това, когато мъничкото същество, което не може още дори да разбира какво става с него, [...] се удря с мъничкото си юмруче по измъчените гърдички и плаче с кървавите си незлобливи, кротки сълзици пред "боженцето", да го защити [...] Кажи ми го направо [...]: представи си, че ти самият градиш зданието на човешката съдба с цел на финала да ощастливиш хората, да им дадеш най-после мир и покой, но за това е необходимо и неминуемо предстои да се измъчи само едноединствено мъничко създанийце, същото онова дете [...], би ли се съгласил ти да бъдеш архитектът при тези условия, кажи и не лъжи!" Альоша тихо отговаря: "Не, не бих се съгласил". Заба Той не би сторил това, което явно Бог свободно позволява.

Преди години осъзнах нещо подобно по отношение на тригодишния Джулиън (помните ли го?:)). Тогава си мислех: "Обичам сина си. Той е само на три – едно малко, сладко и смешно момченце. Но освен това се страхувам за него, защото лесно може да бъде наранен. Ако имах силата да променя това положение, какво бих могъл да направя?". "Бих могъл – отговорих си аз – да го направя шест метра висок вместо само един. Тогава никой няма да смее да го удари. Бих могъл да го направя от титан вместо от плът и кръв. Тогава, дори някое малко чудовище да го удари с камионче по главата, за него няма да има значение. Можех да подсиля мозъка му с мощен компютър. И дори да се повреди, частите му да могат да се сменят. Значи проблемът е решен!" Да, ама не. Никакъв проблем не е решен, и то не защото тези неща все още са невъзможни. Да направя Джулиън по-силен по изкуствен път, е все едно да разруша личността му. Тогава от едно обикновено тригодишно момченце той ще се превърне в бездушен робот от стомана. Това вече няма да е Джулиън. А някакво чудовище. Тези мисли ме накараха да осъзная, че когато обичаме един човек, ние го обичаме заедно с неговите слабости и ограничения. Джулиън вече няма да е малък и сладък, и толкова любвеобилен, ако не е уязвим на болестите и загубите, на болката и страданието. След като го обичам толкова много, реших тогава, значи той е такъв, какъвто трябва да бъде, колкото и да е крехък.

С дъщеря ми беше по-тежко. Когато болестта ѝ напредна, отново започнах да я нося (но не на раменете си), когато излизахме на разходка. Тя започна да приема през устата препаратите напроксен и метотрексат, вторият от които е мощен химиотерапевтичен агент. Назначиха ѝ и серия инжекции с кортизон (в китките, раменете, глезените, лактите, коленете, бедрата,

³²⁶ Достоевски, Ф.М. *Братя Карамазови*; прев. Димитър Подвързачов и Симеон Андреев, изд. "Народна култура", София, 1984 г.

пръстите на ръцете и краката и сухожилията), всеки път при пълна упойка. Но това помагаше само временно, като състоянието ѝ не спираше да се влошава. Един ден Тами заведе Микейла в зоологическата градина. В инвалидна количка.

Това беше тежък ден.

Ревматологът предложи да започне да приема преднизон – кортикостероид, който отдавна се използва за борба с инфекциите. Само че този препарат има много странични ефекти, един от които е силно подуване на лицето. Трудно е да се каже дали това е за предпочитане пред артрита, особено при малко момиченце. За щастие, ако този израз изобщо е уместен, ревматологът ни спомена за някакво ново лекарство. То вече се използваще, но само при възрастни. Но Микейла стана първото дете в Канада, което започна да приема етанерцепт – биологичен медикамент ³²⁷, разработен специално за лечение на автоимунни заболявания. Първите няколко пъти, когато поставяще инжекциите, Тами случайно превиши десет пъти препоръчителната доза и... Бам! Микейла като по чудо се оправи. Няколко седмици след посещението в зоопарка тя тичаше като хала и играеше футбол. Тами прекара цялото лято, като просто я наблюдаваше как тича.

Искахме Микейла да има възможно най-голям контрол върху живота си. Парите винаги са били стимул за нея. Един ден я заварихме на улицата, където беше събрала накуп детските си книжки и ги продаваше на минувачите. Една вечер седнах до нея и ѝ казах, че ще ѝ дам петдесет долара, ако успее да си постави инжекцията сама. Тогава беше на осем години. В продължение на трийсет и пет минути тя се бореше със страха, доближила иглата на сантиметър от бедрото си. Накрая се престраши и го направи. Следващия път ѝ предложих двайсет долара, но ѝ дадох само десет минути. След това доларите станаха десет, а минутите – пет. Залогът дълго време остана десет долара. И все пак беше добра сделка.

След няколко години симптомите на Микейла изчезнаха напълно. Ревматологът предложи да започнем да намаляваме лекарствата до пълното им спиране. Някои деца се справят с това заболяване, щом влязат в пубертета. Никой не знае каква е причината. В един момент тя започна да приема метотрексата под формата на таблетки вместо на инжекции. В продължение на четири години всичко беше наред. И тогава, един ден тя се оплака от болки в лакътя. Заведохме я в болницата. "Артритът се е върнал само в една става" – отбеляза асистентът на ревматолога. Какво значеше "само"? Две стави не са много повече от една, но една определено е повече от нула. Тази една става означаваше, че все още не е надраснала артрита,

 $^{^{327}}$ Вид лекарства, които се произвеждат от живи организми (бактерии или дрожди) – *Б. пр*.

въпреки ремисията. Тази новина я извади от равновесие за цял месец, но независимо от това тя продължи да ходи на танци и да играе на топка на улицата заедно с другите деца.

Следващия септември, когато Микейла започна единайсети клас, ревматологът ни беше приготвил още неприятни новини. Магнитният резонанс установи износване на тазобедрената става. "Ставата трябва да се смени, преди да станеш на трийсет" – каза лекарят на дъщеря ни. Може би пораженията вече са били нанесени, преди вълшебният етанерцепт да направи чудото? Нямаше как да разберем. Но едно беше ясно: тази новина ни разтърси ужасно. Един ден, няколко седмици след това, Микейла играела хокей на обикновено игрище в училищния физкултурен салон. По едно време ставата ѝ буквално блокирала и тя напуснала игрището куцукайки. Когато се прибра, болката започна да се усилва все повече. Отидохме в болницата и ревматологът заключи: "Една от бедрените кости е мъртва. Няма да сменяш тазобедрена става на трийсет. Трябва да го направим сега".

С клиентката ми седяхме един срещу друг и обсъждахме прогресиращото заболяване на съпруга ѝ, като едновременно с това разговаряхме за крехката природа на живота, за трагедията на съществуването и за чувството на нихилизъм, което поражда призракът на смъртта. Отначало ѝ споделих размислите, които тригодишният ми син беше предизвикал у мен. Като всеки човек в нейната ситуация тя се питаше: "Защо точно съпругът ми? Защо точно аз? Защо точно това?". Моето осъзнаване на тясната взаимовръзка между уязвимостта и Битието беше най-добрият отговор, който можех да ѝ предложа. Накрая ѝ разказах една еврейска притча, за която съм убеден, че помага за разбирането на Тората ³²⁸. Тя започва с въпрос, формулиран подобно на дзен коаните. Представете си Битие, което е всеведущо, всемогъщо и вездесъщо. Какво му липсва на това Битие? ³²⁹ Отговорът? Ограничения.

Ако ти вече си всичко, навсякъде и завинаги, няма къде да отидеш или какво да бъдеш. Всичко, което е можело да бъде, вече е, всичко, което е можело да се случи, вече се е случило. Именно по тази причина, разказва притчата, Бог създал човека. Без ограничения не може да има история. А без история не може да има Битие. Тази идея ми помогна да приема мъчителния факт колко крехко е Битието. Тя помогна и на клиентката ми. Не бих искал да преувеличавам значението на това осъзнаване. Не твърдя, че то решава всички проблеми. То не променя ужасната действителност на рака, който убиваше съпруга на клиентката ми, нито факта, че дъщеря ми продължаваше

 328 Тора или Петокнижие — първите пет глави от Библията. — *Б. пр.*

³²⁹ "Възможно ли е да притоплиш в микровълновата едно бурито до такава степен, че даже Исус да не може да го изяде?" (какъвто въпрос задава Хоумър в "Уикенд в Бърнсис" [епизод 16, сезон 13, "Семейство Симпсън"]).

да страда от това страшно заболяване. И все пак трябва да признаем, че съществуването и ограниченията са неразривно свързани.

Тридесет спици поддържат главината, но празнината по средата прави колелото използваемо.
Омесва се глина, за да стане на съд, но празното вътре прави съда използваем.
На всяка къща се правят врати и прозорци, но вътрешната ѝ празнота е която се ползва за дом.
Затова присъстващото е полезно, отсъствието — използваемо. 330

Неотдавна това разбиране се появи и в света на поп културата с еволюцията на културната икона на "Ди Си Комикс" Супермен. Супермен е създаден от Джери Сийгъл и Джо Шустър през 1938 година. В самото начало той притежава силата да премества коли, влакове и дори кораби. Той тича по-бързо от локомотив и "може да прескочи висока сграда с един скок". С развитието на образа през следващите четири десетилетия силите на Супермен непрекъснато растат. Към края на шейсетте години той може да лети по-бързо от светлината. Притежава мощен слух и рентгеново зрение. Изстрелва лазерни лъчи от очите си. Замразява обекти и предизвиква урагани само с дъха си. Той може да повдига цели планети. Ядреният взрив не е заплаха за него. А ако по някаква причина все пак се окаже ранен, раните му зарастват незабавно. Супермен става неуязвим.

След това се случва нещо странно. Супермен става скучен. Той развива такива невероятни възможности, че за него вече няма достатъчно интересни предизвикателства. Тогава, през 40-те години на миналия век, "Ди Си" преодоляват това затруднение. Супермен става уязвим към радиацията, отделяна от криптонита³³¹ – материал, който не е напълно унищожен след разрушаването на родната му планета. Впоследствие се появяват повече от двайсет разновидности. Зеленият криптонит предизвиква физическа слабост у Супермен. Достатъчно количество от него може дори да го убие. Червеният го кара да се държи странно. А червено-зеленият причинява мутации (веднъж на тила му пониква трето око).

 $^{^{330}}$ Лао Дзъ. *Книга за Пътя и Постигането*; прев. Крум Ацев, "Кибеа", София, 2002 г.

 $^{^{331}}$ Измислено вещество, което се произвежда от радиоактивната руда на родната планета на Супермен – Криптон. – E.np.

Но това не е достатъчно, за да се запази интересът към историята за Супермен. През 1976 година той е предизвикан да влезе в битка със Спайдърмен. Това е първата размяна на супергерои между "Ди Си" с нейните Супермен и Батман и новосъздадената компания "Марвел Комикс", чиито персонажи не са толкова съвършени. За да бъде възможна тази битка, "Марвел" трябва да увеличат силите на Спайдърмен. Но така се нарушават правилата на играта – Спайдърмен притежава силите на паяк и точно това го прави Спайдърмен; ако изведнъж се сдобие с друга сила, той вече не е Спайдърмен. Това разваля сюжета.

През 80-те години Спайдърмен вече страда от терминален стадий на deus ex machine – латински израз, който означава "бог от машина". С него се описва внезапната и чудотворна поява на всемогъщия бог, който спасява изпадналия в беда герой в древногръцките и древноримски пиеси. За да спасят героя или проваления сюжет, лошо написаните истории до ден днешен прибягват до неправдоподобната магия и други софизми, които не отговарят на разумните очаквания на читателя. С такива похвати понякога си служат и в "Марвел". Спасителката например, персонаж от "Х-мен", може да овладее всяка една сила, необходима за спасяването на нечий живот. Много е удобно да имаш такъв герой под ръка. Популярната култура изобилства от подобни примери. В края на "Сблъсък" на Стивън Кинг (внимание, спойлер!) не кой да е, а самият Бог погубва лошите в романа. Целият девети сезон (1985-1986) на сапунения сериал "Далас", излъчван в прайм тайма на телевизиите, впоследствие се оказва сън. Феновете протестират срещу такива похвати, и с право. Те се чувства изиграни. По принцип хората са склонни да се въздържат от проява на мнителност, при условие че ограниченията, които правят историята последователни и правдоподобни. От своя страна, писателите трябва да се придържат към първоначалната идея. Когато се опитват да ги мамят, феновете се дразнят. Тогава те се изкушават да метнат книгата в камината или да хвърлят нещо тежко по телевизора.

Точно такъв е проблемът при Супермен. Той става толкова всемогъщ, че във всеки един момент може просто така, от нищото, да се въплъти в самия deus. Вследствие на това през 80-те години този франчайз едва не умира. Писателят и художник Джон Бърн успява да го възроди, като пренаписва историята за Супермен. Той се връща към автентичната биография на героя и го лишава от някои придобити впоследствие суперсили. Супермен вече не може да повдига планети и не е недосегаем за ядрени бомби. Освен това суперсилите му стават зависими от слънцето – като вампир, само че наопаки. Той придобива някои разумни ограничения. Супергероят, който може всичко, се оказва, че не е никакъв герой. Той не е особен. Значи е нищо. Ако няма сила, която може да го победи, той не заслужава възхищение.

Изглежда, всяко разумно Битие изисква ограничения. Може би това е така, защото Битието изисква Ставане, както и простото статично съществуване – а "да станеш", означава да станеш нещо повече, или поне нещо различно. Това е възможно само за нещо ограничено.

И така трябва да бъде.

От това следва въпросът: оправдано ли е страданието, което произтича от тези ограничения? Може би ограниченията, които изисква Битието, са толкова крайни, че е най-добре целият този замисъл да бъде заличен. Достоевски излага ясно тази идея с гласа на главния герой от "Записки от подземието": "С една дума, за всемирната история може всичко да се каже, всичко, каквото би могло да хрумне на най-разстроеното въображение. Само едно не може да се каже – че е благоразумно. При първата дума ще ви приседне". ³³² Както видяхме, Гьотевият Мефистофел, противникът на Битието, се обявява открито срещу Божието творение. Няколко години по-късно Гьоте пише втората част на "Фауст", където Дяволът повтаря своето кредо, формулирано малко по-различно за подсилване на внушението:

Край? Нелепо слово, щом всичко ще започне с друг отново! Не ги разбирам тези хора луди. Защо човекът трябва да се труди да прави нещо, нещо да създава, като от него помен не остава? Но те упорстват в свойта въртележка! Не, правейки ги, Бог е сторил грешка на Неговото място ако бях, не бих запълнил Нищото със тях. 333

Всеки човек може да разбере тези думи, когато мечтите се разбиват на парчета, бракът се разпада или някой близък е покосен от страшна болест. Как е възможно реалността да е устроена така непоносимо? Как е възможно това?

Може би, както смятат убийците от гимназия "Колъмбайн (виж *Правило 6*), би било по-добре изобщо да не съществуваш. Или още подобре — да не съществува никакво Битие. Но имайте предвид, че хората, които достигат да първото заключение, всъщност флиртуват със самоубийството, а онези, които достигат до второто, флиртуват с нещо още по-

 $^{^{332}}$ Достоевски, Ф.М. *Записки от подземието*; прев. Димитър Подвързачов. изд. "Захарий Стоянов", София, 2005 г.

³³³ Гьоте, Й.В. *Фауст: Втора част;* прев. Валери Петров, изд. "Захарий Стоянов", София, 2012 г.

страшно, с нещо истински чудовищно. Те прегръщат идеята за разрушаването на всичко, което е. Всъщност те си играят с идеята за геноцида, дори с нещо по-лошо. Най-мрачните дълбини на съзнанието съдържат още помрачни кътчета. Но най-страшното е, че подобни заключения са разбираеми, може би дори неизбежни — макар че реализирането им изобщо не е неизбежно. Какво трябва да си помисли един нормален човек, когато вижда например, че някое дете страда? Тези мисли не измъчват ли именно нормалните, състрадателни хора? Ако Бог наистина е добър, как е възможно да позволи подобен свят да съществува?

Да, подобни заключения може да са логични, а също и разбираеми. Но те крият една ужасна уловка. Действията, предприети под тяхно въздействие (ако не и самите мисли), влошават още повече положението, което и бездруго е лошо. Омразата, презрението към живота — дори да са оправдани заради болката, която причинява — не служат за нищо друго, освен да правят живота по-лош, непоносимо по-лош. Омразата не е форма на протест. Тя не служи за нищо добро. Напротив. Омразата представлява единствено и само желание да причиняваш страдание заради самото страдание. В това се състои същината на злото. Хората, които са подвластни на такова мислене, се намират само на една крачка от тоталното насилие. Понякога те просто не разполагат с нужните средства. Но в някои случаи, както е при Сталин, тези хора държат пръста си върху "ядрения бутон".

Като се има предвид очевидната жестокост на съществуването, има ли някаква приемлива алтернатива? Кое може наистина да оправдае Битието с неговите маларийни комари, деца войници и дегенеративни неврологични заболявания? Струва ми се, че не бих могъл да формулирам адекватен отговор на този въпрос през деветнайсети век, преди появата на тоталитаризма, причинил ужасяващо страдание на милиони души. Не знам възможно ли е да се разбере защо такива съмнения са морално недопустими извън контекста на Холокоста, Голямата чистка ³³⁴ на Сталин и катастрофалния план на Мао³³⁵, известен като "Големият скок напред"³³⁶. Освен това не мисля, че на този въпрос може да се отговори чрез *мислене*. То неумолимо води към пропастта. Не се е получило при Толстой. Не се е получило и при Ницше, а едва ли някой друг в историята е излагал по-ясни разсъждения по тези въпроси. Но ако в тежки ситуации не можем да се опрем на мисленето, на какво друго ни остава да разчитаме? В края на краищата

³³⁴ Политически репресии и гонения в Съветския съюз при управлението на Сталин. – *Б.пр*.

³³⁵ Dikotter, F. *Mao's great famine*. London: Bloomsbury.

 $^{^{336}}$ Държавен план за ускоряване на икономическото развитие на Китай и за превръщането му от аграрна в развита индустриална страна. Последиците са катастрофални: милиони гладуващи, нисък стандарт на живот и демографски срив. – E.np.

мисълта е най-високото достижение на човека, нали? Или може би не.

Въпреки удивителната сила на мисленето, има нещо, което го превъзхожда. Когато съществуването се окаже екзистенциално непоносимо,
мисловната постройка се срутва от само себе си. В такива ситуации това,
което е от полза на най-дълбоко ниво, е умението да забелязваме, а не
умението да мислим. Като начало опитайте да забележите следното: вие
обичате някого не въпреки неговите ограничения. Обичате го заради
неговите ограничения. Сложно е, разбира се. Не казвам, че трябва да
обикнете и просто да приемете всеки един недостатък. Не казвам също, че
трябва да се примирите със страданието и да спрете да полагате усилия за
по-добър живот. Но по пътя към създаване на по-добър живот има някои
граници, които не бива да престъпваме, освен ако не сме готови да
пожертваме най-човешкото в себе си. Лесно е да се каже, че "Битието
съдържа ограничения", когато слънцето грее и животът е хубав, когато
родители ни не страдат от Алцхаймер, децата ни са здрави и се радваме на
щастлив брак. Но какво става, когато нещата се объркат?

Разруха и болка

Когато изпитваше болка, Микейла будуваше по цели нощи. Веднъж дядо ѝ дойде на гости и ѝ даде няколко таблетки тиленол-3 — болкоуспокояващо, което съдържа кодеин. Тогава тя отново започна да спи. Но не задълго. Ревматологът, който помогна на Микейла да влезе в ремисия, беше на предела на смелостта си, докато се опитваше да облекчи болката на детето ни. Оказа се, че веднъж вече е предписвал опиати на друго малко момиченце, което е развило зависимост. Кълнеше се, че втори път няма да поеме такъв риск, и затова предложи да опитаме с ибупрофен. Тогава Микейла разбра, че лекарите не знаят всичко. За нея ибупрофенът беше като трохата хляб за гладуващия.

Обърнахме се към друг лекар. Той ни изслуша внимателно и прие да помогне на Микейла. Предписа ѝ същото лекарство, което ѝ беше дал дядо ѝ. За това се иска смелост, защото лекарите са подложени на силен натиск да се въздържат от предписване на опиати — особено на деца. Но опиатите наистина помагат. За съжаление, малко след това лекарството се оказа недостатъчно. Микейла трябваше да премине на оксиконтин — опиоид, известен с презрителното наименование "селяшки хероин". Оксиконтинът помагаше за облекчаване на болката, но създаваше други проблеми. Една седмица след първия прием Тами реши да изведе Микейла на обяд. Отстрани дъщеря ни изглеждала, сякаш е пияна. Говорела завалено, а главата ѝ клюмала на гърдите. Това не беше добре.

Снаха ми е медицинска сестра в областта на палиативните грижи. Тя предложи да комбинираме оксиконтина с риталин — амфетамин, който често се предписва на хиперактивни деца. Освен че върна жизнеността на Микейла, риталинът имаше известно болкоуспокояващо действие (нещо, което е полезно да се знае, ако някой от близките ви изпитва страдание, което трудно се поддава на потискане). Но болките ѝ ставаха все по-мъчителни. Тя започна да пада. Един ден бедрото ѝ отново блокира. Случило се в станцията на метрото, когато ескалаторът не работел. Приятелят ѝ я взел на ръце и така я пренесъл догоре. После тя взела такси, за да се прибере вкъщи. За нея метрото се превърна в несигурен начин за придвижване. През март ѝ купихме 50-кубиков скутер. Струваше ни се опасно да ѝ позволим да го кара и също толкова опасно — да я лишим напълно от свобода. Предпочетохме първата опасност. Тя положи успешно изпита, който ѝ даваше право да управлява скутера през деня. Разполагаше с няколко месеца да натрупа умения и да получи постоянно свидетелство за управление.

През май тазобедрената ѝ става беше сменена с изкуствена. Хирургът успя дори да компенсира разликата от половин сантиметър в дължината на краката ѝ. Оказа се също, рентгенологът е бил подведен от някаква сянка на рентгеновата снимка и всъщност костта не е мъртва. Леля ѝ, баба ѝ и дядо ѝ дойдоха да видят Микейла. Преживяхме няколко сравнително спокойни дни. Веднага след операцията Микейла трябваше да постъпи в един център за рехабилитация за възрастни. Тя беше най-младата пациентка на това място. Всички останали бяха с около шейсет години по-стари. Възрастната жена, с която делеше една стая, беше силно невротична и не позволяваше лампата да се гаси дори нощем. Тя използваше подлога, тъй като не можеше да се придвижва до тоалетната. Отгоре на това не можеше да стои на затворена врата, а стаята им се намираше точно до тази на сестрите, откъдето непрекъснато се разнасяше звънене и шумни разговори. На практика на това място, където сънят беше толкова необходим, не можеше да се спи. След седем вечерта не се допускаха никакви посетители. Физиотерапевтът, заради когото изпратиха дъщеря ни в този център, беше в отпуск. И единственият човек, който ѝ оказа някаква помощ, беше санитарят. Той доброволно предложи да я премести в общото отделение, когато Микейла се оплака на дежурната сестра, че не може да спи. Същата тази сестра се беше изсмяла, когато разбра в коя стая са сложили дъщеря ни.

Микейла трябваше да остане там шест седмици, но след третия ден я изписаха. Когато физиотерапевтът се върна от отпуск, тя се изкачи съвсем сама по стълбите на центъра и веднага усвои упражненията, които трябваше да прави редовно. През това време ние оборудвахме дома ни с необходимите помощни перила. След това я отведохме вкъщи. Тя смело издържа на болката и на самата операция, но този кошмарен център за рехабилитация предизвика

у нея симптоми на посттравматично стресово разстройство.

През юни Микейла се записа на пълния курс за управление на мотоциклети, за да може да продължи законно да се движи със скутера си. Ужасно се страхувахме за нея. Ами ако падне? Ако катастрофира? Още първия ден обучението започна на истински мотоциклет. Беше тежък и тя на няколко пъти го изпусна. Същия ден видя друг начинаещ шофьор, който падна от мотора, търкаляйки се по паркинга, където се провеждаще курсът. На другия ден не искаще дори да стане от леглото – изпитваще ужас при мисълта, че трябва отново да се върне на курса. След един доста дълъг разговор единодушно решихме, че би могла поне да отиде на паркинга, придружена от майка си. И ако все още се страхува, може просто да остане в колата до края на урока. Но още по пътя смелостта ѝ се върна. Когато и връчиха свидетелството за управление, останалите курсисти станаха на крака и я аплодираха.

После ставата на десния ѝ глезен се износи окончателно. Лекарите искаха да съединят неподвижно по-големите засегнати кости, но това щеше да подложи на допълнителен натиск по-малките кости на крака ѝ и с времето те също щяха да се разрушат. Може би това не е толкова страшно, когато си на осемдесет (макар че дори и тогава не е никак приятно). Но когато си тийнейджър, това просто не е решение. Поискахме да заменят ставата с изкуствен имплант, въпреки че тази технология се прилагаше отскоро. Казаха ни, че трябва да се запишем в списъка на чакащите, което означаваше операция след три години. Но това беше абсурдно. Увреденият глезен причиняваше на Микейла много по-силна болка от износената тазобедрена става. Една ужасна нощ тя изпадна в състояние на силна възбуда и обърканост. По никакъв начин не можех да я успокоя. Знаех, че е на предела на силите си. Само човек, който няма ни най-малка представа, би описал това като стрес.

Изминаха седмици, а после и месеци в отчаяно проучване на всевъзможни импланти — опитвахме се да намерим най-подходящия. В желанието ни да направим операцията възможно най-скоро проверихме по цял свят: Индия, Китай, Испания, Великобритания, Коста Рика, Флорида. Свързахме се с министерството на здравеопазването на провинция Онтарио и оттам много ни помогнаха. Откриха някакъв специалист на другия край на страната, във Ванкувър. През ноември смениха ставата на глезена. След операцията Микейла преживя истинска агония. Стъпалото беше неправилно обездвижено и гипсовата превръзка притискаше кожата към костта. От клиниката отказаха да ѝ дадат достатъчно оксиконтин за облекчаване на болката. Заради предишната употреба Микейла беше изградила висока резистентност към това обезболяващо.

Когато се върна у дома, вече с постихнала болка, Микейла започна да

намалява опиатите. Тя мразеше оксиконтина, въпреки че очевидно ѝ помагаше. Казваше, че с него животът ѝ изглежда сив. Предполагам, че предвид обстоятелствата този страничен ефект може да се приеме като нещо положително. Тя спря да го взема възможно най-скоро. В продължение на месеци страдаше от синдрома на отказването, включващ нощно изпотяване и изтръпване (усещане, сякаш по цялото ти тяло пълзят мравки). Другият страничен ефект от спирането на опиатите беше, че не можеше да изпита удоволствие от нищо.

През по-голямата си част това беше период на непосилно напрежение. Защото ежедневието не те освобождава от досадните си изисквания само защото си смазан от някаква катастрофа. И независимо от всичко трябва да продължиш да вършиш всекидневните си задължения. Но как да се справиш при това положение? Ето какво научихме ние.

Определете си време, в което да обсъждате и обмисляте проблема (сполетялото ви заболяване или нещастие) и как ще се справяте с него всеки ден. Не разговаряйте и не мислете за това по всяко време и при всеки случай. Ако не ограничите въздействието на този проблем, рискувате да се изтощите напълно и усилията ви да се окажат напразни. А от това няма никаква полза. Пестете силите си. Вие водите война, не просто битка, а войната се състои от множество битки. Трябва да сте подготвени и да бъдете във форма за всяка от тях. Ако тревогата ви завладее в най-неподходящия момент, напомнете си, че ще помислите за решение в определеното за това време. Обикновено тази стратегия работи. Онази част от мозъка, която създава усещането за тревожност, държи да знае, че имате план, а не какъв точно е този план. Не насрочвайте времето за мислене вечер или през нощта. След това ще бъде невъзможно да заспите. А не си ли набавяте необходимия сън, много бързо ще рухнете.

Променете единицата време, която използвате, за да планирате живота си. Когато е слънчево, времената са добри и се радвате на богат урожай, можете да правите планове за следващия месец, година или пет години. Тогава можете да мечтаете дори десет години напред. Но това е нещо, което не можете да си позволите, когато единият ви крак се намира между челюстите на някой крокодил, "...не се безпокойте за утре, защото утрешният ден ще се безпокои за себе си. Доста е на деня злото, което му се намери." – се казва в Евангелие от Матей 6:34. Това изречение често се тълкува като призива "живей в настоящето и не се тревожи за утрешния ден". Но той има съвсем различно значение. Това предписание би трябвало да се тълкува в контекста на Проповедта на планината, защото е неделима част от нея. Тази проповед преобразува десетте забранителни заповеди на Мойсей в едно-единствено утвърдително предписание. Исус изисква от Своите последователи да подхранват вярата си в Небесното царство и в тържеството на истината. Това е

съзнателно решение да приемем, че по своя замисъл Битието е добро. И освен това е проява на смелост. Поставяйте си високи цели, като татко Джепето от приказката за Пинокио. Намислете си желание, вярвайте в него, а след това предприемайте такива действия, които ще ви приближават към набелязаната цел. Когато живеете в съзвучие с Божествения замисъл, тогава можете да се съсредоточите върху днешния ден. Бъдете бдителни. Сложете ред в онези аспекти на живота си, които можете да контролирате. Ако нещо е в безпорядък, оправете го, ако е добро – направете го още по-добро. Имате всички шансове да успеете, ако подхождате с внимание и грижа. Хората са изключително издръжливи. Те могат да понесат ужасно много загуби и страдание. Но за да имат силата да се борят, те трябва да виждат доброто в Битието. Изгубят ли тази способност, самите те са изгубени.

Още нещо за кучетата и... най-накрая за котките

Кучето много прилича на човека. То е негов приятел и верен съюзник. Кучето е социално, питомно и живее в йерархична структура. То е щастливо на дъното на семейната пирамида. За вниманието, което получава, се отплаща с лоялност, възторг и любов. Кучето е удивително същество.

Котките обаче са индивидуални създания. Те не са социални и не приемат йерархията. Опитомени са само донякъде, не изпълняват трикове и са дружелюбни само при условия, определени от самите тях. Ако кучето е опитомено по волята на човека, то котката е опитомена, защото така е решила. Тя е склонна да взаимодейства с човека по някакви си свои необясними причини. Според мен котката е въплъщение на самата природа, на Битието в неговата най-чиста форма. Нещо повече, тя е форма на Битието, която наблюдава човека и го преценява.

Ако срещнеш котка на улицата, може да се случат много неща. Когато видя някоя котка, лошото в мен ме подтиква да я стресна с едно силно "пет!". Това ще накара изплашената котка да настръхне и да застане странично, за да изглежда по-едра. Може би не е редно да се забавлявам за сметка на котките, но ми е трудно да устоя. Това, че можеш да ги стреснеш, е една от найхубавите им черти (заедно с очевидното им недоволство и смущение от пресилената им реакция). Понякога все пак успявам да се въздържа и тогава се навеждам, за да повикам котката и да я погаля. В някои случаи котката побягва. Друг път демонстрира пълно пренебрежение просто защото е котка. Понякога обаче тя се приближава и доволно отърква глава в протегнатата ми ръка. Случвало се е даже да се търкулне по гръб на прашната улица (макар че в тази поза тя често хапе и драска дори една дружелюбно протегната ръка).

От другата страна на нашата улица живее една котка на име Джинджър. Тя е красива сиамка, много спокойна и хладнокръвна. Според теста за

невротизъм на "Голямата петорка" Джинджър има ниски показатели за тревожност, страх и емоционална болка. Тя не се плаши от кучетата. Тя е в приятелски отношения с нашето куче Сико. Когато я повикам — или по собствено желание, — тя прекосява улицата с високо вдигната опашка, с леко извито крайче. След това се търкулва по гръб в краката на Сико, който щастливо маха с опашка. Ако е в настроение, Джинджър се отбива при мен за половин минута. Това е приятна пауза в забързаното ежедневие, допълнителна радост в слънчевия ден и искрица светлинка в мрачния.

Ако обръщате внимание, дори най-лошите дни може да ви поднасят малки поводи за радост. Може да видите малко момиченце, което танцува на улицата, облечено в балетен костюм. Да изпиете чаша прекрасно кафе на място, където наистина се грижат за клиента. Или да си откраднете десетинадвайсет минути, за да направите нещо глупаво, което ще ви разсее или ще ви напомни, че можете да се посмеете на абсурдната страна на съществуването. Лично аз обичам да гледам "Семейство Симпсън", като пускам видеото на скорост 1,5 пъти по-висока от нормалната. Смея се през две трети от времето.

Когато излизате да се поразходите, защото главата ви ще се пръсне, може да срещнете някоя котка. И ако спрете, за да ѝ обърнете внимание, само за петнайсет секунди тя ще ви напомни, че чудото на Битието компенсира неизбежното страдание, което го съпровожда.

Ако някоя котка пресече пътя ви, погалете я.

P.S. Малко след като завърших тази глава, хирургът, който оперира Микейла, ѝ каза, че изкуственият глезен трябва да се отстрани, а костите – да се съединят оперативно. Този път водеше към ампутация. От осем години, откакто смениха ставата ѝ, тя живее в непрекъсната болка, а напоследък подвижността ѝ значително се влоши, макар че при всички положения беше по-добре отпреди. След четири дни тя попадна случайно при един нов физиотерапевт. Беше едър и силен мъж, и много внимателен. Беше специализирал лечение на глезени в Лондон. Той обхвана с ръце глезена на Микейла и го притисна за около четиресет секунди, докато тя движеше стъпалото си напред-назад. Една лошо наместена кост се плъзна на правилното място. Болката моментално изчезна. Микейла никога не беше плакала пред лекарите и сестрите, но в този момент тя избухна в сълзи. Коляното ѝ също се изправи. Сега тя може да изминава дълги разстояния пеша и често ходи боса. Мускулът на прасеца на оперирания ѝ крак става все по-силен. Освен това движи много по-свободно изкуствената става. Тази година тя се омъжи и роди момиченце, Елизабет. Кръсти го на вече покойната майка на съпругата ми.

Всичко е наред.

Засега.

ЕПИЛОГ

Какво мога да правя с новата си светеща писалка?

Към края на 2016 година предприех пътуване до северна Калифорния, за да се срещна с един мой приятел и бизнес партньор. Прекарахме заедно една вечер в разговори и размисли. По едно време той извади писалка от джоба на сакото си и си записа нещо. Писалката имаше светодиод и от върха ѝ се излъчваше светлина, така че с нея да можеш да пишеш в тъмното. "Поредната нова джаджа" – помислих си аз. Едва по-късно, настроен на една по-метафорична вълна, идеята за светещата писалка ме плени дълбоко. В нея имаше нещо символично, бих казал метафизично. Всички ние през повечето време се лутаме в тъмното. Ако използваме нещо, което е изписано със светлина, то може да ни показва пътя. Казах на моя приятел, че искам да напиша нещо, докато седим и си говорим, и го помолих да ми подари писалката. Щом ми я подаде, изпитах необичайно задоволство. Вече можех да изписвам греещи в светлина думи в тъмното! Стори ми се изключително важно да го направя както трябва. И така, най-сериозно се запитах: "Какво мога да правя с новата си светеща писалка?". В Новия завет има два стиха, които дават насока по този въпрос. Често съм мислил върху тях:

> Искайте и ще ви се даде; търсете и ще намерите; хлопайте и ще ви се отвори, защото всеки, който иска, получава; който търси, намира; и на тогова, който хлопа, ще се отвори. (Матей 7:7-7:8)

На пръв поглед това звучи единствено като завет за магическата сила на молитвата, като начин да склониш Господ за някаква услуга. Само че Господ, каквото или който и да е Той, не е просто изпълнител на желания. Даже Исус, когото самият Дявол подлага на изкушения в пустинята – както видяхме в Правило 7 (Преследвайте това, което е изпълнено със смисъл, не това, което е изгодно), – отказва да призове на помощ своя Отец. Да не говорим, че всеки ден молитвите на толкова много отчаяни хора остават без отговор. Може би проблемът е в това, че въпросите, които те съдържат, са формулирани неправилно. Може би нямаме право да искаме от Бог да нарушава законите на физиката всеки път, щом се провалим или допуснем

сериозна грешка. Може би това е все едно да поставяме коня пред каруцата, тоест да очакваме проблемът да се реши като по чудо. Вместо това може би е най-правилно да помолим за напътствие как да станем по-решителни, да изградим характер и да намерим сили, за да продължим напред. Може би е най-правилно да поискаме да прогледнем за истината.

В близо трийсетгодишния ни брак с жена ми неведнъж сме имали разногласия – понякога дълбоки разногласия. В такива моменти ни се струваше, че бракът ни е разбит на някакво необозримо дълбоко ниво. Тогава беше невъзможно да преодолеем разрива между нас с говорене. Оказвахме се в капана на емоционалните, изпълнени с гняв и тревога семейни спорове. Накрая се споразумяхме, че в такива случаи е най-добре за кратко да се разделим: тоест да стоим в различни стаи. Проблемът е, че е изключително трудно да отстъпиш в разгара на спора, когато гневът поражда желание за пълна победа или пълно поражение. Макар и сложна за изпълнение, тази стратегия беше за предпочитане пред последиците от едни словесен сблъсък, който всеки момент заплашва да излезе извън контрол.

След това, щом всеки от нас останеше сам, се опитвахме да се успокоим и си задавахме един и същ въпрос: С какво е допринесъл всеки от нас, за да се окажем в ситуацията, предизвикала спора? Може да е незначителна и неволна... но всеки е допуснал някаква грешка. Накрая се събирахме отново и споделяхме заключенията, до които сме достигнали: Ето къде сбърках...

Най-сложното при този въпрос е, че трябва действително да искате да научите отговора. Проблемът е, че този отговор може изобщо да не ви хареса. Когато спорите с някого, вие искате да бъдете прави, а другият да греши. При това положение не вие, а другият трябва да пожертва нещо, трябва да промени нещо в себе си. Разбира се, този вариант е за предпочитане. Но ако вие сте човекът, който греши и който трябва да се промени, тогава сте принудени да си направите равносметка и да преосмислите своите спомени за миналото, начина, по който живеете в настоящето, и плановете си за бъдещето. След това трябва да вземете решението да се промените и да откриете как можете да го направите. И найтрудното – действително да го направите. Това е изтощителен процес, който изисква непрекъснати усилия, за да изградите нови възприятия и да превърнете в привичен новия модел на поведение. Вместо това е много полесно да не осъзнаете, да не признаете и да не се ангажирате. Много по-лесно е да извърнете очи от истината и доброволно да останете слепи.

Това е моментът, в който трябва да решите какво искате: да бъдете прави или да сключите мир. ³³⁷ Трябва да решите дали ще настоявате на

³³⁷ Peterson, J.B. (2006). Peacemaking among higher-order primates. In Fitzduff, M. 8i Stout, C.E. (Eds.). The psychology of resolving global conflicts: From war to peace. In Volume III, Interventions (pp. 33-40/New York: Praeger. Информацията е взета от:

абсолютната правота на собствената си позиция, или ще започнете да слушате и да преговаряте. Стремежът да сте винаги прави неумолимо ви отдалечава от мира. За да бъдете прави, партньорът ви трябва да греши – тоест да бъде в позицията на победения. Ако това се повтори десет хиляди пъти, с брака ви е свършено (или ще ви се иска да е така). Да изберете другия вариант, да изберете пътя към мира, означава да решите, че отговорите са поважни от това да бъдете прави. Това е единственият изход от капана на упоритите предубеждения и същевременно – предпоставка за преговори. По този начин вие прилагате на практика Правило 2 (Отнасяйте се към себе си като към човек, за когото сте отговорни).

С жена ми осъзнахме, че ако си зададеш този въпрос и наистина желаеш да научиш отговора (колкото и ужасен, позорен и срамен да е той), от дълбините на паметта винаги изплува спомена за нещо глупаво или погрешно, което си направил, обикновено в недалечното минало. След това трябва да отидеш при партньора си, да обясниш защо си се държал като глупак и да се извиниш (искрено). Другият трябва да върне жеста и също да се извини (искрено). Едва тогава тази двойка глупаци, тоест вие, ще можете отново да разговаряте. Може би най-искрената молитва е въпросът: "Каква грешка допуснах и какво мога да сторя, за да я поправя, доколкото това е възможно?". В този момент трябва да сте готови за жестоката истина, трябва да бъдете възприемчиви за онова, което не искате да чуете. Щом вземете решението, че искате да научите грешките си и да ги поправите, вие се свързвате с източника на онези мисли, които са извор на откровение. Може би точно това означава да се съветвате със собствената си съвест. И в известен смисъл, да разговаряте с Бог.

В такова състояние на духа и с лист хартия пред себе си си зададох въпроса: Какво мога да правя с новата си светеща писалка? Запитах се така, сякаш наистина исках да разбера. Очаквах отговорът да се появи. Водех вътрешен диалог, като едновременно разсъждавах искрено и слушах, както е описано в Правило 9 (Слушайте. Приемете, че събеседникът ви може да знае нещо, което вие не знаете). Това правило е еднакво приложимо и към другите, и към вас самите. В конкретния случай аз бях този, който задаваше въпроса, и този, който отговаряше. Но това бяха две различни части от мен. Аз не знаех какъв е отговорът. Очаквах той да се появи в театъра на въображението ми. Очаквах думите да изплуват от нищото. Как е възможно един човек да измисли нещо, с което да изненада самия себе си? Как е възможно да не знае какво е това, за което мисли? Откъде идват новите мисли? Кой или какво ги поражда?

https://www.researchgate.net/publication/235336060_Peacemaking_among_higher-order_primates

След като от всички възможни неща получих точно тази светеща писалка и вече можех да изписвам искрящи думи в тъмното, трябваше да я използвам по най-добрия начин. Затова зададох точния въпрос и почти незабавно отговорът се появи: Напиши думите, които искаш да останат запечатани в душата ти. Записах тази мисъл. Звучеше доста добре – леко романтично, наистина, – но все пак по правилата на играта. След това реших да вдигна залога, като си задавам най-трудните въпроси, които мога да измисля, и очаквам отговорите да се появят. В края на краищата, щом притежаваш светеща писалка, логично е да я използваш, за да търсиш отговор на найтрудните въпроси. Ето какъв беше първият: Какво мога да направя утре? Отговорът дойде веднага: Възможно най-доброто, което може да се направи в най-кратък срок. Останах доволен и от този отговор, който съчетава амбициозната цел и изискването за максимална ефективност. Това беше достойно предизвикателство. Вторият ми въпрос беше в същия дух: Какво мога да направя следващата година? Да се уверя, че доброто, което ше направя тогава, ще бъде надминато единствено от доброто, което ще сторя по-следващата. Това също звучеше разумно – да разширя амбициозната цел, конкретизирана в първия отговор. Споделих с приятеля ми, че провеждам сериозен експеримент, използвайки подарената ми от него писалка. Попитах го дали е съгласен да чуе какво съм написал досега. Въпросите и отговорите заинтригуваха и него. Това беше добре. Беше стимул да продължа.

Третият въпрос се оказа естествено продължение на първите два: *Какво мога да направя с живота си? Да се стремя към Рая и да съсредоточа вниманието си върху днешния ден.* Ами да, знаех точно какво означава това! То е същото, каквото направи Джепето, когато си намисляше желание. Старият дърводелец вдига поглед към звездите, блестящи като диаманти над света от постоянни човешки тревоги, и изрича най-дълбокото си желание: създадената от него дървена кукла да се освободи от конците, с които другите я манипулират, и да се превърне в истинско момче. Това е и главното послание в Проповедта на планината, както видяхме в *Правило 4* (Сравнявайте се с човека, който сте били вчера, а не с някой друг днес). Заслужава си да повторим и тук това послание:

И за облекло, защо се безпокоите? Разгледайте полските кремове как растат; не се трудят, нито предат;

но казвам ви, че нито Соломон с всичката си слава не се е обличал като един от тях.

Но ако Бог така облича полската трева, която днес я има, а утре я хвърлят в пещ, не ще ли много повече да облича вас маловерци?

И тъй не се безпокойте, и не думайте: Какво ще ядем? или: Какво ще пием? или: Какво ще облечем?

(Защото всичко това търсят езичниците), понеже небесният ви Отец знае, че се нуждаете от всичко това.

Но първо търсете Неговото царство и Неговата правда; и всичко това ще ви се прибави.

(Матей 6:28-33)

Какво означава това? Първо открийте правилната посока и тогава (едва тогава) съсредоточете вниманието си върху днешния ден. Погрижете се за посоката на погледа си, така че винаги да се стремите към Доброто, Красотата и Истината, и едва тогава обърнете конкретно внимание на тревогите на настоящето. Стремете се към Рая, докато се трудите прилежно на Земята. Грижете се всеотдайно за бъдещето, докато се грижите всеотдайно за настоящето. Така ще имате всички шансове да подобрите и едното, и другото.

След това от начина, по който оползотворявам времето си, преминах към отношенията си с хората и записах нова поредица от въпроси и отговори, които също прочетох на приятеля си: Как трябва се отнасям към жена си? Ще се отнасям към нея, сякаш е Божията майка, за да може да роди и да възпита героя, който ще спаси света. Как трябва да се отнасям към дъщеря си? Трябва да я подкрепям, да я изслушвам, да я пазя, да развивам ума ѝ и ако иска да стане майка, да я уверя, че това желание е напълно нормално. Как трябва да се отнасям към родителите си? Ще се държа така, че с действията си да оправдая страданието, което са преживели. Как трябва да се отнасям към сина си? Ще го насърчавам да живее като истински Божи син.

Да почиташ жена си, сякаш е Божията майка, означава да забелязваш и подкрепяш свещения аспект на ролята ѝ на майка (не само на децата ти, но изобщо като майка). Обществото, което е забравило този дълг, няма шансове да оцелее. Майката на Хитлер е дала живот на бъдещия Хитлер, а майката на Сталин — на бъдещия Сталин. Дали не е имало нещо погрешно в отношенията между майката и сина? Това е напълно възможно предвид значението на майчината роля в изграждането на доверие³³⁸ например. Вероятно задълженията им като майки и взаимоотношенията с децата им по някакъв начин са били омаловажени; вероятно съпругът, бащата и обществото са подценявали усилията на майката в отглеждането и възпитаването на децата. Струва си да се замислим каква личност може да отгледа и възпита жената, която получава достойно отношение, уважение и внимание. В края на краищата съдбата на света лежи на плещите на всяко невръстно дете, което днес е зависимо, крехко и уязвимо, но след време ще бъде способно да изрича

³³⁸ Allen, L. (2011). Trust versus mistrust (Erikson's infant stages). In S. Goldstein & J. A. Naglieri (Eds.). *Encyclopedia of child behavior and development* (pp. 1509-1510). Boston, MA: Springer US.

думите и да извършва делата, поддържащи вечното деликатно равновесие между хаоса и реда.

Да подкрепям дъщеря си, означава да я насърчавам във всичко, което се осмелява да предприеме, и едновременно с това да уважавам и почитам нейната женственост. Да помня колко е важно да има деца и семейство и да не се поддавам на изкушението да принизявам и подценявам тази житейска роля пред постигането на личните ѝ амбиции или кариера. Неслучайно, както разгледахме по-рано, образът на мадоната с младенеца е натоварен с божествена символика. Обществото, което спира да почита този образ – което спира да вижда трансцендентното и фундаментално значение на тези отношения, – е общество, което също спира да бъде.

Да постъпвам така, че с действията си да оправдая страданието на родителите си, означава да помня жертвите, които хората преди мен (не само родителите ми) са правили в хода на жестоката човешка история, за да мога аз да имам по-добро бъдеще; да бъда благодарен за постигнатия напредък, който без тяхната саможертва би бил невъзможен; и в действията си да се ръководя от тази памет и благодарност. Хората преди нас са пожертвали много за всичко, което имаме днес. Може да се каже, че мнозина от тях буквално са умирали в името на тази цел. И е наш дълг с действията си да покажем своето уважение.

Да насърчавам сина си да бъде истински Божи син – това означава до искам повече от всичко той да постъпва правилно и междувременно да се опитвам да пазя гърба му. Мисля, че това е част от свещеното послание да ценим и подкрепяме стремежа на нашите синове към трансцендентното добро, който стои над всичко друго (над техния светски напредък, безопасност и може би дори над живота им).

Продължавах да задавам въпроси. Отговорите идваха след секунди. Как да се отнасям към непознатия? Ще го поканя в дома си, ще го приема като свой брат и тогава може наистина да стане такъв. Това означава с доверие да подадем ръка на някого, за да може той или тя да покаже най-доброто от себе си и да отговори със същото. Това е проява на свещеното гостоприемство, благодарение на което е възможно да съжителстваме с онези, които все още не познаваме. Какво да правя, когато срещна "паднала" душа? Ще подам ръка искрено и предпазливо, но няма да допусна да завлече и мен в блатото. Това е най-доброто обобщение на всичко, което разгледахме в Правило 3 (Подбирайте си такива приятели, които ви желаят найдоброто). Това е предупреждение да не хвърляме бисерите си пред свинете и да не крием пороците си зад маската на добродетели. Как да се отнасям към света? Ще се държа така, сякаш Битието е по-ценно от Небитието. Постъпвайте по такъв начин, че трагедията на съществуването да не озлоби и поквари душата ви. Това е есенцията на Правило 1 (Изправете се):

посрещайте доброволно, с упование и смелост присъщата на живота несигурност.

Как да образовам народа си? Ще споделям с хората онова, което смятам за истински важно. Това е Правило 8 (Казвайте истината. Или поне не лъжете): стремете се към мъдрост, изразявайте с думи тази мъдрост, а думите изричайте с дълбоко внимание и загриженост, сякаш те наистина са важни. Всичко това се отнася и за следващия въпрос (и отговор): Какво да правя, когато народът е разединен? Ще го обединя отново, като казвам истината и се изразявам точно и ясно. Значението на това правило стана очевидно през последните няколко години, когато ние все повече се разделяме, поляризираме и неотклонно вървим към хаоса. При това положение, ако искаме да избегнем катастрофата, е необходимо всеки от нас да изрази истината така, както я вижда. Истината – това не са доводите, които използваме, за да оправдаваме идеологиите си, нито машинациите, с които си служим, за да реализираме амбициите си. Това са неопровержимите факти на нашето съществуване, които споделяме с другите откровено и разбираемо, така че да положим сигурни основи, върху които да изградим нашето общо бъдеще.

Какво мога да направя за Бог, който е наш Отец? Ще пожертвам всичко, на което държа, за да постигна още по-голямо съвършенство. Оставете сухите клони да изгорят, за да освободят място за новия живот. Това е тежкият урок от историята за Каин и Авел, на който се спряхме подробно в дискусията за смисъла в Правило 7. Какво да правя с лъжеца? Ще го оставя да говори и така той сам ще разкрие истинското си лице. Това е част от смисъла на Правило 9 и на следните думи от Новия завет:

По плодовете им ще ги познаете. Бере ли се грозде от тръни или смокини — от репеи? Също така, всяко добро дърво дава добри плодове, а лошото дърво дава лоши плодове. Не може добро дърво да дава лоши плодове или лошо дърво да дава добри плодове. Всяко дърво, което не дава добър плод, се отсича и се хвърля в огън. И така, по плодовете им ще ги познаете.

(Матей 7:16-7:20)

От *Правило* 7 научихме, че прогнилото трябва да се разкрие, за да можем на негово място да съградим нещо здраво. Тази закономерност помага за разбирането на следния въпрос и неговия отговор: *Какво да правя с просветления? Ще го заменя с търсещия просветление*. Не съществуват просветлени хора, а само такива, които се стремят към още по-дълбоко просветление. Правилното Битие е процес, а не състояние; то е самото пътуване, а не крайната цел. Може да се обясни като неспирната трансформация на това, което знаете, при сблъсъка с онова, което не знаете. То не е

отчаяното вкопчване в сигурността, която така или иначе никога не е достатъчна. Този факт подчертава значението на *Правило 4*. Винаги поставяйте процеса на "ставане" над моментното състояние, в което се намирате сега. За тази цел вие трябва да признаете и приемете своята недостатъчност, за да можете непрекъснато да я поправяте. Това със сигурност е болезнено, но е за ваше добро.

Следващата група въпроси и отговори също са взаимносвързани и засягат темата за неблагодарността: Какво да правя, когато презирам това, което имам? Ще си напомня за хората, които нямат нищо, и ще се старая да бъда благодарен. Направете си "ревизия" и вижте с какво разполагате. Припомнете си поднесеното с лека ирония Правило 12 (Ако някоя котка пресече пътя ви, погалете я). Не забравяйте, че това, което спъва развитието ви, може да не е липсата на възможности, а собствената ви арогантност, която ви пречи да се възползвате напълно от наличните обстоятелства. Спомнете си и Правило 6 (Преди да критикувате света, въведете идеален ред в собствения си дом).

Неотдавна се запознах с един млад човек, с когото се заговорихме на тази тема. Разказа ми, че рядко се е разделял със семейството си и че никога досега не е напускал родния си щат. Беше дошъл в Торонто, за да чуе една от лекциите ми и да ме посети в дома ми. За краткия си жизнен път беше достигнал до жестока изолация и в резултат на това страдаше от силна тревожност. При първата ни среща думите едва излизаха от устата му. Каза ми, че преди година решил да се вземе в ръце. Той започнал нископлатена работа като мияч на съдове. Но вместо да се отнася с презрение към тази работа, решил да я върши добре. Беше достатъчно умен, за да не се озлоби към света, който не цени уменията му, и приемаше всяка една възможност с искреното смирение, което е предвестник на мъдростта. Той взе зрялото решение да напусне дома на родителите си и сега живее сам. Разполага с някакви пари — не много, но и малкото е повече от нищо. По-важното е, че ги печели сам. Сега той се сблъсква със света и обществото и извлича полза от конфликта, произтичащ от този сблъсък:

Който познава другите, е мъдър.
Който познава себе си, е просветлен.
Който побеждава другите, е силен.
Който побеждава себе си, е могъщ.
Който има мяра, е богат.
Който упорства, е духовно свободен.
Който не губи началото, е безкраен.
Който оцелява след смъртта, е безсмъртен.

 $^{^{339}}$ Лао Дзъ. *Книга за Пътя и Постигането*; прев. Крум Ацев, "Кибеа", София, 2002 г.

Ако този млад човек — все още тревожен, но решителен и променящ се — продължи по същия път, той ще стане много по-компетентен и реализиран. И това няма да отнеме много време. А успехът му ще се дължи единствено на факта, че е приел нищожното си положение и е бил достатъчно благодарен, за да направи първата също толкова нищожна крачка по пътя напред. По-добре това, отколкото да чака до безкрай магическото пристигане на Годо. Това е за предпочитане пред надменното, пасивно, непроменящо се съществуване, при което над душата се събират демоните на гнева, озлоблението и неизживения живот.

Какво да правя, когато алчността вземе връх над мен? Ще си напомня, че истинското щастие е в това да даваш, а не да получаваш. Светът е като голямо тържище за споделяне и обмен (отново според Правило 7), а не съкровищница за плячкосване. Да даваш, значи да правиш каквото можеш, за да подобриш състоянието на света. Доброто в хората ще откликне на това действие, ще го подкрепи, ще вземе пример от него, ще го умножи и върне обратно, ще го затвърди. По този начин светът ще става все по-добър и ще върви напред.

Какво да правя, когато пресушавам собствената си река³⁴⁰? Ще потърся извора на живите води, които да пречистят Земята. Този въпрос и последвалият отговор се появиха неочаквано. Той е тясно свързан с Правило 6 (Преди да критикувате света, въведете идеален ред в собствения си дом). Може би основните причини за екологичните проблеми са не толкова физически, колкото психологически. Ако се погрижим да сложим ред във вътрешния си свят, тогава ще можем да поемем отговорност за света около нас и да решим голяма част от проблемите му. За никого не е тайна, че да управляваш собствения си дух, е много по-важно, отколкото да управляваш цял град. По-лесно е да подчиниш врага извън теб, отколкото този вътре в теб. Може би екологичният проблем по своята първопричина е духовен. Ако съумеем да подредим вътрешния си мир, вероятно ще се справим и с хаоса в заобикалящия ни свят. Естествено, какво друго може да измисли един психолог?

Следващата група въпроси засягат тежките моменти в живота, когато се чувстваме изтощени: Какво да правя, когато враговете ми преуспяват? Ще

 340 В Библията реката, или реката на живота, е символ на вечния живот. – *Б. пр*.

 $^{^{341}}$ Пример за това е смелият и находчив Боян Слат — млад холандец, който преди да на-върши двайсет години, разработва полезна технология за почистване на океаните от пластмасовите отпадъци. Хората като него са истинските природозащитници.

бъда благодарен за урока и ще си поставя малко по-високи цели. Да си припомним думите на апостол Матей: "Слушали сте, че бе казано: Обичай ближния си и мрази врага си. Аз пък ви казвам: Обичайте враговете си, благославяйте онези, които ви проклинат, правете добро на онези, които ви мразят, и се молете за онези, които ви обиждат и гонят, за да бъдете синове на вашия небесен Отец..." (Матей 5:43-5:45). Какво означава това? Учете се от успеха на враговете си; вслушвайте се в критиките им (Правило 9), за да извлечете поне частица мъдрост от тяхната неприязън и да използвате тази мъдрост за свое добро; поставете си за цел да създавате свят, в който хората, опитващи се да ви навредят, ще отворят очи за светлината, ще се пробудят и ще преуспеят – така че доброто, към което се стремите вие, да завладее и тях.

Какво да правя, когато силите и търпението ми се изчерпват? С благодарност ще приема ръката, предлагаща помощ. Това напътствие съдържа двоен смисъл. То напомня за ограниченията на индивидуалното Битие, но освен това ни учи да приемаме и да бъдем благодарни за подкрепата на другите – семейство, приятели, познати и непознати. Умората и нетърпението са неизбежна част от живота. Нещата, които трябва да свършим, са прекалено много, а времето за това – прекалено малко. Но не е нужно да се борим сами. Напротив, можем само да спечелим, ако се научим да разпределяме отговорностите, да обединяваме усилия и да си поделяме заслугите, когато всички заедно успяваме да постигнем нещо смислено и полезно.

Какво да правя с болезнения факт на остаряването? Ще заменя потенциала на младостта с постиженията на зрелостта. Това ни връща към темата за приятелството, развита в Правило 3, и към съдебния процес и смъртта на Сократ, които можем да обобщим по следния начин: този живот, който е изживян пълноценно, оправдава собствените си ограничения. Младият човек не притежава нищо освен възможности, с които да съперничи на постиженията на по-възрастните от него. От това не следва непременно, че едната позиция е по-неизгодна от другата. Както пише Уилям Бътлър Йейтс:

Човекът остарял е жалко нещо, балтон в парцали. Със една утеха – душата му да хвали най-горещо парцалите по смъртната си дреха... 342

³⁴² Йейтс, У.Б. *Отплуване към Византион*; прев. Цветан Стоянов. – В: *Съвременни английски поети*, изд. "Народна култура", София, 1969 г.

Какво да правя със смъртта на детето си? Ще бъда опора за другите си любими хора и ще се опитам да излекувам тяхната болка. Смъртта е неделима част от живота и затова трябва да бъдем силни, когато се срещаме с нея. Ето защо казвам на студентите си: поставете си за цел да станете такъв човек, който на погребението на баща си е опора в общата скръб и покруса. Това е една достойна и благородна цел: да бъдете силни в нещастието. Тя е нещо коренно различно от желанието за безгрижен живот, необременен от проблеми.

Какво да правя в следващия страшен момент? Ще фокусирам вниманието си върху следващия правилен ход. Потопът приижда. Той винаги приижда. Сянката на апокалипсиса винаги ще тегне над нас. Точно затова библейската история за Ной е архетипна. Всичко около нас се разпада – убедихме се в това в Правило 10 (Изразявайте се точно и ясно). Крехкото равновесие не може да издържи. Когато животът е погълнат от хаос и несигурност, единственото, което може да ви изведе на твърда земя, е характерът, който сте изградили преди това, докато сте се стремили напред и същевременно сте оставали фокусирани в настоящето. Но ако сте се провалили и не сте изградили този характер, ще се провалите и в реалния момент на житейската криза, и тогава бог да ви е на помощ.

Въпросите от тази група бяха най-трудните, които си зададох в онази вечер. Да преживееш смъртта на детето си, може би е най-страшното от всички житейски нещастия. След такава трагедия отношенията много често се разпадат. Наистина, разрушаването на брака или на връзката при такива обстоятелства е разбираемо, но не и неизбежно. Познавам семейства, които станаха още по-сплотени след трагичната загуба на близък човек. Те отправиха поглед към онези, които останаха живи, и удвоиха усилията си, за да изградят още по-голяма близост и взаимна подкрепа. По този начин те успяха да си върнат малка частица от онова, което смъртта така жестоко им беше отнела. Затова е важно да бъдем съпричастни в скръбта си и да посрещаме заедно житейските трагедии. Семейството може да бъде онази топла и сигурна всекидневна, където в камината гори огън, докато навън е зима и бушува страшна буря.

Изостреното осъзнаване на нашата уязвимост и тленност може да ужасява, озлобява и разделя. Но освен това може да пробужда. То напомня на потъналия в скръб да не приема за даденост хората, които го обичат. Преди време направих някои отрезвяващи изчисления във връзка с родителите ми, които са на повече от осемдесет години. Това е пример за противната аритметика, с която се сблъскахме в *Правило 5 (Не позволявайте на децата*

си да правят неща, които ви карат да не ги харесвате). Направих съответните изчисления, за да осъзная фактите такива, каквито са. Виждам родителите си средно два пъти годишно. Обикновено прекарваме няколко седмици заедно. В промеждутъка между тези посещения се чуваме по телефона. И все пак, обичайната продължителност на живота при хората, навършили осемдесет, е под десет години. Следователно, ако имам късмет, ще видя родителите си още двайсет пъти. Да осъзнаеш подобно нещо, е ужасно, но с това осъзнаване спрях да приемам за даденост моментите, в които сме заедно.

Следващата група въпроси и отговори напълно закономерно е свързана с развиването на силен характер. Какво да кажа на коварния си събрат? Кралят на прокълнатите е лош съдник на Битието. Изпитвам твърдото убеждение, че най-добрият начин да поправиш света е първо да поправиш себе си, както изяснихме в Правило 6. Всичко останало би било проява на самонадеяност. Всеки друг подход съдържа риска да причините вреда от невежество или поради липса на умения. Но не се тревожете, има много неща, които можете да направите. В края на краищата вашите конкретни лични недостатъци оказват пагубно влияние върху света. Вашите осъзнати, доброволно извършени грехове (това е най-точната дума) допълнително влошават положението. Вашето бездействие, инертност и цинизъм не позволяват да се изяви онази част от вас, която може да се научи да облекчава страданието и да внася мир в света. А това може да е катастрофално. Всеки от нас има достатъчно причини да изгуби надежда в света, в който живеем, да се изпълни с гняв, да се озлоби и да поеме по пътя на отмъщението.

Всеки провал в опитите ви да сторите правилната жертва, да се разкриете, да говорите честно и да живеете според истината ви прави по-слаби отпреди. А слабостта ви прави неспособни да преуспявате и безполезни както за себе си, така и за другите. Обрича ви на провал и безсмислено страдание. Разяжда душата ви. И как може да бъде иначе? Животът е достатъчно труден дори когато всичко върви нормално. Ами когато се обърка? По трудния начин научих, че колкото и зле да вървят нещата, винаги може да стане още по-зле. Затова Адът е бездънна пропаст. И точно затова той се свързва с гореспоменатия грях. В най-лошия случай ужасното страдание на нещастните души е следствие, както сами преценяват, от прегрешенията, които съзнателно са извършили в миналото: предателство, измама, жестокост, безразличие, малодушие и най-често умишлена слепота. Да страдаш жестоко и да знаеш, че ти си причината за собственото си страдание – ето това е Адът. А там, в Ада, е много лесно да се проклина Битието. Това е разбираемо, макар и несправедливо. Ето защо Кралят на прокълнатите е лош съдник на Битието.

Как да изградите от себе си такъв човек, на когото да разчитате в добро и в лошо, в мир и във война? Как да изградите такъв характер, който да ви попречи да се съюзите с обитателите на Ада, колкото и да страдате?

Въпросите и техните отговори, свързани по един или друг начин с правилата, които изведох в тази книга, продължаваха да изникват:

Какво да направя, за да укрепне духът ми? Не лъжи и не прави нещата, които презираш.

Какво да направя, за да облагородя тялото си? Ще го използвам така, че да служи на душата ми.

Как да подхождам към най-сложните въпроси? Ще ги приемам като указателни знаци, които ме водят по житейския ми път.

Какво да правя с нещастието на клетника? Ще се опитам с личния си пример да му вдъхна надежда.

Какво да правя, когато се увличам от мнението на всемогъщата тълпа? Ще застана с високо вдигнато чело и ще изрека своята изстрадана истина.

Това е всичко. Все още пазя светещата писалка. Оттогава не съм написал нищо повече с нея. Вероятно ще я извадя отново, щом усетя, че тревожните мисли пак се надигат от дъното на душата ми. Но дори това да не се случи никога повече, тя изпълни дълга си. Помогна ми да намеря думите, с които да поставя подобаващ завършек на тази книга.

Надявам се, че написаното от мен ви е било от полза. Надявам се, че тази книга е хвърлила светлина върху онези неща, които всеки от вас знае, но е забравил, че знае. Надявам се, че древната мъдрост, която ви припомних, ви е вдъхнала сила и е разпалила искрата във вас. Надявам се, че сега ще изправите гръб, ще се разберете със семейството си и ще донесете мир и благополучие на обществото си. Надявам се, че отсега нататък ще окуражавате и подкрепяте онези, които са поверени на вашите грижи, вместо да ги правите уязвими с прекалената си закрила – както предупреждава Правило 11 (Не закачайте децата, когато карат скейтборд).

На всеки от вас желая най-доброто и се надявам, че и вие желаете най-доброто за другите.

А какво ще напишете вие с вашата светеща писалка?

БЛАГОДАРНОСТИ

Периодът, в който пишех тази книга, беше, меко казано, бурен. Благодаря на Бог, че до себе си имах няколко наистина надеждни и компетентни хора, на които можех да разчитам. На първо място бих искал да благодаря на съпругата ми Тами – моята най-добра и вярна приятелка през последните пет десетилетия. През годините, в които продължавах да пиша, каквото и да се случваше, въпреки всички изпитания, проблеми и задължения, тя беше истински стълб на честността, сигурността, подкрепата, практическата помощ, организацията и търпението. През този период до мен стояха неотлъчно дъщеря ми Микейла, синът ми Джулиън и родителите ми Уолтър и Бевърли, които проявяваха искрено внимание, участваха в обсъждането на някои наистина сложни въпроси и ми помагаха да слагам ред в мислите, думите и действията си. Това се отнася и за моя зет Джим Кедър, изключителен инженер и проектант на интегрални схеми, и разбира се, за сестра ми Бони, на която винаги може да се разчита и която обича приключенията. Приятелството на Уодек Шемберг и Естера Бекиър се оказа безценно в много отношения, в продължение на много години – каквато беше и лишената от показност, дискретна подкрепа на професор Уилям Кънингам. Доктор Норман Дойджи преизпълни дълга си, като написа и редактира предисловието към книгата, което отне много повече усилия, отколкото предвиждах първоначално. Цялото ми семейство цени високо приятелството и топлото отношение, които винаги е проявявал към нас заедно със съпругата си Карън. За мен беше изключително удоволствие да работя с Крейг Пайет, моя редактор от "Рандъм Хаус Канада". Благодарение на типичното за него внимание към детайла и умението най-дипломатично да обуздава крайните изблици на ентусиазъм (а понякога и на раздразнение) след многобройните чернови, сега книгата звучи доста по-умерено и уравновесено.

Грег Хървиц, който е писател, сценарист и мой приятел, включи голяма част от моите правила за живота в бестселъра си "Сирак Х" много преди тази книга да бъде завършена. Това беше изключителен комплимент и индикатор за нейната потенциална стойност и притегателна сила. Освен това, докато работех върху книгата, Грег доброволно се нагърби с ролята на предан коментатор, на всеотдаен, задълбочен, безкомпромисно язвителен и комично циничен критик. Помогна ми да изрежа излишното многословие (или поне част от него), така че да не се отклонявам от повествователната линия. По негова препоръка потърсих Итън ван Скайвър, който подготви прекрасните илюстрации в началото на всяка глава. На Грег дължа признание, защото идеята беше негова, а на Итън свалям шапка, тъй като илюстрациите му

внесоха нужната нотка светлина, закачливост и топлина в тази книга, която иначе би се превърнала в едно прекалено мрачно и сериозно произведение.

Накрая бих искал да благодаря на литературния си агент, Сали Хардинг, и на прекрасните ѝ колеги от литературна агенция "Кук-МакДърмид". Без Сали тази книга никога нямаше да бъде написана.

За автора



Джордан Питърсън (роден на 12 юни 1962 г.) е канадски клиничен психолог и преподавател по психология в университета на Торонто. Преподавал е и в Харвардския университет, където е бил номиниран за престижната преподавателска премия "Ливънсън" (Levenson Teaching Prize).

Основните области на неговите интереси са социална психология, психология на религиозните и идеологически убеждения, както и оценка и усъвършенстване на личността.

Медиите в Северна Америка го наричат "един от най-значителните съвременни мислители" и "най-влиятелният интелектуалец на западния свят", а милиони млади хора са вдъхновени от личността и словото му. Студентите му в Университета на Торонто го определят като един от тримата преподаватели, променили живота им.

На лекциите и публичните му изяви се стичат десетки хиляди, последователите му в YouTube надхвърлят 2,3 милиона души, в Twitter -1,3 милиона, в Instagram -1 милион, а видеоклиповете, създадени от негови почитатели, които циркулират в мрежата, наближават милиард.

Книгата му "12 правила за живота. Противоотрова срещу хаоса", която излиза в Канада през януари 2018 година, вече е преведена на 50 езика и за една година са продадени над 3 милиона копия по целия свят.

Джордан Питърсън е преподавал митология на адвокати, лекари и бизнесмени, консултирал е екипа от експерти в областта на устойчивото развитие на генералния секретар на ООН, помагал е на клиентите от клиничната си

практика да се справят с депресията, тревожността, обсесивно-компулсивното разстройство и шизофренията.

Консултирал е старшите партньори в най-големите канадски юридически компании, открил е хиляди обещаващи предприемачи в шейсет различни страни и е изнасял лекции из цяла Северна Америка и Европа.

Доктор Питърсън, който е автор на повече от сто научни статии. Издига на по-високо ниво съвременното разбиране за човешката личност и променя напълно психологията на религията с книгата си "Карти на смисъла: Архитектура на вярата", (1999г.), непреведена все още на български език, която се превръща в класическо четиво в своята област.

В уебсайта *Quora* той е "най-гледаният автор" в категориите "ценности и принципи" и "възпитание и образование", а лекциите на тема митология, които изнася в университета, се превръщат в популярна поредица от тринайсет епизода, излъчвана по обществената телевизия TVO.

Онлайн програмата за подобряване на душевното здраве на д-р Питърсън https://www.selfauthoring.com/, представена в списание "O: The Oprah Magazine" и на уебсайта на Националното обществено радио (NPR), е помогнала на хиляди хора да осъзнаят проблемите, възникнали в миналото им, и да подобрят бъдещето си.

Новият му тест за определяне на личността, публикуван на https://www.understandmyself.com/, дава възможност на много хора да научат повече за себе си и за другите.

За актуална информация можете да последвате Джордан Питърсън:

Туитър — https://twitter.com/jordanbpeterson
Фейсбук — https://www.facebook.com/drjordanpeterson
Instagram — https://www.instagram.com/jordan.b.peterson/
YouTube — https://www.youtube.com/user/JordanPetersonVideos
Quora — https://www.quora.com/profile/Jordan-B-Peterson

Джордан Б. Питърсън

12 ПРАВИЛА ЗА ЖИВОТА Противоотрова срещу хаоса

Канадска Първо издание

Превод: Анна Златанова Редактор: Калина Петрова Предпечат: Гнездото

http://4eti.me

Издателство ГНЕЗДОТО, 2019 г., София,

e-mail: gnezdoto.books@gmail.com

тел.: 0878 634 344

Блог: www.gnezdoto.net

Онлайн книжарница: www.gnezdoto.bg
Фейсбук: www.facebook.com/Gnezdoto
Инстаграм: Gnezdoto (@gnezdoto)

Книгите на издателство ГНЕЗДОТО може да намерите във всички книжарници в страната и в онлайн книжарница <u>www.gnezdoto.bg</u>

За търговци на едро – книжна борса Болид, София, бул. Искърско шосе 19, ет. 3, офис 02, тел. 0878 634 344