

«...Ваше Величество знает, также как и я, что будущее чревато большими возможностями, чем может дать рождение. И невозможно не услышать некоторые из них, продвигаясь в далекое будущее. Но только ситуация данного момента решает, который из эмбрионов жизнеспособен и полностью разовьется...»

Маргерит Юрсенар

Содержание

Предисловие	2
Пролог	3
Введение	4
1. Понимание прошлого	9
2. Нахождение отношений с настоящим	17
3. Будущее объявляет себя	22
4. Совершение выбора для будущего	29
5. Заключение	31
Библиография	32

ПРЕДИСЛОВИЕ

Работать с тем богатейшим материалом, который приносит каждому из нас наша жизненная история, означает браться за трудное дело. Еще более трудная и сложная задача рассказывать людям о том, как эта работа могла бы быть сделана и как она может помочь развитию человека. Джерри Шотельндрайер прочитал серию лекций, в которых он попытался познакомить людей с биографической работой, то есть с работой с их собственной жизненной историей. Издавая эти лекции в форме книги, мы имеем все преимущества, связанные с жизнью оригинальных лекций и небольшое ограничение в том, что они были специально даны особой группе.

До настоящего времени не так много было руководств по работе с биографией. Эта книга может помочь тремя главными способами: во-первых, тем, что дает представление о процессе, с которым любой человек может достичь большего понимания себя; во-вторых, поддерживает его в том, чтобы он взял большую ответственность за свою собственную жизнь и, в-третьих, автор делает особое ударение на том, что сущность или ядро жизненной модели человека поможет каждому найти его уникальную духовность.

Книга представляет особый интерес для людей, которые работают профессионально с биографиями и жизненными вопросами других индивидуальностей. Она будет также большой помощью тем, кто хочет понять, как работать со своей собственной жизненной историей и как отыскать модели из прошлого, которые неизменно влияют на их деятельность и решения в настоящем. Книга ясно очерчивает различия в работе с прошлым, настоящим и будущим, но в динамическом равновесии между этими тремя измерениями в жизни человека.

Большой акцент здесь делается на работе с прошлым, на что автор указывает довольно ясно, как на необходимость того, чтобы мы могли, насколько это возможно, отделить себя от прошлого объективно, посмотреть на себя в будущем, и помочь себе принять решение для будущего с объективным суждением о прошлом. Используя разговорный стиль, он задает множество вопросов и дает возможность читателю отвечать на них для себя. Он исследует вопросы старой и новой кармы и дает понимание глубинных образов или желаний в реальных жизненных стремлениях.

Когда лектор читает лекцию, всегда важно слушать активно и, о чем бы он ни рассказывал, применять это к своей личной ситуации или окружению.



Читателям нужно помнить это, читая эту маленькую книжку, брать примеры и вопросы и обращать их к своей собственной индивидуальной жизненной ситуации. Когда примеры даются мужчинами, тогда женщинам нужно подумать об их собственных личных примерах, которые рассказывали бы о них как о женщинах. Если какой-то случай приводится женщиной, тогда, подобным же образом, когда мужчина читает текст, он применяет это к своей жизненной ситуации. Так как пока очень мало издано о биографической работе, важно отдать должное такому полному вводному курсу того, как работать со своей собственной биографией или биографиями других людей.

Итак, когда вы будете читать, откройте ваши сердца, ваши чувства и вашу волю к развертывающимся возможностям этого процесса, который описал автор.

Дженни Дэйсли

ПРОЛОГ

Каждому знакомы времена в его жизни, когда должен быть сделан важный выбор. То, насколько он осознан, зависит от многих факторов. Может быть тенденция к тому, чтобы тащить за собой проблемы, которые не были преодолены в прошлом, в будущее. Или может быть попытка, наоборот, все прошлое выкинуть за борт, как нечто, что уже закончилось. Бывает так, что отношения с прошлым определяются для человека отчасти его решениями для будущего. Вглядывание в собственную жизнь человека, его биографию и личность, также как и узнавание вещей, которые что-то делают с ним самим, и теми, что не делают, могут стать жизненно важными факторами в вынесении решений, связанных с будущим. Это могут быть решения, имеющие дело с личными обстоятельствами человека, такими как взаимоотношения, с тем, где жить, с планированием семьи или с тем, как провести свободное время, или они могут быть связаны с проблемами на работе.

Эта книга является практическим руководством для тех, кто, индивидуально или в группе, хотел бы начать искать модели своей жизни и смысл своего существования. Как раз если кто-то встретился с фундаментальными вопросами о своей жизни, он может прийти к ответам, имеющим отношение к своей индивидуальности и биографии посредством процесса исследования, описанного здесь.

Джерри Шотельндрайер является социальным работником и консультантом в организациях. Он работает из антропософии и связан с институтом NPI для развития организаций в Нидерландах, основанным доктором Бернардом Ливехудом. Он постоянно проводит биографические мастерские и предлагает индивидуальное биографическое консультирование.

Эта книга базируется на двух лекциях, данных Джерри Шотельндрайером, одной 14 марта, а другой 25 ноября 1988 года в Нидерландах. При подготовке текста сохранена непосредственность разговорной речи.

ВВЕДЕНИЕ

В течение нескольких прошлых лет становится все более очевидным, рост более серьезного интереса в изучении собственной жизни человека и обдумывании его личной жизненной ситуации. Когда вы видите, что появляется в книжных магазинах, или какого рода курсы предлагаются, или когда вы постоянно смотрите телевизор или читаете газету каждый день, вы замечаете, что везде люди заняты тем, что пытаются сделать что-то с их собственной жизнью. Конечно, вы хотели бы знать, а не очередная ли это причуда; их за последнее время было множество – и каждый участвует в этом, и, как вы знаете, все это будет забыто потом. Но я сомневаюсь, что данный случай таков же. Возможно, вы скажете: Хорошо, в конце концов, в настоящее время многие имеют свободное время – по выбору или по другой причине, по причине раннего выхода на пенсию, болезни или безработицы – то есть, у них просто есть время, чтобы уделить внимание изучению собственной биографии. По моему наблюдению, тем не менее, все-таки внутреннее отношение, которое развивается в наше время, к этому другое, несмотря на избыток свободного времени.

Насколько мне известно, интерес, который люди имеют к своей собственной жизни, и значение, которое они придают этому, не носит характер мании или причуды. Этот интерес, скорее показывает новый шаг, новое движение в человеческом развитии. Он имеет более определенное и осмысленное значение, чем нечто, что вновь пройдет. Я думаю, что мы имеем дело с растущим осознанием людей, которое все мы можем наблюдать, если уделим этому внимание – с растущим осознанием личности, индивидуальности.

Я замечаю это в моем окружении, в особенности среди молодых людей. Например, возьмем моих собственных детей; Они задавали вопросы в возрасте шестнадцати или восемнадцати лет, что никогда не могло произойти со мной в этом возрасте. Я также встречаю это в организациях, где я работаю консультантом. Вопросы, которые поднимаются там, имеют отношение к растущему чувству Я. На курсы, которые я даю, люди в возрасте от двадцати пяти до пятидесяти пяти приходят вместе и работают, в основном, с такими вопросами как «Кто я на самом деле? Что мне делать со своей жизнью? Что люди думают обо мне? Что я делаю?». Действительно, это существенные вопросы, хотя они не всегда, на самом деле, высказываются так явно, но когда я провожу около двух недель с такими людьми, становится вполне ясно, для чего они на самом деле пришли.

Это движение, это развитие, этот процесс увеличения самоосознания и пробуждение к своей индивидуальности совершенно соответствует движению, которое началось столетия назад, в котором все мы участвуем. Это движение, в котором пробудилось первое самоосознание, в котором человек был частью величайшей общности, объектом божественных сил; затем, в романской эре,

близко к рождению Христа, имело место пробуждение к другим людям; и, в конечном счете, увеличилась ясность по отношению к тому, чем мы являемся как индивидуальности, по отношению к и в понимании жизни, которую мы ведем. Это движение, которое в будущем приведет, возможно, к гораздо большему чувству ответственности человека за свою собственную жизнь.

Я не буду далее детально разрабатывать этот процесс развития человека с точки зрения растущей индивидуализации. Существует огромное количество материала по этому предмету в литературе. На что я хочу обратить внимание, это на то, что интерес человека к собственной жизни и к курсу, который его жизнь берет – интерес к его биографии – намного более значителен, чем это было бы, если бы это была только причуда. Интересно заметить, что также среди врачей появляется все больший интерес к биографическому консультированию; все большее и большее внимание получает ситуация, когда имеют дело с чьей-то биографией терапевтически и увязывают с ней лечебный процесс. Это хорошие новости!

Я уже упоминал об определенных вопросах, с которыми я столкнулся в своей работе как социальный работник и консультант в организациях, когда я работал с большими и маленькими группами людей по биографической работе. Я разговаривал с женщинами и мужчинами, которые имели такие вопросы: Почему я действительно стал доктором? Я всегда хотел стать летчиком, но так и не стал! Или: Почему я безработный? (Конечно, я мог ответить: «Потому что ты один из сотен и тысяч», но это глупо.) Что имеет значение для того, кто спрашивает, это почему это *он* или *она* безработные и что это означает в контексте его или ее биографии. Я также встретился с вопросами: Что должно быть моей целью в ближайшие двадцать лет? Я нахожусь в переходном периоде. Я должен начать что-то новое, но что? Чему я должен посвятить следующий период моей жизни?

Конечно, в семинарах такого рода появляются также и вопросы, касающиеся семейной жизни. Бывают вопросы, касающиеся подростков или взаимоотношений. Почему мои отношения с третьим партнером разрушились так же, как и с другими раньше? Или, как удивился один участник: Почему я переезжал двадцать восемь раз? Люди неожиданно осознают вопрос «Почему похожие ситуации так часто повторяются в моей жизни?» Разве это не интересно, как люди начинают осознавать что-то? Это действительно означает, что человек уже сделал свой первый шаг в исследовании своей собственной жизни.

Это приводит меня к более общим вопросам, сформулированным следующим образом: «Почему я должен жить *эту* жизнь, а не другую?» И «Не может ли кто-нибудь другой жить мою жизнь?» Мой коллега Александр Бос обратился к этому в своей книге: «Есть очаровательная русская сказка о человеке, который был недоволен своей судьбой. В виде исключения ему было позволено поменять свой крест. Крест, с его вертикальной и горизонтальной частями, является прообразом ткани жизни: физическая оболочка, которую «Я»

использует как инструмент на земле, и события, которые приходят к нему извне. Человек посылается со своим крестом к небесным вратам и ему разрешается свободно выбрать другой крест. В небесном магазине они были установлены высоко в бесконечных вариантах, готовые для распределения душам, спускающимся на землю. После долгих поисков человек находит крест, который, как он думает, отлично ему подходит. Петр дает ему его. Это его старый крест....»

Этот образ, цитируемый Александром Бос, особенно значим для тех, кто задает себе вопросы, упомянутые выше. Потому что задавание вопросов о своей собственной жизни и вопросы, заданные самой жизнью, осознание насущных вопросов о себе, указывает на поиск водительства для этой жизни: человек хочет сделать что-то со своей собственной жизнью. Все эти вопросы указывают на рост индивидуального сознания, ведущего к большему осознанию себя. И это растущее чувство «Я» и является тем, в чем мы нуждаемся, чтобы найти ответы.

Для того, чтобы прийти к ответам, мы должны попытаться для начала создать дистанцию между собой и нашей собственной жизнью. Нам надо постараться посмотреть на нее с некоторого отдаления и, в конечном счете, прийти к чувству ответственности за свою собственную биографию, хотя это происходит только на более продвинутой стадии. Сначала нам нужно постараться прийти к пониманию небольшой части нашей биографии. И для этого нам надо преодолеть чувство, что мы все знаем, особенно когда мы находимся в пессимистическом настроении: «Почему они делают такое со мной?»

Таким образом, мы видим три стадии в отношении нашей биографии. Первая: «Это я и я ничего тут не могу сделать»; следующая: «Я начинаю понимать»; и затем: «Я хозяин своей собственной биографии». Когда вы достигли этой последней стадии, вы далеко уже прошли. Потому что для человечества вообще потребуется несколько поколений, если не веков, прежде чем это станет банальным. Я думаю, что крайне важно, тем не менее, что, осуществляя это постепенно, методом инсайтов, мы можем начать приобретать чувство ответственности за свою жизнь: «Лучше или хуже, но это *моя* жизнь, и я делаю *мой собственный* выбор!» Это дает возможность делать выбор между тем, чтобы взять жизнь в свои руки или дать случаться тому, что будет.

Далее я попытаюсь показать вам различные области в исследовании биографии, то, какому фактическому материалу вы должны уделять внимание, и тот род вопросов, которые могут помочь вам работать с важными событиями вашей жизни. Как мы овладеваем относящимися к делу фактами и как мы интерпретируем и используем их? Я подойду также к вопросу внутреннего отношения к такому биографическому исследованию, и, наконец, я скажу кое-что о возможных результатах. Прежде всего, мое обсуждение будет направлено на то, чтобы в большой мере это соприкасалось с вашей собственной

биографией. Я думаю, из вышеизложенного вы уже поняли, что я верю в то, что это очень важно в наши дни и в наш век.

Тем не менее, я хочу предупредить вас. Не ожидайте быстрых результатов. Это не похоже на «давайте попробуем это сделать в какой-нибудь дождливый день, и все встанет на свое место». Наоборот, часто это долгая, продолжительная работа и вы вступите в процесс, который не всегда легок. Когда вы действительно начнете работать с этим серьезно, вы можете столкнуться с чем-то таким в себе, что не всегда приятно. Вы встретитесь с вещами, о которых вам придется сказать: «Да, это верно, именно так я и сделал», после чего вы сделаете вывод, который может быть болезненным. И это касается не только прошлого. Когда вы начнете работать с этим интенсивно, вы можете также прийти к трудному выбору в будущем.

И последнее предупреждение. Тому, кто имеет серьезные жизненные проблемы, а не простые вопросы, я должен сказать: «Не начинайте делать это абы как сами или даже с некоторыми «прекрасными» людьми, которых вы знаете. Найдите специалиста, профессионала, так, чтобы вы могли работать над своими проблемами с помощью эксперта. Не поступайте с этим кое-как. Я предлагаю помощь людям, встретившимся с вопросами об их жизни, с которыми можно справиться, хотя сделать это и трудно. Не ожидайте терапии.

Когда мы начинаем смотреть на нашу жизнь, мы можем различить три области для исследования, а именно:

1. Мир жизни – семейная жизнь;
2. Мир учебы – школьная жизнь, саморазвитие;
3. Мир работы – жизнь на работе.

Часто жизненные вопросы, которые имеет человек в начале биографической работы, оказываются принадлежащим больше одной из этих областей. Через некоторое время поднимаются также вопросы, принадлежащие к другим областям. В конце концов, оказывается, что многие вопросы из различных сфер связаны между собой.

Все эти вопросы могут относиться как к *прошлому*, так и к *настоящему* и к *будущему*. Побуждение к вопросам, которые существуют здесь и теперь, берет свое начало в тех или иных оставшихся без ответа вопросах о прошлом или в вызовах будущего, которое начинает проявлять себя.

Что касается прошлого, которое имеет значение в первую очередь, это достижение инсайта («Почему это произошло именно так? Какова была ситуация на самом деле? Каковы связи?»). Таким образом мы можем достичь понимания прошлого.

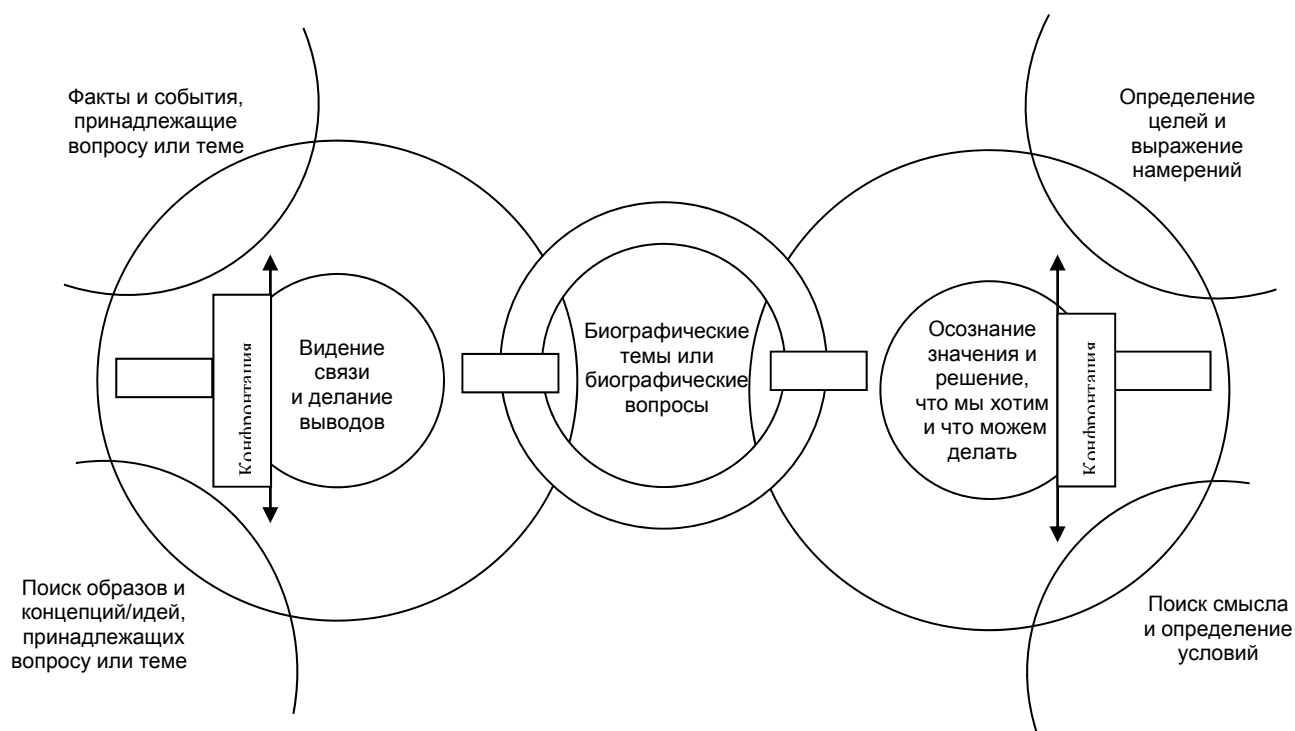
В случае с вопросами о нашей настоящей ситуации, нам нужно постараться достичь правильного эмоционального отношения к ним. Это могут

быть вопросы, которые, например, касаются взаимоотношений, занятости или, на самом деле, безработицы.

Наконец, вопросы могут касаться будущего. Это вопросы, где мы должны открыть, что мы хотим, какого рода инициативы зажгут наш энтузиазм.

Таким образом, мы встречаемся здесь с измерением времени. Это касается того, – если я могу выразить это таким образом, – каковы могут быть плоды прошлого, и возможности нового поля деятельности в будущем, которое мы можем еще развивать и исследовать в дальнейшем. Оказывается, в этом аспекте времени некоторые люди имеют тенденцию задавать вопросы о своем прошлом, в то время как другие более ориентированы на будущее. Мой подход – начать с прошлого и работать через настоящее к будущему. Тем не менее, как оказывается, для каждого вопроса, включая вопросы о будущем, нам необходимо нечто от прошлого. Что не столь очевидно, это то, что с вопросами, относящимися к прошлому, мы можем часто получить проблеск, касающийся будущего.

«Модель», описанная ниже, базирующаяся на идее «динамического суждения», развитого Александра Босом, может помочь проследивать направление нашего биографического исследования.





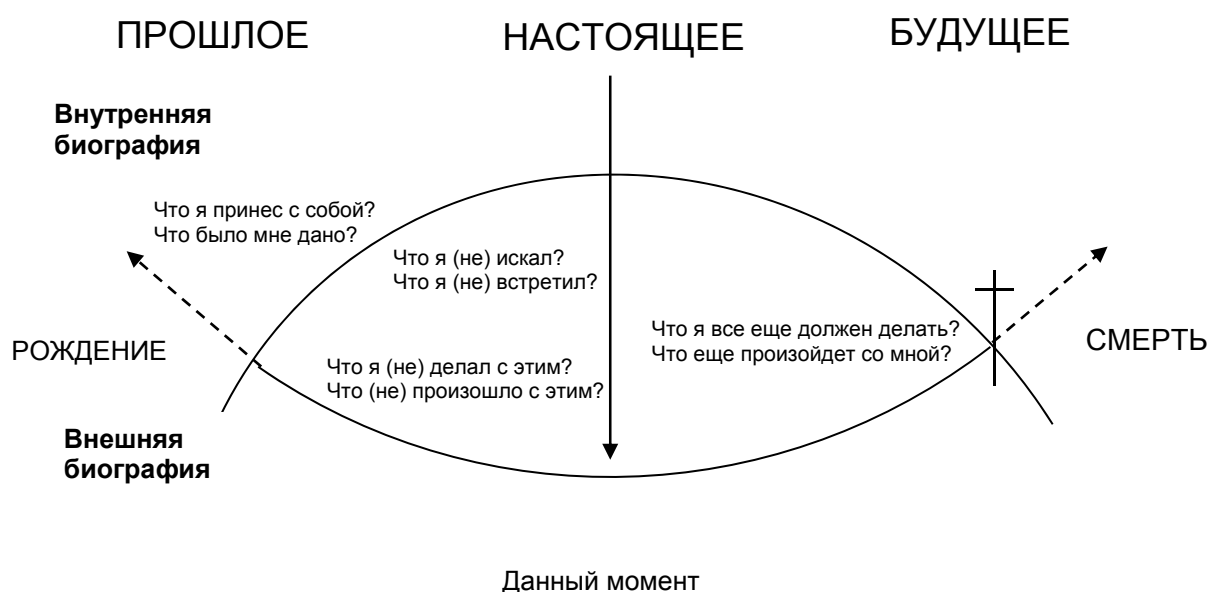
Биографическое
консультирование

Глава 1

ПОНИМАНИЕ ПРОШЛОГО

Как я говорил, я начну со взгляда на прошлое. Эта часть нашей биографии, которую уже нельзя изменить. Мы можем, так сказать, заглянуть в наш дневник. Это не может быть изменено. Это произошло, это закончено и сделано. Вот почему мы можем обозреть это очень аккуратно и постараться начать его понимать. Мы можем попытаться подойти к прошлому с нашим мышлением и спросить себя: Что произошло? И каков был результат?

Я хотел бы посмотреть на это в двух аспектах, которые я называю *внутренним* и *внешним*. Что я подразумеваю под "внутренним" это то, что мы несем с собой, когда мы идем к земле и что мы делаем с этим на земле, наша внутренняя биография. Под "внешним" я имею ввиду все, что мы выискали на земле в виде опыта и встреч с другими людьми, наша внешняя биография. Внутренний мир, поэтому, извлекается из прошлого, и мы несем его с собой в будущее. Но на будущее влияют в какой-то мере внешние события. Внутренний аспект это действительно наш духовный импульс.



Что мы можем сказать о нашей внутренней биографии это то, что мы принесли ее с собой, когда родились. Мы можем также сказать, тем не менее, что это было более или менее навязано нам, говоря: "Я ничего не могу с этим поделать. В конце концов, это было частью моего "багажа", который я нашел, ожидая рождения". Это одна точка зрения. Совершенно другое отношение это

то, когда вы говорите: "Я выбрал это сам". Я не буду, основываясь на этих двух точках зрения, рассматривать это дальше, но ясно, что здесь имеется различие.

Подобным же образом мы можем спросить: "Что я сделал с этим багажом?" Или, если взять другую точку зрения: "Что случилось с этим багажом?" Вы видите различие?

Мы можем узнать те же самые активные (проактивные) или пассивные (реактивные) точки зрения в вопросах, таких как, с одной стороны "Что я искал на земле? Чего я избегал?", и, с другой стороны, "С чем я столкнулся, что жизнь принесла мне?" Или, если мы на минутку уйдем вперед в моем рассказе: "Что мне нужно?", сравнимое с "Что произойдет со мной, что у меня в запасе?"

Возможно, вы поняли, что я принимаю точку зрения индивидуальности, мужчины или женщины, действительно вовлеченной, осознанно или неосознанно, во все события и встречи, во все возможности и невозможности и во все подходящие случаи, которые имелись или были пропущены.

Где мы начинаем, когда мы хотим собрать факты о нашем прошлом? Во всех трех областях изучения - в жизни, учебе и работе - я хочу посмотреть на *физическую и не физическую* стороны.

Давайте начнем со взгляда на внутренний аспект того, что мы имеем с собой при рождении в физический мир. Имеем мы мужское или женское тело? С каждым ассоциируются различные возможности, а также и невозможности. Это здоровое или больное тело? Оно завершено или нет? Что произошло с этим телом впоследствии? Какого рода болезни мы получили - или возможно, нашли? Оно крепкое или хрупкое? Привлекательное или нет? Какого рода наследственность мы принесли с собой на землю и каковы были возможности и ограничения, присущие данному фактору - нашему телу?

В не физическом мы также имеем дело с определенными данными факторами. Как, например, наш темперамент и наш характер влиял на нашу жизнь? Темперамент не обязательно играет только негативную роль. Он может помочь нам сделать некоторые вещи, которые были бы невозможны иначе, возможными. Мы можем спросить себя: "О чем я был склонен мечтать? Каков был смысл моих мечтаний?" Короче, "Какого рода опыт принесли нам наш темперамент и характер в молодости, а также позднее?"

Мы исследуем не только свой внутренний мир, но и внешний. Какое влияние извне мы нашли или встретили?

Когда мы смотрим на нашу семейную жизнь - наш жизненный мир (потому что это то, что мы встречаем первое в нашей жизни) впервые - мы приходим к важному вопросу: "Какого рода влияние имела эта семейная жизнь, эта домашняя среда на нас? Где мы росли? Было это в лесу, или в каменном урбанистическом массиве? Где мы "проснулись"? Память об этом очень важна для начала изучения биографии. Провели ли мы свою юность в большом городе или в маленькой деревушке? В большом или маленьком доме? На

пятнадцатом этаже или на первом? Где мы провели наши первые годы? За границей или дома?

Потом мы можем также посмотреть на психологическую среду нашего детства. Это было артистическое окружение? Был ли это уютный дом или холодное место, или было всегда полно народу? Что может помочь здесь - это сконцентрироваться на людях вокруг нас в нашем детстве. Взгляните на людей, которые проходят перед вашим внутренним взором, когда вы закрываете глаза и вспоминаете картины детства. Кого мы видим? Возможно родителей, если мы были столь удачливы, но возможно также и других людей, кто заботился о нас. Как это было дальше в нашей биографии? Каких людей мы встретили позже? Вокруг нас была суета или спокойствие? Были здесь другие дети или мы были одни? Была ли дома такая суета, так что мы никогда не могли найти тихого места для себя? Или мы должны были выходить, чтобы встретить других детей, потому что дома больше детей не было? Каков был "цвет" вашей семейной жизни? Был ли это единственный мальчик с мамой и множеством сестер и теток, но без отца? Или это было окружение с мужским доминированием, то есть, был здесь женский или мужской "цвет"? Были ли оба родителя в семье или они были разведены или вдовствовали? Какова была ваша собственная позиция в семье? Были ли вы старшим, тем, кто всегда должен был быть наиболее разумным или младшим, которому все сходило с рук? Или вы были замечательным вторым? Было ли у вас много дядей и теток? Возможно, бабушки и дедушки были все еще живы или, с другой стороны, было мало родственников? Какая атмосфера была дома? О чем говорили взрослые (если они вообще разговаривали)? Это были глубокомысленные или больше художественные по своей сути беседы? Или это были практические разговоры или технические или связанные с бизнесом? Каждый может здесь для себя вновь прочувствовать эту атмосферу.

Мы можем также подумать о нашем воспитании. Могли ли мы делать все, что угодно, были свободны от всего дома или, наоборот, к нам были очень строги? Должны ли мы были уходить к своим друзьям, чтобы повеселиться, потому что нам никогда не разрешалось этого делать дома? Или в доме всегда было столько народа, что мы никогда не чувствовали себя спокойно? И насколько мы чувствовали себя безопасно в этой семье? Был это настоящий дом или мы чувствовали себя более дома в семьях наших друзей? Было ли это "гнездо" или мы всегда должны были быть начеку, чтобы не сделать что-нибудь неправильно?

Таким образом, здесь появляется широкий спектр впечатлений от физического окружения до духовных аспектов нашей семейной жизни, то есть идеалов, которые могли обсуждаться и/или проявляться дома.

Точно также мы можем посмотреть и на нашу школьную жизнь. Здесь тоже мы можем исследовать весь спектр от физического через психологический до духовного. Можно собирать точные факты и записывать их. Мы можем начать с такого вопроса: Как выглядел наш детский сад? А наша начальная

школа? Одним из моих собственных первых впечатлений в школе является довольно большая комната со старомодными школьными скамейками с сиденьем и столом вместе с крючками сбоку для вешания грифельных досок и губок. Один ряд был первым классом, следующий ряд вторым, и третий был третьим классом. И впереди был всего один учитель. Это было, конечно же, совсем не так, как при нынешней школьной системе с 2400 учениками и 240 учителями плюс большим административным штатом. Да, это как раз то, что я имею ввиду - в какого рода школе вы были, включая физические аспекты?

Затем мы можем взглянуть на наше отношение к людям, которых мы встретили в этой школе. Были ли мы сами "популярными"? Нравилось ли вам ходить в школу? И какова была причина того, что вам нравилось ходить в школу? Конечно, мы ходили потому, что мама и папа сказали, что мы должны это делать, но как мы сами чувствовали себя в связи с этим? Ходили ли мы туда потому, что все наши друзья ходили туда или потому что нам нравился учитель? И когда содержание уроков начало иметь огромное значение для нас, и мы развили предпочтения к определенным предметам, было ли это из-за самого предмета или из-за нашего восхищения учителями, которые учили нас?

Вы можете также сказать что-то о ваших взаимоотношениях с какими-то вещами. Как вы относились к чему-то? Были это в большинстве своем прямые отношения к самим вещам (и возможно так остается до сих пор) или это происходило через других людей? Какую роль играли другие люди? Как вы относились к власти, например? Вы протестовали или принимали власть как должное? А к солидарности? И т.д.

Мы можем получить дальнейшую информацию, если попробуем понять взаимоотношения между семьей и школой. Иногда это принималось как должное, но во многих случаях могло быть по-разному, в том смысле, что разные семьи по-разному относятся к школе. Жили ли вы близко к школе, или нужно было довольно далеко ехать, и поэтому было трудно пригласить друзей домой? Был ли дома какой либо интерес к тому, что и как вы изучали в школе или об этом беспокоились меньше всего? Каковы были взаимоотношения между вашими родителями и учителями в школе? (Мне известен случай, когда мама ребенка являлась также его учительницей. То есть он никогда не мог избежать присутствия его учительницы *или* его матери!) Таким образом каждый может найти различные факты из своей школьной жизни.

Вслед за школьной жизнью мы приходим к сфере работы - к нашему профессиональному миру. Для большинства из нас это крайне важная часть жизни. В прошлом это было важно в основном для мужчин, но в настоящем, к счастью, все более и более и для женщин. Какой вклад вносится в наше развитие этой частью нашей жизни? Я допускаю, что она, как минимум, вносит что-то, но это не всегда так, что само по себе, конечно же, является проблемой. Каждый человек, в любом случае, может соотнести с собой вопрос: "Какого рода опыт мы пережили в нашей трудовой жизни?" И также "Как изменения в

нашей работе повлияли на нас? Как такие изменения произошли? Через какого рода трансформацию мы прошли?“ Я часто встречался с тем, что мужчины от сорока до сорока пяти лет, имеющие техническую профессию в течение двадцати-двадцати пяти лет, говорили: “Да, но с меня довольно. Теперь я уже хочу иметь дело с реальными проблемами, с людьми. Все было хорошо. Я наслаждался техникой, но сейчас другие вещи становятся важными.” Как эти люди пришли к таким изменениям в сознании? Если вы сами испытали такую трансформацию в вашей трудовой жизни, как это произошло?

Также не мешает посмотреть на различные места, где мы работали. Как мы пришли к тому, чтобы попасть в эти места? Было это благодаря нашей собственной инициативе или мы были туда направлены? Нас повышали регулярно или мы должны были бороться за продвижение? Или повышение вообще не имело значения для нас?

Мы можем также спросить, как мы относились к фирме, в которой работали? Мой отец, к примеру, был “членом” “Роял”. (Сейчас мы бы сказали, что он работал в Шелле). Что и где он делал, это для него не имело значения. Он был (и является до сих пор, вопреки тому факту, что ему почти девяносто и он давным-давно на пенсии) человеком “Роял”. Это была для него целая жизнь. Когда вы видите его, вы должны сказать: “Конечно, это идет “роял”.” Это, как вы понимаете, и есть то, как эта компания работает со своими сотрудниками. Она формирует их, независимо от того, они черные, белые или цветные. Вы можете это слышать и видеть, если у вас есть глаз на такого рода вещи. Что касается моего отца, было неважно, что он делает. Значение имела фирма. Для других же важна их профессия. Например, “Я бухгалтер. Неважно, где я нахожусь во всем этом огромном мире, неважно, для кого я работаю, в первую очередь, я - бухгалтер. Вот что имело значение - этот мой профессиональный мир.” Есть определенные вопросы, которые нам нужно задать себе - какова наша связь со своей работой? С людьми, с организацией, с нашей профессией или занятием? Здесь могло бы быть огромное количество различных ответов.

Также важно понять, как мы относимся к продукции той организации, в которой работаем. Не имеет значения, что это за организация (как, например, “Роял”), но что производится там. Как эта продукция влияет на нас? Я говорил с людьми, которые работали в алмазной промышленности, нефтяной индустрии, в коммунальной службе, в угольной отрасли, и они по разному относились к продукции, в изготовлении которой принимали участие.

Важно также оценить в какой степени наша профессиональная жизнь была надежной. Имели ли мы государственную службу (она всегда относилась к более “надежной”), или мы были в беспокойном коммерческом предприятии, где могли вылететь, если не набирали квоту.

И каков был стиль этой организации или фирмы, где мы работали? Был ли это стиль, где наша душа утверждалась или мы никогда не чувствовали там себя хорошо? Что внутренне связывало нас с ней?

Если мы часто меняли работу, мы можем проверить связь между различными своими обязанностями, которые мы имели. Были ли они более или менее теми же самыми или связь была с трудом различима? Возможно ли отследить некоторое сходство, несмотря на разные наименования должностей, которые мы имели? Был ли, например, в них коммерческий оттенок или больше технический или нам в основном приходилось иметь дело с персоналом? Короче, есть ли здесь некая “струна” для разных “бусинок”, чтобы сделать ожерелье?

Такой ракурс очень полезен, когда наши жизненные вопросы задаются о том, какого рода работу мы должны делать в следующем периоде жизни. Упомянутые вопросы могут помочь в совершении выбора для следующих двадцати лет. Что мы можем понять о себе из нашей профессиональной деятельности, которая была у нас последние двадцать лет? Или у нас появляется чувство, что эти должности ничего не показывают в нас. Это кажется совершенно невозможным, но есть люди, которые переживают это. Это само по себе может многое сказать о жизни человека.

Но вот, наконец, мы собрали много дат и фактов (они могут быть собраны разными способами - не только из собственной памяти, но и из дневника, фотографий, бесед с родственниками и старшими друзьями и т.д.), и теперь мы можем сделать следующий шаг в изучении своей биографии. Это шаг, который я упоминал как “струну для бусинок”. Теперь мы должны спросить себя, как же вся эта информация *связана между собой*. Можем ли мы обнаружить какую-либо модель, а может быть, несколько моделей?

Есть несколько вопросов, которые могут помочь нам. Первый: *Какие периоды теперь я могу различить в моей жизни?* Я не имею виду периоды, которые описаны в соответствии с различными взглядами в психологии развития, такие как семилетние периоды Ливехуда. Это периоды, которые применимы ко всем нам. Нет, тут имеются ввиду более короткие или более длинные периоды, которые я могу различить именно в *моей* жизни. Если мы обнаруживаем такие периоды, мы можем дать им наименование. У нас, например, может быть “исследовательский период” или “период интроверсии”, который последовал за “взрывным периодом”. Эти наименования нужно выбрать таким образом, чтобы мы действительно чувствовали “Да, все именно так и было!”

Второй вопрос, который может помочь нам: *Какие жизненные темы, мотивы становятся видимыми?* Что повторяется вновь и вновь? Не всегда это происходит в той же самой форме, но это может быть очень похоже. Возможно, какая-то тема не появляется в течение большого периода времени, но затем она вдруг возникает снова. Это, поэтому, происходит по-разному в разных периодах жизни. Бывает и так, что она следует из одного периода в другой. Тем не менее, тема жизни может быть неразличима в течение какого-то времени, а затем вдруг всплывает вновь. Этой темой может быть “музыка” или наши взаимоотношения с другими людьми, или проблемы, например, с

“начальством”. (Например, “У меня всегда были проблемы с моим отцом; теперь я переживаю то же самое с моим начальником. Я не понимаю это - в конце концов, со мной не так уж трудно ужиться! Но я все еще всегда конфликтую с начальством”).) Когда эти темы жизни, эти мотивы найдены, мы можем на них также “навесить ярлык”; как правило это бывает легче, чем наименование различных жизненных периодов.

Следующий вопрос: *Есть ли определенные ситуации, переживания, встречи, которые повторяются снова и снова?* Когда я смотрю на свою собственную жизнь, я замечаю, что время от времени я попадаю в трудные ситуации, которые имеют сходство друг с другом. Я знаю, что если я бы обдумывал их заранее, я никогда бы в них не попал. Но до сих пор эти ситуации имеют важные последствия для моей жизни. Что же тогда заставляет меня проходить через них? Я всегда говорю: Это была (бессознательная) воля; мои ноги сделали это, или мои руки, но не моя голова. Поэтому в этом вопросе важно то, что мы развиваем способность понимать такие моменты, которые все вместе определяют нашу жизнь и являются в полном смысле частью нас.

Также полезным, хотя и менее конкретным, чем три предыдущих вопроса, подходом к собиранию информации является *лежащая в основе истинная значимость*. Мы должны почувствовать истинное значение событий, вех, кризисов нашей жизни, тех моментов, о которых мы чувствуем: вот в этом месте моя жизнь изменилась, здесь точка поворота. И тогда мы приходим к пониманию того, какие серьезные последствия имели наши важные решения и встречи. Так мы можем увидеть картину реальных причин нового развития нашей жизни. Разного рода связи между событиями, которые не были очевидны ранее, становятся видимыми, когда мы интенсивно с ними работаем. В результате мы можем получить более связную картину нашей биографии. Связи между тремя сферами (жизнью, учебой и работой) могут быть прояснены.

И, наконец, пока мы еще смотрим на прошлое, и до того, как я продолжу с настоящим, я хочу кое-что сказать о нашей внутренней позиции. Для того, чтобы сделать работу с прошлым продуктивной, нам нужно постараться создать наиболее возможное разделение, какое только мы можем, между собой нынешним и собой прошлым, и пронаблюдать это как можно более объективно. Хотя это будет довольно-таки трудно, тем не менее, важно *не судить* в соответствии с нашими нынешними критериями. Такого рода суждения вообще не помогают ясному и точному наблюдению. Потому что вынесение суждения означает взгляд на ситуацию в прошлом, а в данном случае, на нашу собственную жизнь, из сегодняшней перспективы. И это, конечно же, относится в особенности к тем событиям нашей жизни, о которых мы говорим: “Если бы я мог сделать это снова, я бы сделал это совершенно по-другому”. Но мы не сделали это по-другому, и, возможно, это было вполне оправдано в то время, потому что тогда мы не знали, что случится после, даже если мы и знаем это сейчас. Мы не можем изменить прошлое, поэтому мы должны позаботиться о том, чтобы отделить себя от него.

Это не так легко. Всем нам известна ситуация с событиями, с которыми мы не приходим к внутреннему согласию. Исследуя прошлое, мы неизменно сталкиваемся с такими событиями и эмоциями, связанными с ними, если мы уже не отдаем себе полный отчет о них. Например, как вы себя чувствовали в связи с выбором не того предмета в колледже или в связи с проблематичными взаимоотношениями или безуспешными поисками работы? Это ситуации такого свойства, которые без риска мы можем отодвинуть, отложить, думая: “это так стыдно, забудем это, и постараемся больше не иметь с этим дела”. Но когда мы начинаем биографическую работу, эти проблемы неизменно вздымают свою уродливую голову и тогда надо сказать: “Хорошо, давай сделаем это раз и навсегда”, как это сделал Парсифаль, герой одноименной средневековой истории - не уклоняясь от трудностей, но встречая их лицом к лицу.

Работая со своей биографией, человек должен посмотреть на проблемы ясно и объективно - как если бы это был кто-то другой, как если бы он смотрел на трудности другого человека. Внешняя дистанция уже существует: дистанция тех лет, которые отделяют случившееся. Но нам нужна еще и внутренняя дистанция. Хорошей помощью здесь может быть то, когда другие люди будут смотреть вместе с вами. У них уже есть эта внутренняя дистанция, потому что это не их проблема. Именно в этом состоит идея делания этой работы вместе с другими. Потому что, чем более объективно мы подходим к нашему прошлому, тем больше пространства и свободы мы получаем для будущего.

Предположим, что мы взяли бы те нормы и ценности, которых мы придерживались в прошлом, в будущее. Предположим, что мы не освободились от прошлого вообще. Какие решения мы тогда принимали бы для будущего? Ведь нормы для него тоже были бы уже установлены. Поэтому важно в связи с прошлым для начала иметь “вычищенный дом”, прийти к внутреннему согласию со своим прошлым, примириться с ним. Только после этого мы можем сказать: “Да, я делал это таким-то и таким-то образом, и последствия были такие-то и такие-то. Нравилось мне это или нет, это более не интересует меня. Это просто результат и это часть моей истории. Так тому и быть, так это было... а теперь давай продолжим мою жизнь - сейчас и дальше в будущее”.

Глава 2

НАХОЖДЕНИЕ ОТНОШЕНИЙ С НАСТОЯЩИМ

Когда мы работаем с прошлым, мы собираем как можно больше фактов для того, чтобы определить, сможем ли мы найти что-то, лежащее в основе, что даст нам какое-то понимание нашей собственной жизни. Тогда мы увидим, можно ли найти путь к настоящему, к нашей нынешней жизни. Сначала мы будем это делать, принимая во внимание то, чем мы стали с тех прошлых времен. (*Каковы отношения между настоящим и прошлым?*). Затем - и здесь наша биографическая работа делает новый поворот - мы попытаемся бросить взгляд в будущее. (*Каковы отношения между настоящим и будущим?*).

Надеюсь, мы продвинулись в достижении необходимой ясности и объективности в отношении прошлого и создали внутреннюю дистанцию с ним. Даже если мы не сделали это полностью, мы все-таки получили картину прошлого, объективную настолько, насколько это было возможно. С этой объективной картиной мы приходим в другой мир - мир настоящего. Мы находимся в его центре. Мы окружены им. Она теперь здесь! Конечно, для разных людей это может происходить по-разному, потому что для одних настоящее началось год назад, а для других оно начинается в каждый новый миг. Каждый должен определиться с этим для себя. А вот что похоже для всех, это то, что пока мы находимся в центре настоящего, пока мы так близки с ним, мы имеем эмоциональное отношение к нашей жизни, какая бы она ни была в данный момент. Это эмоциональное отношение и есть нечто, что нам нужно использовать.

Как я уже говорил, это эмоциональное отношение к настоящему может иметь различные оттенки. Мы по-прежнему можем иметь прочные отношения с прошлым (“Что из всего этого пришло в настоящее? Что я вынес из этого?”). Но в то же время мы можем переживать сильное притяжение к будущему (“Что уже сейчас я могу понять в будущем? Что становится видимым в этом другом направлении, которое уже струится в меня?”). В обоих примерах эти вопросы так близко сходятся, что мы нуждаемся в наших чувствах, для того, чтобы установить с ними связь.

Когда теперь мы посмотрим на прошлое, то важно, чтобы мы продолжали линию, которую мы начали набрасывать от периода юности в наше настоящее. И здесь тоже мы можем взглянуть на наш внутренний и внешний мир. Что происходит со всеми этими вещами из прошлого? Как они выглядят сейчас?

Я начну с внутреннего аспекта, с *актера*. Как обладание данными физическими атрибутами, определенными аспектами его физического тела работали до сих пор? Что произошло с ними? Что мы сделали с ними? А что *не* сделали? Что мы ожидали от своего физического инструмента? На что мы надеялись? Не было ли у нас намерения выиграть золотую медаль на

Олимпийских играх? Или стать летчиком? Ясно ли то, что если что-то не было успешным, оно было не осуществимо с самого начала.

Что мы пережили в связи с телесной стороной своего существа? Как мы справились с этим? Хорошо или плохо мы обращались со своим телом? Возможно, мы злоупотребляли чем-то в связи с ним? И что мы чувствовали тогда в глубине души?

Важно, чтобы мы задавали эти вопросы во временной перспективе. То есть: Как это было вначале, и как это сейчас? Есть ли какой-то симптом в этом развитии? Изменилось ли наше отношение к физическим аспектам со временем?

И тогда мы приходим к следующему уровню - к психологическому. Как мы обходились со своим темпераментом? И как наш темперамент влиял на нас? Мы также сангвиничны как и раньше? Или флегматичны? Поддаемся ли мы все еще меланхолическим настроениям или поняли, как обходиться с ними? Реагируем ли мы все еще на холерический манер, то есть все еще вспыльчивы? Чего мы достигли, благодаря своему темпераменту, а что вопреки ему?

Кроме темперамента мы можем взглянуть еще на свой характер. В типологии Макса Стибба есть для этого полезная поддержка: эго-сознающий тип, мечтательный тип, агрессор, эстетический тип, доминантный тип, мобильный тип и лучистый тип. Какого вы типа? И как вы развивались в этом отношении? Какие из упомянутых семи качеств подходят вам больше всего?

Мы можем пойти еще глубже и попытаться понять, каково наше отношение к знакам зодиака, – если, конечно, нас интересует эта точка зрения. Мы тогда войдем в мир *личности*, о которой биолог Фриц Джулиус написал две захватывающих книги: «Двенадцать сил» и «Образность Зодиака».¹

Наконец, также на психологическом уровне, мы можем взглянуть на свою *внутреннюю ориентацию*. Здесь нам помогут три категории: *временная ориентация* (то есть, доминирует ли полярность прошлого-будущего в нашей жизни?); *человеческая ориентация* (то есть, имеем ли мы склонность к социальным аспектам жизни, включая полярность мужчина-женщина, которая играет важную роль в нас и в нашем отношении к другим?); *мировая ориентация* (то есть, есть ли акцент в нашей жизни на отношении к миру - идентифицируем ли мы себя с полярностью небо-земля?)

Вслед за психологическим аспектом, мы можем посмотреть, как мы обходились со своим наследием на духовном уровне. Это поднимает такие вопросы как, например: Осознаем ли мы существенные выборы, сделанные в прошлом, и, если да, то как мы обошлись с ними? Что эти выборы показывают нам? Что мы начинаем осознавать как главную задачу своей жизни? К чему мы

¹ Для тех читателей, которые не интересуются темпераментами, планетарными или зодиакальными философиями, сообщенными (инспирированными) антропософией, или не имеют доступа к информации, связанной с этими предметами, надо сказать, что другие психологические типологии придерживаются тех же целей, то есть, каков я был тогда, каков я сейчас. (Автор)

пришли в связи с этим и чем пожертвовали для этого? Имеем ли мы отношение к какому-либо особому духовному пути? С какими сущностными вопросами мы переживали борьбу?

Мы также можем спросить себя, что мы сделали со своими *талантами*, способностями и ограничениями. Что мы использовали, развивали? Что осталось неразвитым?

Я также дам несколько ориентиров, как смотреть на внешнюю сторону - "сцену". В противоположность нашему внутреннему существу и его развитию, где важно внутреннее отношение к вещам, теперь нам придется иметь дело с тем, что мы действительно встречаем в жизни, то, что мы выискиваем. В эмоциях, например, мы можем иметь человеческую ориентацию, в то время как в жизни нам встречается мало возможностей развиваться в этом отношении, какая бы ни была причина (и возможно, это и есть то, что действительно важно в нашем биографическом изыскании).

Когда мы смотрим на нашу нынешнюю ситуацию в жизни или работе, что же мы видим там? На что это похоже? Я просто приведу несколько примеров для того, что, вообще-то, могло бы стать пространственным исследованием, в зависимости от тех вопросов, которые мы имеем. Например, мы, может быть, ищем связь с тем, что я называю *высшим миром*, миром искусства, религии и науки. Это наш мир? Или мы всегда окружены людьми - дома и на работе? Является ли, действительно, *социальный мир* нашим миром? Какие бы формы это не принимало, заботы, обслуживания или лидерства, действительно ли наша жизнь определяется главным образом общением с другими людьми? Или *земной мир*, материальный мир - это наша среда? Это может быть сад, дом или машина - мы всегда заняты с ними. Но это может быть также и то, о чем сказал один психотерапевт: "Человеческое тело – вот с чем я связан, это моя задача".

Если для вас важна социальная сфера, интересной диагностической помощью является выполнение *социограммы*. Мы берем большой лист бумаги и рисуем себя в центре. Вокруг располагаем определенное количество концентрических окружностей и на них пишем имена людей, с которыми встретились в последние несколько месяцев или несколько лет. С помощью своего дневника мы, скорее всего, сможем получить достаточно полный список людей, с которыми были в контакте. Мы располагаем людей, с которыми находимся в близких отношениях или с кем мы чувствуем близкую связь, в круге, близком к центру, близко к себе, и, соответственно, тех, с которыми у нас были единичные или случайные контакты, помещаем дальше от центра. Таким образом, мы получаем интересную модель, где дальше обозначаем связи между собой и другими людьми жирными или тонкими линиями. И, наконец, мы превращаем линии в стрелы, таким образом, чтобы стрела указывала вовнутрь, в случае если нас нашли или к нам приходили, и указывала вовне, если мы сами проявили инициативу к встрече или встречаем. Ну и как выглядит модель? Это мы всегда являемся инициаторами контакта? Разве не становится

ли ясно, что всегда мы должны встать и пойти к кому-то, иначе мы никогда не увидим ни души? Или мы те, к кому всегда приходят? Мы те, кто с трудом находят минуту для себя, потому что людям всегда нужно что-то от нас? А как насчет частоты встреч? Там много жирных линий или с большинством людей мы видимся только время от времени? И много ли людей рядом с нами или большинство находится на расстоянии?

Социограмма делает все это достаточно очевидным, и иногда весьма болезненно увидеть, что представляют собой наши отношения с окружающими нас людьми.

Но кроме людей вокруг нас мы можем также посмотреть на *ситуации*, что мы встречаем или выискиваем или которых избегаем. Как выглядит сцена, на которой мы действуем как актеры? Как наше окружение влияет на нас, и как мы влияем на окружение? Мы воздействуем на наше окружение или оно воздействует на нас? Навязываем ли мы, например, свою волю другим или это тот самый случай, когда мы чувствуем “А как же я?” Это вопрос, который часто задают себе матери и домашние хозяйки, и это хороший вопрос, потому что вглядывание в сцену является, по меньшей мере, столь же важным, как и вглядывание в актера на сцене. Что же происходит на сцене?

Для того, чтобы узнать самого себя, нужно, конечно же, посмотреть на себя. Но это только часть правды, потому что сцена, которую мы выбираем для своих действий, содержит что-то и от нас. Это не случайное стечение обстоятельств, что все находятся там, где находится он или она. Дело в том, что я сам выбрал читать лекции и давать курсы, хотя мне трудно появляться перед большим количеством людей. Это одно из решений, которые я принял раньше. Не головой, потому что если бы я принимал только рациональные решения, я мог бы сказать: “Но я вообще не хочу этого делать, я не готов для этого. Я лучше бы сидел в аудитории, слушая лектора, чем самому быть лектором.” Тем не менее, я как раз лектором и являюсь.

Это относится ко всем нам: сцена делает внутри нас не меньше, чем актер. Все вещи и люди вокруг нас являются “зеркалами”, справа и слева, спереди и сзади, снизу и сверху - все, что мы собираем вокруг себя, является частью нас. Это все приходит к нам, и мы ищем это. Поэтому нам надо внимательно смотреть в эти зеркала, также как мы осматриваем комнату, когда мы приходим в гости к кому-то в первый раз. Когда хозяин или хозяйка уходит на кухню, чтобы приготовить кофе, и мы оставлены одни в гостиной, мы спрашиваем себя: “А купил бы я такую лампу? А такой диван? А что за книги стоят в этом книжном шкафу? О, посмотрите на эту картину!” А как только хозяин или хозяйка возвращаются, мы уже снова сидим прямо. На мгновение у нас была возможность заглянуть “внутрь”, потому что среда человека делает видимым что-то в нем самом. Я убежден, мы собираем вокруг себя и демонстрируем совсем не случайные вещи, и люди, к которым мы ходим в гости, отнюдь не случайные люди. Все это принадлежит нам, поэтому нужно быть внимательными к этому.



Чтобы закончить эту часть биографической учебы, касающейся нашего настоящего в его отношении к прошлому, мы должны задать себе два особенно важных вопроса, которые я назову вопросами *для чего* и *почему*.

Вопрос *почему* может быть задан в отношении к каким-то знаменательным событиям жизни или определенным темам, или о сцене, на которой мы находимся. Почему то или другое произошло? Почему мы всегда ссоримся? Почему мы всегда встречаем людей определенного сорта? Почему мы всегда попадаем в трудные ситуации? Почему то или иное все время случается с нами? Почему мы, действительно, вступаем в такие взаимоотношения? Почему мы выбрали ту или иную работу? Почему, ради всего святого, мы оставили ее? Почему мы уволены?

И затем вопрос *для чего*: Чего мы добились? Не имеет значения, весело ли это было (что, конечно, могло быть), но вопрос в том, для чего все это было? Что сделало возможным разрушение взаимоотношений, и каковы последствия? Чему это положило начало для нас? Какого рода пространство было создано после определенного момента или события? Однажды на моем курсе был человек, который очень переживал из-за взаимоотношений со своей матерью. Это беспокоило его долгие годы. Только когда он посмел спросить себя: “А что собственно точно произошло между нами и каково значение этого?”, и затем “Но почему?”, в его душе появилось пространство. Но вначале он должен был “встать рядом с собой”, поговорить об этом с другими, и посмотреть на это так, как смотрят другие, извне, как посторонний. И постепенно ему стало ясно, что держаться за “старые” чувства не плодотворно и что лучше разобраться в том, что действительно произошло и каково влияние этого. К счастью, он никогда не встречался ранее с людьми, которые были на курсе. По-видимому, большинство людей более предпочитают говорить об интимных проблемах с посторонними, чем с теми, кто им близок. Во всяком случае, в конечном итоге этот человек разобрался во всем. Он даже сказал в конце курса: “Может быть, я напишу “старой леди” письмо”, и это после того, как он не общался с ней долгие годы! Это показывает, как благотворно действует постановка честных вопросов “почему” и “для чего” - особенно если это можно сделать в группе с помощью других людей.

ГЛАВА 3 БУДУЩЕЕ ОБЪЯВЛЯЕТ СЕБЯ

Теперь, когда мы очертили прошлое, а также наше отношение к нему, мы посмотрим в другом направлении: в будущее. Это абсолютно другая, но также интересная картина. Вглядываясь в будущее, нам нужно увидеть сначала то, что будущее уже говорит нам, так чтобы мы могли добавить эти подсказки в картину настоящего. Для этого мы опять задаем вопрос: Какова теперь наша ситуация? Мы считаем дебет и кредит в нашем балансе. Только когда мы закончим эту работу, мы сможем принять решения для будущего - наметить его курс.

Есть ли что-то в будущем, что видно уже сейчас? Найти ответ на этот вопрос намного труднее, чем смотреть в прошлое. А пока на наше решение оказывает влияние *чувство будущего*, сознательное или бессознательное. Мы часто говорим из предчувствия. На самом деле, это то, что мы обзреваем волей, той своей частью, которая еще не прошла через разум, а поднимается к поверхности из глубины. Мы зондируем будущее с помощью воли. Если бы мы не делали этого, если бы были ведомы только тем, чему научились в прошлом, то мы функционировали бы подобно компьютеру. Все, что мы должны были бы делать, это пропускать прошлое через компьютер, и он говорил бы нам точно, что решать и что делать. Фундаментальной человеческой чертой является то, что наше решение частично определяется будущим, тем, что еще не здесь, но что, так сказать, уже носится в воздухе. Это уже лежит в основе неосознанных импульсов воли, но пока не пропитало сознательное мышление. Я хотел бы остановиться на некоторых моментах в связи с этим.

Одним из способов достичь этой области является рассмотрение вещей, по поводу которых мы должны будем вынести *решения* и сделать выбор в самое ближайшее время. Это может быть что-то, связанное с работой или личной жизнью. Например, у нас есть возможность выйти на пенсию раньше, и мы не уверены, должны ли мы использовать это преимущество или нет. Или, может быть, это шанс перейти на менее перспективную работу, что, вообще-то, искушает, потому что работа будет намного более легкой; мы сможем, наконец, найти время для всех тех вещей, которые мы всегда хотели сделать. Это своего рода выход, который может появиться в профессиональной жизни, и мы должны быть достаточно честны, спрашивая себя о том, чего мы на самом деле хотим делать, и подходит ли это решение к нашей биографии.

То же самое происходит с решениями, касающимися частной жизни. Может быть, ситуация в семье становится все более и более напряженной. Уже более года как мы изменили мнение о в своем браке. Или, мы жили в своем доме тридцать лет, но сейчас наш младший собирается переехать в свою собственную квартиру, и дом становится несколько велик для нас. Нужно ли нам переезжать? Или вопрос одного из участников моего мужского курса: "Как мне справляться со своей напряженной работой теперь, когда моя жена тоже

хочет выйти на работу? Весь мой мир разрушается.” А вот участник другого курса: “Для того, чтобы продвигаться вперед, я должен буду одолеть трудную учебную программу. Как, скажите ради Бога, я могу успеть все это без того, чтобы не поставить под угрозу мою семейную жизнь? Или я должен забыть о дальнейшем продвижении по службе?” Часто такие вопросы, связанные с делами, очень точны и иногда безотлагательны. Даже если что-то не произошло пока, это почти уже реальность.

Конечно, мы можем отложить эти вопросы и сказать: “Выпьем еще раз и не будем сейчас о них вспоминать”. И возможно проблемы действительно исчезнут - на время. Но они обязательно вернуться. Рано или поздно нам придется иметь с ними дело. Важно иметь возможность хорошо обдумать эти вопросы и не спешить приходиться к самому легкому решению только для того, чтобы избавиться от напряжения. Пока важно признать вопросы о будущем, а не отмахиваться от них, желательно увидеть, что произойдет, если мы какое-то время проживем с ними осознанно и дадим им созреть. Я думаю, что это очень важно.

Также важно проверить, действительно ли легкие ответы имеют больше отношения, может быть, к прошлому, чем к будущему. Выбрали ли мы определенный ответ потому, что обычно всегда так и решали такие проблемы в прошлом? Но, возможно, сейчас мы должны делать что-то по-другому, возможно, эти ответы больше не подходят нам в будущем.

Наконец, мы можем надеяться, что решение будет принято за нас. Это также является возможным. Будем ли мы счастливы от этого, это другое дело. Да, это как раз то, что делают многие люди.

Но есть и другой подход. Мы можем получить помощь из *вопросов от внешнего мира*. Третий аспект сцены предлагает сам мир: это публика. Мы уже упоминали актера, и саму сцену, а теперь остановимся на зрителях. У них также иногда есть вопросы к нам. “А как у вас это?”, “А как то?”. Нам всем знакома такая ситуация: мы создали какое-то пространство для себя и достигли, наконец, мира и спокойствия в своей жизни, а потом они приходят и спрашивают: “Вы присоединитесь к нашему комитету?”, “Мы хотели бы, чтобы вы взяли на себя...” и т.д. - такие предложения вдруг сваливаются на нашу голову. Затем важно понять, действительно ли эти вопросы значат что-нибудь для нас и как нам нужно отвечать на них. Мы должны внимательно рассмотреть их. Подходят ли эти вопросы к нашей биографии? Что мы собираемся делать с ними? Возможно, именно сейчас мы перестали делать что-то, что делали долгое время. Я помню, что когда я был маленьким мальчиком, мои родители настаивали на том, чтобы я учился играть на пианино. Позже я и сам сильно увлекся этим. Я решил, что буду учиться играть на пианино, в то время как на самом деле у меня совершенно не было к этому способностей. Это было ужасно! Три раза в моей жизни я начинал заново учиться читать ноты и играть по нотам на пианино – совершенно безуспешно. Пианино стояло дома, купленное специально для меня и я продолжал прилагать усилия. Я делал это

до тех пор, пока, в конце концов, не понял, что у меня нет необходимых данных. Пианино было продано. Какое облегчение! А потом я обнаружил, что могу петь. И пел очень хорошо. Спазм прошел, и вдруг нечто новое стало возможным. Каждому знакома такая ситуация. Есть масса рассказов о женщинах, которые хотели иметь ребенка, но ничего не получалось. После того, как они перепробовали все, они брали приемного ребенка, а через некоторое время оказывалось, что они сами беременны. Спазм проходил, давление исчезало и как результат появлялось пространство для того, чего они хотели.

Нужно помнить об этих образах, когда к вам подступают вопросы. Что нас тормозит, когда мы пытаемся ввести свои решения в жизнь? На самом ли деле мы слушаем сигналы извне? Наши ли это вопросы? Это могут быть вопросы, связанные с работой или с домом. Или с обществом, членом которого мы являемся, или со школой, где учатся наши дети. Во мне ли они, на самом деле, нуждаются или они обращаются ко мне только потому, что я могу хорошо это делать, так как уже делал те же самые вещи много раз где-то еще? Должен ли я браться за это или оставить это, для разнообразия, другим, чтобы они тоже могли упражнять свои таланты?

Поэтому важно, чтобы мы могли осознавать, с чем мы должны согласиться, а с чем нет; чтобы мы знали наши границы, и соответственно “организовывали” нашу жизнь. Нам нужно помнить, какие способности у нас уже есть, а какие нам надо еще развить. Достаточным вызовом могут быть ситуации, в которых мы не совсем уверены в себе, например, организаторская деятельность. Поэтому мы можем научиться чему-то из этого. И может быть, наши достижения принесут пользу не только нам, но также и институту или организации, где мы работаем, и именно потому, что мы приняли этот вызов.

Это возвращает меня к моему замечанию о том, что мы должны учиться слушать вопросы, которые приходят к нам. Вопросы, которые адресуют нам, могут быть очень полезны, хотя и не все они обращены именно к нам - о таких вопросах мы говорим “Господи, да почему же их задают мне? Я совершенно не компетентен в этом!” Но возможно те, кто задают вопросы, как раз чувствуют, что они адресованы верно. И мы должны относиться к таким вопросам вполне серьезно. Они могут быть, на самом деле, как раз для нашей биографии. Много раз меня просили заниматься биографической работой с людьми. Я проводил курсы и каждый раз один и тот же вопрос приходил ко мне, в то время, как я абсолютно не был убежден, что я должен быть тем человеком, который начнет делать биографическую работу. Пока в какой-то момент я не признал: “Очевидно, они хотят, чтобы это был я, поэтому я что-то должен сделать. Я должен посмотреть, смогу ли я что-то сделать в этом направлении.” И теперь, когда я выполняю эту работу, я могу сказать, что, я надеюсь, не только приношу пользу участникам моих семинаров, (это они скажут, я не могу говорить за них), но, что определенно я вношу вклад в мое собственное развитие.

Поэтому, это были вопросы, которые могут служить примером, насколько серьезно мы относимся ко всем просьбам, которые подступают к нам. Мы не

должны сразу уступать, в особенности, если вопрос касается чего-то хорошо знакомого нам, или чего-то легкого, или чего-то, что может показать нас в выгодном свете без приложения особых усилий - вопросов, относящихся к делам, которые не представляют для нас трудности. Но мы также не должны отмахиваться и от чьей-то просьбы только потому, что, как нам кажется, мы в этом не разбираемся. Потому что, возможно, в будущем это *придет*. Важно быть способным сказать “Нет”, если мы знаем, когда сказать это.

Третий подход пробуждает нас к вопросу, связанному с будущим: *откуда мы можем чувствовать вызов*. Мы не должны спрашивать себя, что мы *хотели бы* делать, но, действительно, что мы *должны* делать. Это может быть как в отношении семьи, так и внешнего мира. Что мы могли бы сделать, например, в связи с тем, что происходит в Южной Америке?

Помочь в этом может список “того, что я должен сделать”. Когда этот список закончен, нам нужно критически посмотреть на него. Мы можем попросить помощи у других и “просеять его”, чтобы посмотреть, что останется. Важно, чтобы мы различали в списке значимые вещи, и те, что вписаны просто потому, что их будет весело делать. Важно также увидеть, что в списке новое, а что является частью нашего прошлого. И что из “старых” пунктов может быть обновлено. Или что вообще не должно быть включено в список. Могли бы мы, когда хорошенько просмотрим весь лист, сделать вывод о том, что что-то нам нужно завершить? Если мы оцениваем это искренне (и помощь других в этом часто бывает очень полезна), мы будем способны прийти к серьезному заключению.

Важно, что мы понимаем, с какими *идеалами* будущего мы чувствуем связь. Что бросает нам вызов? Где, как нам кажется, мы должны проявить инициативу? Например, нуждаются ли наши взаимоотношения в новом импульсе? Должны ли мы учиться смотреть по-другому на нашего партнера, на полярность мужчина-женщина в наших взаимоотношениях? Нужно ли нам положить конец старым отношениям между нами для того, чтобы создать пространство для истинных идеалов, которые мы разделяем?

Разговор об идеалах может быть не только в связи с семьей. Должны ли мы проявить инициативу по отношению к третьему миру, например? Возможно, мы очень чувствительны к проблемам третьего мира.

Где наша задача? Имеем ли мы отношение к определенным проблемам, которые представляются задачами для нас? Бернард Ливехуд называет это “работой с нашими избыточными силами”. Надо использовать, применять наш избыток, чтобы он мог стать доступным. Чувствовать: “Это действует на меня, это касается меня, это моя связь с величайшими вызовами нашего времени”.

Может также быть, что долгое время мы чувствовали свои нереализованные возможности, как не проросшие семена, и мы хотели бы развивать их. И может быть пора остановиться и подумать об этом и спросить

себя, не наступило ли время для того, чтобы что-то делать с этим, то есть заставить семена прорасти.

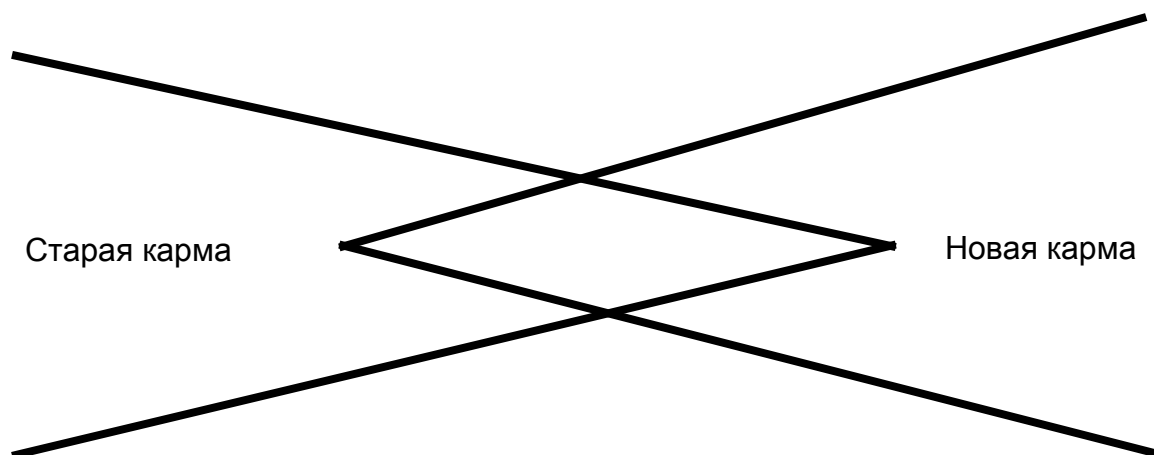
Я также думаю, что важнейшая биографическая тайна кроется в осознанном *завершении* вещей. Это особенно важно для пожилых людей. Что в нашей жизни необходимо довести до своего конца, где нужно добавить последний штрих?

Мы можем сделать сравнение с фотографией. Когда мы проявляем пленку, наступает момент, когда она уже готова, проявлена. Мы можем оставить их в проявителе, но это не даст им ничего - процесс проявления уже завершился. Также может быть и в отношении всего, что касается жизни. И это может быть достаточно болезненно - например, если мы поймем, что наши отношения "передержаны". Это вовсе не легко, когда приходится прийти к выводу, что для дальнейшего развития партнеров желательнее, чтобы они вступили в разные "проявительные ванны" (развивающие пространства). Создать пространство на благо и другому и себе, - это болезненно. Но это стоит того. Потому что всегда есть новые места, где партнеры могут расти дальше, хотя и по отдельности, а не вместе. Когда мы завершаем что-то с должной заботой и тактом - когда счета сбалансированы со вниманием, и фаза жизни осознанно закрывается, может начаться новое будущее, чреватое новыми инициативами, о которых заботятся одинаково тщательно. Тогда мы можем сказать, что старая фаза жизни шла надлежащим курсом, а не то, что это было неверно. Все было в свое время.

Также важно понять, почему мы больше не хотим делать что-то, что делали раньше. У меня был один участник курса, который сказал о своей работе "Она на самом деле не подходит мне, но я был обязан делать ее для моего отца. Я должен был закончить ее ради него. Я унаследовал ее. Но теперь она закончена. И теперь я собираюсь начать что-нибудь новое, что-то мое собственное." Поскольку этот человек понял это, у него не было такого чувства, что старая работа была ошибочной, а новая будет правильной. Новое занятие связано с тем, что пока еще только вступает - это часть его будущей задачи, тогда как старая работа была частью его предыдущей задачи.

Поэтому работа со своей биографией и означает, что мы стараемся почувствовать как свое "наследство", с которым мы должны управиться и привести его к завершению, так и свой новый "капитал", который мы должны увеличить. Это может быть сформулировано следующим образом: Мы приносим что-то с собой из времени до рождения, как наследство, которое мы должны завершить. Но кроме этого, затем, мы должны начать что-то новое, дать этому новому движению - что-то для нашего собственного будущего и будущего человечества. Это то, что я называю *старой кармой* и *новой кармой*. Старая карма - это то, что было принесено - это багаж, который мы собрали до рождения, что-то, что, возможно, осталось от предыдущей земной жизни. (Те, кто не может полностью принять идею реинкарнации, может быть, оценят

образность.) А новая карма создается в нашей жизни на земле. Это то, что остается после смерти, новые силы и импульсы, которые мы даем миру и которые мы привели в движение в нашем собственном развитии. И эта новая карма, несомненно, в дальнейшем создает обязательства для будущего. И эти два вида кармы могут, конечно же, перекрываться.



Таким образом, возможно, мы постепенно достигли некоего понимания в сложности и всеобщности вечной человеческой задачи, начертанной на храме Апполона Дельфийского:

Человек, познай себя!

Теперь, когда мы пришли к некоторому пониманию своего прошлого и своей связи с ним, а также поняли свое отношение к тому, что уже проявляется из будущего, будет полезно сделать список того, чем и кем я являюсь - длинный список пунктов "Я -". И хотя не все пункты доставят нам удовольствие, мы должны продолжать. Со всеми парадоксами в нас. Это будет длинный список, и мы должны быть честны с самими собой, насколько возможно. Я рыцарь или бандит? Или возможно то и другое? Я Мария или Ева? Или представление древних о том, что Мария и Ева это одно и то же, применимо и ко мне? Мы "успешны" в работе или мы часто «проскакиваем» некоторые пункты?

А потом мы приходим к трудному вопросу, действительно ли мы хотим брать ответственность за все эти "я", эти субличности, как они называются в психосинтезе. Хотим ли мы быть своим собственным "режиссером" (оставаясь в терминологии сцены)? Включаем ли мы свои негативные стороны в сценическую постановку? Как мы относимся к ним? Каков наш собственный вклад в их развитие? И каковы побочные эффекты развития этих наиболее

проблематичных сторон? Имеет ли все это свою позитивную сторону, так чтобы мы могли быть, в некоторой степени, благодарны за эти качества?

Когда мы завершим этот длинный список, настолько откровенный, насколько это возможно, мы должны попытаться дать всему этому наименование. Какой характер, какая личность вырисовывается, когда мы смотрим на список объективно? Здесь важна также помощь со стороны заинтересованной, поддерживающей группы. Совместно с такой группой человек может понять, что за человеческое существо становится видимым. Я борец? Я всегда напрашиваюсь на неприятности? Или я большей частью целитель, тот, кто укрепляет, восстанавливает, возвращает вещи на свои места? Я искатель захватывающих приключений? Короче говоря: В чем сущность того, что мы видим на этом листе “Я -....”?

Перед тем как завершить взглядывание в наше собственное существо и наши побуждения и подойти к будущему, нам нужно прийти к *суждению* об этом. Это особенно важно для того, кто чувствует с особой остротой, что он должен изменить что-то в будущем. Мы составили список своих вопросов и перед тем, как вынести решения для будущего, нам надо понять, что мы чувствуем относительно себя и своей настоящей ситуации. На более раннем этапе не было никакого смысла в вынесении суждения. Мы касались фактов, вспоминали даты. Но теперь мы должны спросить себя, а что, собственно, мы чувствуем в связи со всем этим. Действительно ли мы хотим быть этим рыцарем или этим исследователем или этим борцом? Что говорят нам о нас наши чувства?

Здесь важно, что мы судим не как актер или как публика. Нет, мы должны сидеть в кресле режиссера. Мы должны подняться над всем этим, но не так, чтобы стать посторонним. Только тогда мы сможем стать тем, кто в поворотной точке между прошлым и будущим сможет инициировать свое будущее. Только тогда мы сможем позаботиться о том, чтобы линии, которые начинаются в прошлом не просто продлевались в будущее, а также, чтобы будущее не определялось фантазиями, которые не имеют ничего общего с прошлым.

Предсказуемый способ обхождения с будущим может быть увиден в таких выражениях как: “Ничего нового нет под солнцем” или “Однажды вор - всегда вор”. Это известная концепция причинности, прогнозируемости, экстраполяции и детерминизма и, соответственно, отрицания свободы. Другая крайность по отношению к будущему очевидна в концепции “белого листа” и имеет, поэтому характер разделения, непоследовательности. Две полярности, фиксированности, с одной стороны, и хаоса с другой, или, в биографических терминах, будущее абсолютно определено прошлым или, напротив, будущее абсолютно независимо от прошлого. *Биографическая реальность* находится между ними.

Если я не ошибаюсь, мировоззрение, опирающееся на идею связанности с прошлым, в наше время превалирует. Способность реально иметь дело с



будущим зависит от подведения продуктивного индивидуального баланса между двумя крайностями. Это очевидно, что, с одной стороны, мы связаны определенным количеством данных факторов, – например, физических атрибутов, - но с другой стороны, мы можем творчески иметь дело со многими другими данными факторами, теми, которые не являются частью нашего физического существа, таких как темперамент или характер. Свобода каждого человека в том, что он или она делают с этими факторами. Вот почему мы видим близнецов, которые выбирают разные пути. В этом причина и того, что один ребенок, имеющий проблемное детство, может привести в порядок свою жизнь, тогда как другой - нет.

Поэтому при формировании будущего нам нужно смотреть на свое прошлое, настоящее *и* будущее из перспективы сегодняшнего дня.

ГЛАВА 4 СОВЕРШЕНИЕ ВЫБОРА ДЛЯ БУДУЩЕГО

Сейчас пришло время на деле установить связь с будущим, сделать выбор, совершить шаги и принять решения. Нам необходимо очертить свой курс, помня при этом о некоторых вещах.

В первую очередь нам нужно понять, что *не* принятие решения тоже имеет свои последствия. И что будущее никогда нельзя обдумать логически, потому что никогда не возможно предвидеть всех последствий. Прошое - это то, что мы знаем. По отношению к настоящему у нас есть определенные чувства. Но будущее, которое хотя и может как-то проявляться, в основном окутано туманом. Мы можем проникать в будущее только посредством своей *воли*. Решения, которые мы принимаем по отношению к будущему, это решения воли. Мы можем сделать выбор благодаря импульсам воли - иногда при помощи интуиции (которая в данном контексте имеет смысл, отличный от чувств по поводу событий). Выборы, которые мы совершаем, лежат между нереальным "все возможно" и неизменным "все предопределено".

Наша воля не имеет ничего общего с фантазией или желаниями. Она лежит гораздо глубже. Мы узнаем о своей воле только в тот момент, когда действуем. Желание - это просто что-то, о чем мы подумали, что-то из головы. Конечно, у нас могут быть желания относительно будущего, но от этого ничего не меняется. Наше будущее начинается в нашей воле. Цель изучения биографии - понять до известной степени эту бессознательную волю.

Итак, мы формируем будущее, пока еще неизвестный завтрашний мир, посредством своей воли. Как же тогда мы можем разглядеть это будущее? Один из способов, который может нам помочь, это посмотреть, как воля работала в прошлом. Как пришли важные жизненные решения, которые мы приняли в прошлом? Чтобы понять это, мы должны попытаться рассмотреть их. На какую личность они указывают? Какого рода это были решения? В то же время нам нужно спросить себя, а будут ли действительны для будущего решения такого рода? Совсем не обязательно, что это будет именно так. Мы не должны останавливаться навсегда только на одном способе принятия решений, потому что это будет означать, что мы снова действуем как компьютер.

Однажды у меня на биографическом курсе был один человек, которому я предложил сделать такой список важных решений в его жизни. Каково же было его изумление, когда он обнаружил, что все это были "решения со словом «не»". Он не мог поверить своим глазам. Когда он увидел это, он понял в ту же минуту, что это поворотная точка в его жизни. И потом он уже был способен давать позитивные ответы на трудные жизненные вопросы, которые встречались ему.

Мы должны "прощупывать" будущее, устанавливая, что уже есть, что должно иметь место, а что не должно. Одним из замечательных образов для

меня является сцена из «Парсифаля» Вольфрама фон Эшенбаха, в которой Парсифаль в печальном настроении едет верхом через лес и в Страстную Пятницу встречает группу пилигримов, которые советуют ему ехать к отшельнику Тревризенту. Парсифаль преодолевает свою меланхолию и начинает искать Тревризента, но безуспешно. И наступает момент, когда он восклицает “На все Воля Божья!”, кладет поводья на голову лошади (лошадь это символ воли) и прищипывает своего коня в галоп. И лошадь находит дорогу. Встреча с Тревризентом становится переломным моментом в жизни Парсифаля, потому что Тревризент учит его и в результате устраняет его грех.

В древние времена люди свои решения отдавали на суд богов или шли к мудрецу или предсказателю. Всем известна история о дельфийском оракуле и древние сказки о мудрецах и посвященных. В наше время бывает еще так, что родители могут выполнять роль советчика для своих детей, но когда мы взрослеем, становимся более уверенными в себе, обретаем свою индивидуальность, самосознание и независимость, мы должны во все большей степени делать свои собственные выборы со всеми вытекающими “за” и “против”. Это решения, которые принадлежат нашей биографии, которые подходят к нашей жизни, даже если это означает, что мы должны выполнить трудные задачи. Это, конечно же, пока прыжок в темноту, где ничего на самом деле не видно, но выборы *должны* быть сделаны.

И когда, наконец, выбор сделан, важно посмотреть, что должно произойти, чтобы решение было выполнено. Это означает работу с *условиями*. Например, вы решили завязать новые отношения; вы теперь должны работать с условиями для этого. Что должно произойти в вас и вашем окружении? Должны ли вы работать над собой определенным образом - например, изменить что-то в себе, избавиться от плохой привычки или выработать новую привычку? Каковы требования, включая вполне практические вещи, такие как деньги, время и помощь. Когда ваш выбор станет реальностью? Можете ли вы рассчитывать на чью-либо помощь? Будет ли ваш партнер со-действовать вам?

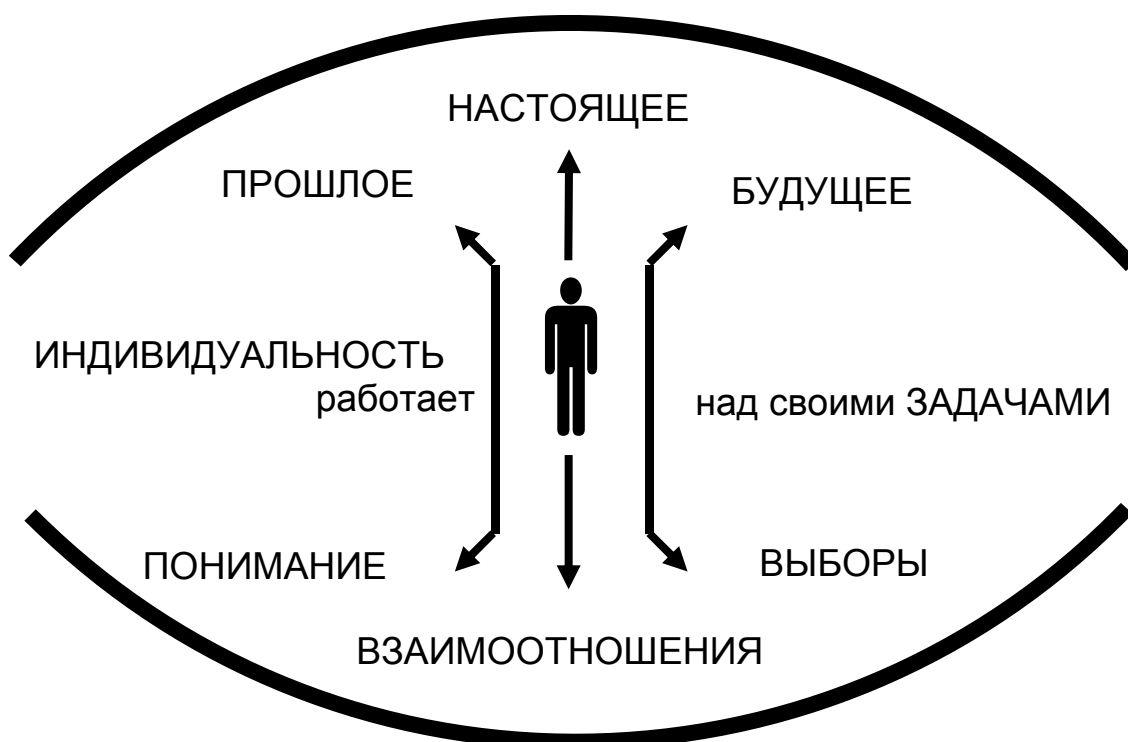
Волнующая вещь, которая касается работы с условиями, та, что вся эта практическая сторона уже является испытанием, проверкой наших идеалов. Хотим ли мы все еще настаивать на нашем выборе, когда видим, как много для этого требуется и как от многого мы должны отказаться? Тут часто выявляется, что хотя люди желают чего-то еще, они не хотят отказываться от каких-то приятных аспектов их прежнего существования. Но это ведь следствие выбора, который был сделан. Насколько крепки решения, к которым побудила нас воля и насколько они реалистичны? Может быть, они слишком идеалистичны и мы никогда не сможем выполнить их. Насколько сильно наша воля связана с реальностью?

На этой стадии важно обнаружить все это. Потому что существенным шагом в этом процессе, через который мы проходим, является проверка, а на самом ли деле то, что мы хотим, правда и в нашей ли это воле.

ГЛАВА 5 ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Мы подходим к концу нашего исследования для нашего «я» на нашем жизненном пути, по крайней мере, на данный момент жизни. Ниже сделана попытка представить это в диаграмме. Она показывает процесс *формирования картины*, касающейся прошлого, настоящего и будущего. Это дает возможность человеку делать *выводы* и принимать *решения*, чтобы достичь понимания прошлого, найти отношение к настоящему и сделать выборы для будущего. «Я» здесь является объединяющим элементом, и жизнеспособность процесса гарантирована постоянной самооценкой. Каждая индивидуальность может найти в задачах жизни импульс для следования своим собственным путем.

Таким образом мы можем внести свой вклад в развитие человечества через наше собственное «я» и сделать часть этого развития реальностью. В этой реальности меняется наше отношение к своей собственной биографии. Если вначале мы могли чувствовать зависимость от кого-то, кого мы называем высшей властью (божественный мир в древние времена), теперь мы постепенно начинаем понимать нашу собственную жизнь и то, что придает форму нашей биографии и, в конечном счете, берем ответственность за это формирование, формирование нашей собственной жизни.





Так становится возможным начать испытывать чувство благодарности к прошлому, потому что теперь мы знаем, какие уроки прошлое дало нам. И что еще важно, так это доверять своей способности иметь мужество в выработке решений для будущего. Таким образом, в конце концов, становится возможным достичь проблеска индивидуальности, высшего “Я”, “режиссера”, который несет ответственность за воссоединение всего того, что должен предложить актер, что делает возможным сцена и о чем просит публика. Так становится возможным начать походить на того, кто существует в действительности, и о котором Шиллер говорит в его «Письмах об эстетическом воспитании человека»:

“Каждая человеческая индивидуальность несет в себе истинный идеал человека, соответственно его талантам и его судьбе; величайшим вызовом человеческому существованию является идентификация с постоянным единством этого идеального существа сквозь все превратности жизни”.



Библиография

1. A.H.Bos, *Oordeelsvorming in groepen*, Wageningen 1974
2. Lex (A.H.) Bos, *Nothing to do with me?* Floris, 1985
3. Joop van Dam, *Omgaan met het levenslot*, Zeist 1988
4. Erik H. Erikson, *Identity and the life cycle*, New York \ London 1980
5. Paul Evans & Fernando Bartolome, *Wordt succes (te) duur betaald?*, Alphen a\nd Rijn 1981
6. Romano Guardini, *Tijdperken des levens*, Tiel \ Den Haag 1959
7. F.H. Julius, *De beeldtaal van de dierenriem*, Zeist 1983
8. F.H. Julius, *De twaalf driften. De metamorfose van de wil, schets van een kosmisch georiënteerde driften-psychologie*, Zeist 1973
9. Daniel J. Levinson, *The Season of a Man's Life*, Ballantine, N.Y. 1978
10. Bernard Lievegoed, *Rhases*, Rudolf Steiner Press, London 1975
11. Bernard Lievegoed, *Lezingen en essays 1953-1986*, Zeist 1978
12. Bernard Lievegoed, *Man on the Threshold*, Hawthorn Press 1984
13. Leo G.M. Prick, *Demonen van de middag*, Baarn 1984
14. H.C. Rumke, *Levenstijdperken van de man*, Amsterdam 1973
15. Signe Schafer, Betty Staley & Margli Matthews, *Ariadne's Awakening*, Hawthorn Press, Stroud, U.K. 1984
16. Friedrich Schiller, *The Aesthetic Education of Man*, 1984
17. Jerry Schottelndreier, "Biografie-studie, een opgave", in *Tijdschrift voor sociale hulpverlening vanuit de antroposofie*, December 1987, theemanummer "Biografie en hulpverlening", Driebergen 1987
18. Rudolf Steiner, *The Four Temperaments*, Anthroposophic Press, NY 1971
19. Max Stibbe, *Mensetypen*, Rotterdam 1978
20. W.F. Veltman, *Karma en reïncarnatie*, Zeist 1981
21. Penelope Washbourn, *Fasen in het leven van de vrouw*, Rotterdam 1985
22. A.J.Welman, *De menselijke levensloop. Een psychotherapeutische benadering met behulp van sprookjesbeelden*, Zeist 1987
23. Wolfram von Eschenbach, *Parzival*, Vintage Books, N.Y. 1961
24. Marguerite Yourcenar, *Het hermetisch zwart* (L'oeuvre au noir), Vertaald door Jenny Tuin, Amsterdam 1988, p.127 (op.cit p.6)