**Каковы самые мощные стремления?**

Стремление к созиданию и стремление к разрушению - два самых мощных стремления человека. Любовь, благородство, щедрость, страстное желание производить потомство и вдохновение к творчеству возникают из стремления к созиданию. Напряжение, стимулирующее человека к этим конструктивным целям, мы будем называть либидо (от лат. libido-вожделение, похоть), функция либидо - обеспечить продолжение человеческого рода. Стремление к уничтожению вызывает в человеке низменные чувства - вражду и ненависть, неконтролируемый гнев и садистские наслаждения жестокостью и распадом живой плоти. Напряжение, которое дает силу этим чувствам, мы будем называть мортидо (от лат. mors - смерть).

Наибольшей силы это напряжение достигает в борьбе за существование, при умелом применениии оно помогает индивиду обезопасить себя от внутренних и внешних опасностей. На обычном языке либидо-это энергия воли к жизни, направленная на сохранение рода, мортидо - энергия воли к смерти, направленная на сохранение индивида при появлении подлинного врага. Разумеется, эти два стремления вступают часто в конфликт друг с другом, побуждая человека совершать противоположные поступки по отношению к людям и окружающей среде.

С возникающими конфликтами при такой ситуации справляются по-разному. Обычный способ устранить их состоит в том, что одно из соперничающих желаний устраняется из сознания, как будто его нет вовсе. В мирное время люди утверждают, что мортидо вообще не существует, а в военное время склонны утверждать, что либидо не существует по отношению к врагу. Однако вопреки их воле незамечаемое ими стремление влияет на их поступки, и в поведении большинства людей проявление любви и ненависти в чистом виде не наблюдается.

Очень уж люди любят, иногда наперекор своей сознательной воле, кусать добрую руку, дающую им пищу, и кормить ненавистный рот, кусающий их. Справиться с конфликтом можно другим способом-позволить тому или другому чувству поочередно одерживать верх, каждому в свою очередь. Человек, который то любит, то ненавидит, вызывает часто у наблюдателя не меньшее удивление, чем если бы он поочередно откусывал то кусок мороженого, то кусок сыра, трудно представить себе, что оба вида пищи удовлетворяют, быть может, один и тот же голод.

Стремление к созиданию и к уничтожению, высшей точкой которых является половое удовлетворение и убийство, -это и есть та первооснова, с которой приходится сотрудничать человеку и цивилизации. Для сохранения собственной жизни, общественного строя и человеческого рода люди вынуждены применять деструктивно направленную энергию, которая необходима для достижения некото рых целей, например для искоренения жестокости, убийств и болезней, конструктив но же направленная энергия имеет целью духовный и материальный прогресс. Психическое развитие человека зависит от его способности направлять эти внутренние силы к наиболее созидательным целям.

**Что человеку надо?**

Если не возникает каких-либо преград, человек предпочитает вести себя так, чтобы по возможности снимать сильнейшее из своих напряжений, удовлетворяя самое заветное из желаний. Каждое такое удовлетворенное желание приближает его к цели - к обретению покоя и к ощущению чувства безопасности или же к свободе от беспокойства. Беспокойство - это признак напряжения, оно уменьшается, когда восстанавливается энергетическое равновесие. Никто никогда не достигает конечной цели, потому что постоянно возникают новые желания, и многие из желаний жаждут удовлетворения в одно и то же время, и получается так, что удовлетворение какого - нибудь из возникших желаний зачастую усиливает напряжение других. Покоя нет и во сне, спящий издает громкий храп всю ночь, через равные промежутки времени, ворочается с боку на бок.

Раздражение преследует нас на каждом шагу, мужчины закуривают сигару и тут же обнаруживают, какая это мерзость, женщины не могут найти билет в своей собственной сумке, и раздражающие пустяки и более серьезные внутренние и внешние расстройства (фрустрации), совсем не располагающие к юмору, подавляют способность человека удовлетворять свои желания и т. о. усиливают его напряжение и беспокойство. Важна не только сама ситуация, сколько ее влияние на возможность исполнения желаний. Одно и то же событие, происшедшее одновременно с разными людьми, может взволновать одного из них, а другого оставить равнодушным - в зависимости от того будущего, которое каждый из них ожидает.

Иногда кажется, что беспокойство вызвано самим событием, но на самом деле человек взволнован потому, что это событие может изменить конечные результаты удовлетворения его желаний. У машины может произойти прокол шины во вполне определенный момент на вполне определенном участке дороги, но у каждого водителя возникает только ему присущий уровень беспокойства, определенно зависящий от его желаний в отношении ближайшей перспективы: здесь важно, насколько водитель торопится, каково состояние его финансов, кто с ним едет и т. п. , а в иных случаях беспокойство водителя зависит, например, от состояния его мочевого пузыря. Веселая компания школьников и вовсе не огорчится таким событием, а воспримет его как своеобразное развлечение.

Человек, оставшийся без работы, может впасть в беспокойство, связанное не с его отношением к труду вообще, а с угрозой невозможности удовлетворения некоторых его желаний, например, желанию нормально питаться, внушать уважение своим соседям или доставлять радость своим детям. Однако индивид, не имеющий семейных забот и не настаивающий на полноценном и регулярном питании, к тому же не стремящийся произвести впечатление на соседей своей роскошной машиной, может вообще ни разу не испытать беспокойство подобного рода и вполне довольствоваться положением хиппи или диогеновским образом жизни.

Б е с п о к о й с т в о возникает от в н у т р е н н и х желаний, а не от внешних событий. Где желания отсутствуют, там нет и беспокойства. Покойник спокойно исполняет свою роль перед любой публикой.

Люди полагают, будто они стремятся реализовать инстинкт самосохранения, но в действительности стремятся к ощущению безопасности, т. к. истинной безопасности как таковой не существует. Чувство безопасности возрастает, когда человек располагает средствами снять напряжение и рассеять тревогу, удовлетворить свои желания, это способствует обретению равновесия в энергетической системе человека. Если понять досконально противоречивость напряжений, связанных с нашими важнейшими желаниями, то нетрудно будет понять и то, что "поиск свободы от беспокойства" не всегда означает то же, что "поиск безопасной ситуации". Ощущение чувства опасности или безопасности более всего зависит от происходящего в нашей психике, чем от происходящего в окружающем мире.

Это можно увидеть на примере Лавинии Эрис. Обучаясь в колледже, Лавиния увлеклась собиранием для зоологического музея коллекции насекомых и змей, некоторые из них были ядовиты. Вначале она боялась даже приближаться к гремучей змее, но потом ощущение страха и новизны прошло, она научилась обращаться со змеями и почувствовала себя в этом деле уверенно и безопасно. Но через несколько лет у нее начались ночные кошмары, связанные с гремучими змеями, и на этот раз ощущение новизны не проходило: каждая последующая ночь была столь же ужасной, как и предыдущая.

Ночные кошмары, причиной которых служили сильные противоречивые напряжения, продолжали вызывать у нее страх, несмотря на то, что внешние опасности отсутствовали, она не чувствовала себя безопасно в своих снах. Реальная ситуация со змеями престала вызывать у нее ощущение опасности, хотя пресмыкающиеся оставались такими же опасными, как и прежде. Лежавшее в основе ее сновидений беспокойство, вызванное противоречивыми желаниями, было сильнее и упорнее, чем страх перед действительно опасными змеями. Человек постоянно старается достичь ощущения безопасности. Отыскивая при этом наиболее действенные способы удовлетворить свои желания, однако этому препятствуют другие желания и внешние силы.

Страх перед внешними силами ослабевает, когда становится ясно, что их действие можно устранить и что они не угрожают достижению желаемых целей, но беспокойство, связанное с желанием, не устраняется до тех пор, пока не появляется возможность снять напряжение.

**Что такое человек?**

Человек представляет собой ярко окрашенную энергетическую систему, полную динамических стремлений. Как и любая энергетическая система, он постоянно делает попытки обрести состояние покоя. Он вынужден это делать. Для этого энергия и служит, ее таинственная функция - восстанавливать свое собственное равновесие.

Человек устроен так, что при всяком внутреннем или внешнем раздражении рано или поздно должно произойти такое происшествие, которое восстановит равновесие.

Вышедшая из равновесия энергия в человеке проявляется физически и психически. Психически энергия (напряжение) проявляется в чувстве беспокойства и уныния. Это чувство появляется из потребности каким-нибудь способом снять напряжение и восстановить равновесие. Такие потребности называются желаниями. Лишь все живые существа могут обладать желаниями. У некоторых из сложных человеческих желаний закрепились названия: половое влечение, честолюбие и желание получить одобрение. Существует много и других желаний - как сознательных, так и бессознательных, некоторые из них имеют названия, другие же - нет. Одна из самых основных задач современной психологии - распознавание желаний и изучение их взаимных связей.

Напряжения в исправном моторе осложнений никаких не вызывают и никогда не ищут себе выхода, там все специально устроено так, чтобы в каждый нужный момент напряжения могли действовать лишь в одном направлении. У человека же появляются различные желания, вынуждающие действовать его в разных направлениях, что причиняет ему значительные неудобства. Один из простых примеров - девушка у которой наблюдаются кожные высыпания, на первом балу в своем колледже. У нее два одновременных желания: почесаться и не почесаться, при этом даже самая воспитанная молодая дама чувствует себя дискомфортно, если у нее возникает во время танца конфликт между желанием соблюсти хорошие манеры и желанием почесаться.

Проблема человека состоит в том, что ему приходится на некоторое время задерживать снятие нервных напряжений, чтобы избежать возникновения новых, еще более сложных, таких, например, как замешательство. С этой проблемой связан тот факт, что некоторые люди страдают головными болями и одновременно нестерпимыми болями в животе, другие же ничего такого не испытывают. Мы увидим дальше, что необходимость задерживать снятие напряжений, присущая энергетической системе человека, - причина многих удивительных вещей. Повторим, что человек --это живая энергетическая система, напряжения которой вызывают определенные желания, и задача самого человека - удовлетворять эти желания, не вступая при этом в конфликт с самим собой, с окружающими людьми и со всем внешним миром.