



УДК 159.923.2

Психологические основы творческих состояний

В. В. Козлов

*Ярославский государственный университет
им. П. Г. Демидова, г. Ярославль
e-mail: kozlov@zi-kozlov.ru*

О. П. Фролова

*Иркутский государственный университет, г. Иркутск,
e-mail: frolga5@yandex.ru*

Аннотация. Анализируется история и теория творчества как на уровне личности, так и как особого психического состояния. С позиции интегративной парадигмы психологии, творчество описывается как ресурсное состояние сознания со специфической феноменологией.

Ключевые слова: личность, творчество, расширенные состояния сознания, акмеология, самоактуализация, трансценденция, деятельность.

В своих предыдущих работах мы описывали человека как пространство интеграции различных проекций бытия, вбирающего в себя в процессе социализации и реализации одновременно природные, социальные и культурные потоки, что ведет к развитию новых индивидуальных характеристик.

Интегративная психология как целостное знание о человеке и мире, рассматривает человека в неразрывной связи с миром. Личность – это самость и микрокосм всей реальности, через сознание человека эта реальность и проявляется, и преобразуется, а в ней и сам человек стремится к росту и развитию. И с интегративной точки зрения личность выступает одновременно как единство материального, социального и духовного, т. е. как природный индивид, социокультурный субъект и духовно-практическое существо.

В процессе формирования основных принципов развития интегративной психологии [2] мы заявили, что ее прагматическая (прикладная) цель – изменить структуру и формы сознания человека, обретающего в результате трансформации способность мыслить, рефлексировать, действовать адекватно в соответствующей социокультурной среде. Это приведет к трансформации на сущностном уровне *Homo sapiens* и *Homo habilis* (человека разумного и умелого) в *Homo ludens* и *Homo creacoficus* (человека играющего и творящего мудрость).

Вне сомнения, в настоящий момент мы не отказываемся от этой высшей трансформационной цели, но тактически цель интегративной психологии совпадает с целью акмеологии – самоактуализацией личности.

Как известно, предметом современной акмеологии является творческий потенциал человека, процесс и условия достижения им максимальной творческой самореализации, в том числе и вершин мастерства в профессии, достижения высшей жизненной самореализации. Реализация немыслима без личностных, свободных изъявлений в актуализации.

Под самоактуализацией мы понимаем стремление человека к возможно более полному выявлению, развитию своих личностных способностей, особенностей, потенциальности и реализации их в жизни.

В истории философии и психологии существует множество точек зрения на природу возникновения, динамику и особенности проявления самореализации. Античный философ Зенон говорил о «физисе» – силе природы, вечно побуждающей все вещи к росту, а выросшие – к совершенствованию.

Николай Кузанский, немецкий философ, ученый и богослов XV в. считал, что человек обладает силой развертывать из себя все в круге своей области, все производить из потенции своего центра. Он связывал вечность с «человечески определенным единством», или бесконечностью, и свойство этого единства – развертывать из себя сущее.

Голландский философ XVII в. Бенедикт Спиноза представлял человека как некую человеческую природу, включающую гораздо более сильную, чем его собственная. При этом, не видя препятствий к тому, чтобы постигнуть ее, человек побуждается к соисканию средств, которые повели бы его к такому совершенству. Все, что может быть средством к достижению этого, называется истинным благом; высшее же благо – это достижение того, чтобы вместе с другими индивидуумами, если это возможно, обладать такой природой.

Немецкий философ XVIII в. Людвиг Фейербах утверждал, что суть человека в назначении, какое человек в нормальном и счастливом случае сам избрал для себя, исходя из своей природы, своих способностей и стремлений. Тот, кто сам не назначает себя для чего-либо, тот не имеет назначения к чему-либо.

С точки зрения интегративной психологии, человек – чрезвычайно сложное и противоречивое существо, одновременно принадлежащее сразу многим сферам, средам и мирам. Являясь частью природы, он отделяется от нее для собственного преобразования и роста через ее преобразование. Являясь частью общества, он стремится в нем к постижению и развитию своей уникальной индивидуальности. Он – часть всеобщей культуры, но имеет свой взгляд на ее изменение и выделение главных ценностей, в чем проявляется его стремление к инновациям во всех сферах.

Способность человека существовать и развиваться в различных областях и сферах, связана с возможностями сознания, которое обладает высшей степенью интеграции. Способность к *трансценденции* как возможность «выхода» человека за пределы социальной и природной необходимости

обеспечивает реальность самостоятельного выбора им поведения, деятельности, эмоционального и интеллектуального реагирования в различных ситуациях, т. е. свободу.

В философии Ф. Ницше «свобода от» трансформируется в «свободу для», которая проявляется в самоутверждении и реализации человеком собственного смысла жизни. Его сверхчеловек – это, прежде всего творец, обладающий сильной, стремительной, «подлинной волей», творец самого себя как автономной и свободной личности.

Совершенно был прав М. К. Мамардашвили, считая, что все философские утверждения, содержащие термин «человек», всегда имеют в виду *возможного человека*, который никогда не есть какое-то предшествующее или будущее состояние, а всегда актуальное состояние, хотя и несводимое ни к какому из существующих [7]. Он писал, что человек создан средой, и существование его в этой среде – проблематично в том смысле, что эта среда не может существовать, воспроизводиться и продолжать свое существование сама собой. Она должна в каждый момент дополняться воспроизводством какого-то усилия со стороны человека. Без этого мир умирает.

Чтобы воспроизводился сложный мир, должно воспроизводиться сложное усилие саморазвития, т. е. капиталовложения в себя, в свои способности, деяния, воображение, мышление. Если говорить словами М. К. Мамардашвили, результатом такого капиталовложения является уже «новый» человек, не наличный человек, а тот возможный человек, который может сверкнуть на какое-то время, промелькнуть, установиться в пространстве некоторого собственного усилия, трансцендирующего усилия; оно представляет собой способность или готовность расстаться с самим собой, каким он был к моменту события, расстаться со слепившейся с ним «скорлупой» [Там же].

Личностное – это всегда трансцендирующее, в личностных структурах содержится вообще тот резервуар развития, который есть в истории. Поэтому человек – единственное существо в мире, которое находится в состоянии постоянного *зановорождения*, и это зановорождение случается лишь в той мере, в какой человеку удастся собственными усилиями поместить себя в свою мысль, в свои стремления, в некоторое сильное магнитное поле, сопряженное предельными символами [7].

Самоактуализация – это стремление лично расти и развиваться. Человек стремится к постижению сути мироустройства, а главное – собственной сути и собственного предназначения.

Качественно отличительным признаком самоактуализированной личности является способность и интенция творить. Именно неистовый поиск, нахождение и присутствие такой личности в творческих, эвристических (расширенных, потоковых, ресурсных) состояниях сознания, выделяет его из основной массы людей.

Суть современного общества такова, что появляется определенный «социальный заказ» на творческую личность, на человека, способного са-

мостоятельно ставить перед собой объективно-значимые цели, задачи, предлагать нестандартные и эффективные решения.

Среди многообразных качеств человеческого сознания наиболее интригующей и загадочной является его способность к творчеству – к приобретению принципиально нового знания о человеке, окружающем его мире и способах его преобразования; знания, которым не располагали предшествующие поколения, которое надо добыть, а не получить в готовом виде от своих предшественников и современников.

На наш взгляд, никто и никогда не сможет однозначно утверждать, что же движет процессом творчества, и как оно происходит на самом деле. И часто сказанное слово, уже – ложь, когда опредмечивается такой сложный феномен. И в этом – весь шарм вызова. Непосильность всегда притягивает человеческий характер.

Творчество является не только психологически значимым. Оно значимо социально, экономически и даже эволюционно, так как прогрессивное движение человечества напрямую связано с творческим процессом и с людьми, которые созидают новое. Именно неутолимая жажда творчества ведет к развитию не только индивидуальной личности, но и способствует прогрессу общества в целом, становлению человеческой культуры. В свою очередь, продукты эвристической деятельности в виде произведений культуры или высокохудожественной окристаллизованной духовности снабжают людей новой силой, освещающей путь человечества к новым горизонтам, к истине и совершенству.

В отечественной и зарубежной психологии существуют различные мнения относительно качеств, присущих творческой личности. Исследователями подчеркивается, что рассматривать деятельность творца в отрыве от его личности немислимо, результаты творчества опосредованы не только характером творческого процесса, но и самой личностью творца.

Творческую личность изучали отечественные и зарубежные психологи: С. Л. Рубинштейн, В. И. Андреев, Д. Б. Богоявленская, М. М. Кашапов, Н. И. Кругликов, А. Н. Лук, И. М. Розет, М. Арнаудов, П. Вайнцвайг, К. Тейлор, Э. Торренс, Л. Холл и др.

В числе свойств, отличающих творческую личность, разными авторами выделяются:

1. Перцептивные особенности: необыкновенная напряженность внимания, восприимчивость, впечатлительность; интеллектуальные особенности: интуиция, фантазия, выдумка, дар предвидения, обширность знаний; характерологические особенности: уклонение от шаблона, оригинальность, упорство, высокая самоорганизация, колоссальная работоспособность (Я. А. Пономарев).

2. Доминирующая роль познавательной мотивации, исследовательская творческая активность, выражающаяся в способности к обнаружению нового, в постановке и решении проблем; возможности достижения оригинальных решений, возможности прогнозирования и предвосхищения, способности к созданию идеальных эталонов, обеспечивающих высокие эсте-

тические, нравственные и интеллектуальные оценки (М. М. Кашапов, А. М. Матюшкин).

3. Интеллектуальная активность, интегрирующая в себе умственные и мотивационные факторы (Д. Б. Богоявленская).

4. Зоркость в поисках проблем, способность к свертыванию длинной цепи рассуждений, «боковое» мышление, цельность восприятия, готовность памяти, гибкость мышления, способность к оценочным действиям, легкость генерирования идей, беглость речи, способность к доработке, легкость ассоциирования, наличие чувства юмора (А. Н. Лук).

5. Мотивационно-творческая активность в органическом единстве с высоким уровнем творческих способностей (В. И. Андреев).

6. Способность совершать действия, выходящие за рамки обычных явлений, но не противоречащие законам природы, наличие чувства грядущего, богатство фантазии и интуиция, интерес к новому и необычному (П. Торренс).

7. Независимость и самостоятельность, склонность к риску, активность, любознательность, неудовлетворенность существующим, нестандартность мышления, готовность принимать решения, стремление к признанию, внутренняя мотивация, готовность к росту (К. Тейлор, Э. Роу).

8. Способность замечать и формулировать альтернативы, проявлять фантазию, умение ставить вопросы и избегать поверхностных формулировок, упорство, независимая позиция, готовность к риску, хорошее чувство юмора, активный интерес к изучаемой проблеме (А. Матейко).

9. Стремление к самореализации, поглощенность делом как призванием, аутентичность личности, уверенность в своих силах, инициативность и гибкость, критичность и высокая степень рефлексии (А. Маслоу).

К сожалению, творчество как процесс в современной психологии в основном рассматривается только как одно из условий саморазвития и совершенствования, нравственного достоинства, «вершина духовной жизни человека». Анализ только позитивных сторон творчества приводит к идеализации этого процесса. Как любой процесс, творчество имеет также и множество негативных, деструктивных элементов. Полноценный, интегративный анализ предполагает раскрытие не только положительных (светлых) сторон творческой деятельности, но и ее застоя (сумерек) и деструктивности (темной стороны, изнанки) [4].

Рождение нового связано с нарушением привычной системы упорядоченности. Кто сказал, что творец, вышедший за пределы исходной системы знания, понимания, восприятия, представления, должен быть обязательно «на вершине духовного развития»? Он может очутиться на космическом дне одиночества, покинутости и отчаяния.

Традиционно понятием «творчество» («креативность») обозначают создание нового и культурно значимого продукта, обнаружение нового в постановке и решении проблем [9].

В российской психологии общепринятым является определение творчества как деятельности, порождающей нечто качественно новое и отли-

чающееся неповторимостью, оригинальностью и общественно-исторической уникальностью. Неважно, в каком виде творчества это проявляется: научном, техническом, художественном или другом [8; 10].

Наибольшие достижения теории творчества могут быть связаны с интегративными исследованиями на стыке различных парадигм психологии, философии, лингвистики, искусства и физики. Именно их сплав и может дать продуктивное решение данной проблемы.

Наши многолетние исследования показывают, что притягательная сила творческих (ресурсных, эвристических, потоковых, расширенных) состояний сознания обеспечивается рядом важных признаков [3; 5]. Как показывают нейропсихологические, психологические и социально-психологические эксперименты, они сводятся к следующим качественным отличиям (признакам, свойствам):

1. Трансценденция Эго. В эвристическом акте сам действующий субъект исчезает, т. е. «чувство себя», «Я-ковость», самосознание и самоидентичность теряется. Отсутствие Эго в сознании не означает, что человек теряет контроль над своей психикой или над своим телом. Эго растворяется на высшей точке управления ситуацией, действия человека становятся средством выражения и реализации своего «Я» как системы взаимодействия с действительностью.

В творческом процессе человек настолько вовлекается, погружается в то, что он делает, что у него исчезает осознание себя как чего-то отделенного от совершаемых им действий. В процессе творчества возникает единая когнитивно-ментальная структура сознания человека, которая, растворяя «Я» в деятельности, растворяет деятельность в «Я» [1].

В некотором смысле, творчество – всегда забывание себя, некое заклание, жертвоприношение «Я».

В результате трансцендирования (выхода за пределы своего «Я») происходят существенные изменения в ценностно-смысловой сфере личности, начинают действовать механизмы сверхсознания. Здесь человек испытывает дистанцированность от других людей, погружается в собственное интеллектуальное переживание. Уединение становится сродни самотворчеству, выступает как необходимое условие для «труда души». В этом аспекте мы можем вспомнить мысль А. Маслоу о творческом аспекте состояния одиночества и, что одиночество является одним из отличительных признаков самоактуализирующейся личности. Человек в таком состоянии представляет собой своеобразный телесно-духовный континуум. Он осмысливает себя метафизически.

В творческом состоянии человек может приносить трансцендентный смысл во внешнюю реальность и может извлекать его оттуда. Происходит расширение обыденного сознания.

Наше понимание творческого акта как расширенного состояния сознания имеет несколько значимых аргументов:

- Эго перестает быть «кожным». Личность не идентифицирует себя только с тем, что находится под кожей, она расширяет свои границы, рас-

творяется в знаковых системах (например, в научном, литературном, поэтическом творчестве), в других людях (при коммуникативном взаимодействии – «упоение общением»). Либо сливается с природой (в процессе эстетического восприятия, медитации, в экстремальных видах спорта), с техническими объектами (гонщик с автомобилем, токарь со станком, программист с компьютером и др.).

- Личность становится частью действующей системы, большей, чем его индивидуальное «Я». За счет интроецирования деятельностной среды, пространства ее реализации, само Эго становится «расширенным» в аспекте идентичности.

- Возникает интеграция всех языков сознания (ощущения, эмоций, образов, символов, знаков) и чувственного отражения опредмеченной реальности в мышлении личности, а также синтетических способов познания и интерпретации мира, при которых задействованы всевозможные виды чувственно-логического опыта.

- В творческом акте человек действует как источник своих сущностных сил. Осваиваемая и порождаемая деятельностная среда предстает как адекватное, истинное отражение глубинных интенций личности, его потенциальности. Человек существует в этой опредмеченной деятельностью среде как Демиург, создатель, который и творит ее, и отображает себя в ней наиболее полно и целостно.

- Творчество дает возможность проявить ресурс витальности человека, его энергии, жизненных сил. С творческим процессом ассоциированы не только воодушевление, прилив сил, но и возможность актуализировать усилия неимоверной интенсивности длительное время: без пищи, без сна, без отдыха.

2. Трансценденция времени. Мы еще в начале 90-х гг. экспериментально доказали искажение восприятия времени в расширенных состояниях сознания [2; 5]. Вне сомнения, такого рода искажения существуют и в «потоке». В творческом состоянии сознания человек теряет адекватное чувство времени [11]. В основном возникает феномен искажения временных промежутков в сторону их сокращения (час как несколько минут, день как час) или возникает аутизация такого уровня, когда восприятие времени полностью исчезает и личность вдруг «обнаруживает себя» во временном промежутке – «уже утро оказывается».

Искажение восприятия времени связано с аутизацией сенсорных систем (в том числе кинестетической и слуховой, которые играют самую важную роль при точном различении промежутков времени). Феномен также связан с подавлением таких психофизиологических механизмов восприятия времени, каковыми являются разноуровневые биологические ритмы, связанные с удовлетворением биологических потребностей. В таких состояниях человек «забывает» не только привычно дышать с характерным личностным паттерном, переходя на биологическое (животное) связанное дыхание. У него меняется режим питания. Часто в творческом процессе

человек «постится», «забывая» есть, пить, меняется ритм удовлетворения выделительных функций.

Таким образом, трансценденция времени, искажение базовых его переменных (длительность, скорость протекания и последовательность) в эвристическом потоке обусловлена психофизиологическими механизмами [10]. Однако хотелось бы сделать ряд дополнений, которые продиктованы нашим исследовательским опытом:

1. Искажение восприятия длительности временных периодов существенно зависит от «поглощенности» деятельностью. Слияние, интеграция миров: того, который внутри человека (психосемантический предметный мир), и внешнего мира, в котором находится и действует человек (предметная физическая среда), – в творческом процессе приводит к ситуации, когда привычные способы картирования времени подавляются. Это подавление привычных механизмов структурирования времени приводит к искажению его восприятия.

2. В творческом акте нивелируется граница между объектом и субъектом, между тем, что есть (предметная среда) и тем, что есть для субъекта (индивидуальное психосемантическое пространство). Творчество происходит в полном присутствии в «здесь и сейчас», растворении личности в происходящем процессе. Это некий аналог архаического восприятия реальности (представленность первобытного мышления), когда мир распаковывается в ежесекундном присутствии. В творческом процессе происходит некое «выпадение» из континуума линейного времени: из привычного «прошлое – настоящее – будущее» – в полное присутствие «в здесь и сейчас», без всего, что было, и без всего, что будет. Пиковые творческие состояния открывают врата вечности. Между секундами есть брешь, которая называется вечностью. Творчество особо притягательно именно тем, что дает вкусить «нектар бессмертия».

3. Третьим дополнительным истоком трансценденции времени являются особые эмоциональные состояния, которые возникают в ходе творческой деятельности. «Душой исполненный полет», как Пушкин описывал творческий процесс, сопровождается чрезвычайно неординарными эмоциями. Они многообразны: эстетический восторг, мистический экстаз или инстаз, трепет, таинственность, чувство парения души, ликование, наслаждение процессом деятельности, изумление, умиление открытием, упоение действием, радость бытия.

Чувство упоения следует отличать от чувства удовольствия, которое также может приносить процесс деятельности. Удовольствие можно испытывать без приложения каких-либо усилий, поэтому оно не ведет к росту и развитию личности. Чувство же упоения не может возникать без полной отдачи сил.

Переживаемые эмоции в поточных творческих состояниях, а потому и сами состояния обладают огромным ресурсом для личности. Ресурсное состояние сознания имеет непостижимое великолепие эмоционального состояния. В ресурсном состоянии сознания, как и в любом процессе, можно

дифференцировать мыслящего субъекта, мышление как процесс и мыслимое как содержание деятельности. Однако оно именно отличается тем, что эти три составляющие сливаются друг с другом и растворяются в единстве – это и есть *ресурсное состояние сознания*.

Мы можем выделить две возможные версии эмоциональных паттернов, сопровождающих «поток»:

- творческий экстаз, который связан с сильным возбуждением, часто безудержной энергией и восторгом, неуправляемостью, мощными эмоциями, граничащими с безумием и социальной неадекватностью (аналог религиозного экстаза);

- творческий инстаз – более «дисциплинированный», систематический и потому сохраняющийся во внутреннем сознании.

Инстаз мы бы обозначили как *глубокую медитацию на истину*. А в эмоциональном состоянии – это тихое умиление-восторг-радость и созерцательность.

Поэтическое высказывание – «счастливые часов не наблюдают» – является точным описанием влияния эмоционального состояния на восприятие времени в творческом процессе.

3. Трансценденция пространства – выход за пределы привычного опыта и отношения к качественным характеристикам пространства, их трансформация или индифферентность, полная отрешенность от этих качеств.

Основным механизмом возникновения этого феномена является трансформация объективного пространства среды в субъективный предметный мир личности.

Мы можем рассматривать этот феномен в трех аспектах. Во-первых, индифферентность по отношению к физическим характеристикам пространства. В творческом состоянии сознания личность перестает замечать такие важные параметры, как эстетические характеристики (красиво – безобразно) и все образные переменные, которые находятся за пределами деятельностной активности: звуко-шумовые характеристики (человек как бы перестает слышать), температурные (тепло – холодно), обонятельные, вкусовые и даже степень удобства (комфорт – дискомфорт, удобно – неудобно).

Во-вторых, трансценденция социальных характеристик пространства. Теряется половая (мужчина – женщина), интеллектуальная (умный – глупый), эстетическая (красота – безобразность), социально-иерархическая (крупный начальник – подчиненный, богатый – бедный) соподчиненность и значимость других людей.

В-третьих, происходит сужение стимульного поля восприятия пространства до значимых, референтных, обеспечивающих деятельность переменных.

Трансформация качеств пространства может сводиться к антропоморфизации природных объектов и вещей. Известно, что человек может воспринимать свойства того или иного объекта как со стороны самого объекта («космический холод»), так и со стороны субъекта («холодок между лопатками»).

Человек способен перевоплотиться в неодушевленный предмет, видеть его как бы «изнутри», вступать в «диалог с вещами», истолковывать их поведение с точки зрения человеческих мотивов. Иначе говоря, сознание человека спонтанно стремится к одухотворению, анимации всех объектов, с которыми он контактирует.

Антропоморфизм присутствует, тогда когда животные и растения, неодушевленные предметы и отвлеченные (абстрактные) понятия наделяются человеческими свойствами: сознанием, мыслями, чувствами, волей. Так, скрипач олицетворяет (персонифицирует) свою скрипку, программист – компьютер, плотник – топор, водитель – машину. Средневековые рыцари одушевляли свой меч, моряки парусного флота – корабль. Существует и религиозная персонификация мира: духи природы (пантеизм), абсолютная идея, Бог, Универсум, Мировая Воля, Брахман, Высший Разум.

Феномен антропоморфизации природы и вещей, созданных человеком (рукотворный мир, или «вторая природа»), имеет глубокие корни в человеческой психике. Сами способы восприятия и действия с предметами внешнего (добавим – и внутреннего) мира включают в себя «позицию партнера» по общению. Их можно рассматривать как трансрациональные протофеномены сознания человека, позволяющие ему осуществлять с природой «*a livre ouvert*», что в переводе с французского означает – действовать без подготовки, «читать по раскрытой книге», «петь с листа». Человек в этом случае выступает как трансцендентный субъект, которому истина дана «как на ладони», и он действует «как по нотам», записанным в партитуре природы. При этом он теряет субъектность и «растворяется в одухотворенном космосе». Здесь можно говорить о следующем отличии поточных творческих состояний.

4. Трансперсональность. В результате трансцендирования Эго происходит замещение смыслов индивидуального пространства идентификаций смыслами надличностной феноменологии. У человека на фоне трансценденции Эго возникает состояние боговдохновенности Демиурга: «Мысли льются», «Идеи падают с небес», «Открывается канал», «Бог творит через меня...».

Творчество происходит. Но при этом не по твоей воле, а по «Его». Не человек, не личность творит, а через человека происходит творчество. Если творчество происходит, то оно «боговдохновенно»: ты, твое сознание, твое Эго просто являются инструментом проявления и раскрытия истины жизни.

Мы понимаем, что термины, которые здесь употребляются, весьма ненаучны. Однако само состояние творчества часто проживается человеком как мистическое состояние, которое ты «заслужил», «достиг», которое с тобой «случилось». И этот процесс не только озарен таинством, мистической творчеством, но и наполнен исполнением предназначения, переживанием реализации своей миссии, высшего смысла бытия в мире. Субъекту истина дана «как на ладони», и мир открыт и сущностно понятен.

Как отмечено выше, ресурсное состояние сознания – это экстатическое или инстатическое состояние, «захватывающее» человека. В этом со-

стоянии доминирует мотивационно-эмоциональная сфера мышления, а не рационально-логический интеллект, и доминирует духовность как направленность к высшим силам личности.

В процессе творения самосознание человека релевантно ощущению демиурга. Не столько человек создает те или иные идеи, образы, лингвокреативные (языкотворческие) символы и знаки, сколько продуктивные идеи «создают» человека, в их власти находятся увлеченные своим делом люди. Действующая личность раскрывается как «causa sui» (причина себя). Так, личность со-творяет себя, но и о-творяет, открывает другому что-то. В моменты выхода за границы себя и своих возможностей происходит выход в межличностное пространство, транслируется представленность себя в других людях с одновременным воспроизводством другого человека в себе.

Подлинный смысл ресурсных состояний сознания – это не столько погружение в глубь бесконечного антропокосмического пространства для того, чтобы найти для себя нечто новое, сколько постижение глубины конечного «Я» через постижение других, чтобы найти неисчерпаемое и обрести духовное измерение бытия.

Человек на этом пути «взращивает» в себе не только Субъекта Деятельности, но и Субъекта Мира. В любом случае происходит глубокое постижение мира, самого себя и преображение-обогащение сознания человека. Это и есть блаженство человеческой деятельности. Вообще говоря, это и есть Деятельность Человека.

Творческое состояние сознания связано с рождением всего нового и прекрасного в мире и в самом человеке, в выходе за пределы известного, за границы предустановленного, в простирации субъекта в новые пространства знаний, способностей, умений, трансперсональных переживаний [6].

5. Апрагматичность – непрактичность, бессеребренность, отсутствие монитарности творческих состояний сознания, их ориентированность на процесс выполнения деятельности, а не на результат, тем более оплачиваемый.

Для ресурсного состояния истинно и ценно лишь то, что происходит в процессе выполнения деятельности, какими состояниями он наполнен, а не практическая действенность цели и результата. Более того, часто к нарисованной картине художник теряет всякий интерес, а писатель – к написанной книге, хотя в них вложено неимоверное количество энергии, жизни и времени. Часто творцу не так важно, как повлияет эвристический процесс на общественную и индивидуальную жизни. Явные практические плоды чужды ресурсным состояниям сознания. Само творчество и является манной небесной.

Настоящее творчество ни купить, ни продать невозможно.

Творец и не променяет творчество ни на какие блага в мире.

Творчество, те психические состояния, которые сопряжены с ним, являются самой высокой наградой для человека в мире.

Итак, феноменология творчества как процесса и состояния сознания показывает нам, что люди, которые переживают это состояние, оказываются целиком поглощенными своим занятием.

Они испытывают глубокое удовлетворение от того, что делают – и это чувство приносит сам процесс деятельности, а не его результат.

Они забывают личные проблемы, видят свою компетентность, обретают опыт полного управления ситуацией.

Они переживают чувство гармонии с окружением, «расширения» себя, их навыки и способности развиваются, личность растет.

Насколько эти элементы опыта присутствуют, настолько субъект получает наслаждение от своей деятельности и перестает беспокоиться о внешней оценке, становится полнезависимым, свободным – «имеет наглость быть», а не существовать.

Естественно, что такой опыт является оптимальным и ресурсным для человека. Он позволяет упорядочить случайный поток жизни субъекта, дает базовое чувство опоры: в каждый данный момент субъект может сконцентрировать все своё внимание на осознанно выбранной деятельности. Он позволяет пережить свою глубинную миссию, судьбоносное предназначение, мгновенно забыть то, что его разрушало, было сиюминутным, наносным, «грязной пеной на волнах жизни».

И самое важное – в ресурсном состоянии сознания человек «творит себя», и не только образовывается (приобретает знания, умения, навыки), но и сам «образует мир». Он создает свое понимание, свое видение мира, проектирует и строит собственную жизнь, решает, куда ему идти, о чем думать, с кем взаимодействовать и общаться.

Литература

1. Буюкас Т. М. О феномене наслаждения процессом деятельности и условиях его возникновения (по работам М. Чиксентмихали) / Т. М. Буюкас // Вестн. МГУ. – Сер. 14, Психология, 1995. – Т. 2. – С. 53–61.
2. Козлов В. В. Теоретические и экспериментальные основы интенсивных интегративных психотехнологий в социальной психологии : дис. ... д-ра психол. наук / В. В. Козлов. – Ярославль : ЯрГУ, 1999. – 336 с.
3. Козлов В. В. Психотехнологии измененных состояний сознания. Личностный рост. Методы и техники / В. В. Козлов. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2001. – 384 с.
4. Козлов В. В. Психология творчества: свет, сумерки и темная ночь души / В. В. Козлов. – М. : ГАЛА-Издательство, 2008. – 112 с.
5. Козлов В. Измененные состояния сознания: психология и физиология / В. Козлов, Ю. Бубеев. – М., 1997. – 197 с.
6. Козлов В. В. Трансперсональная психология: Истоки, история, современное состояние / В. В. Козлов, В. В. Майков. – М. : Изд-во АСТ, 2004. – 603 с.
7. Мамардашвили М. К. Классический и неклассический идеалы рациональности / М. К. Мамардашвили. – Тбилиси : Мецниереба, 1984. – 81 с.
8. Пономарев Я. А. Психология творчества / Я. А. Пономарев. – М. : Наука, 1976. – 304 с.

9. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М. : Наркомпрос РСФСР, 1940. – 595 с.

10. Ушаков Д. В. Творчество и «дарвиновский» способ его описания / Д. В. Ушаков // Психол. журн. – 2000. – Т. 20, № 3. – С. 103–110.

11. Csikzentmihalyi M. Flow: The Psychology of Optimal Experience / M. Csikzentmihalyi. – N. Y. : Harper and Row, 1990. – 303 p.

Psychological bases of creative States

V. V. Kozlov, O. P. Frolova

Annotation. The chapter analyzes the history and theory of creativity from the point of view of personality and a particular mental state. The integrative paradigm of psychology defines creativity as an euristic state of consciousness with specific phenomenology.

Key words: personality, creativity, enhanced state of consciousness, acmeology, self-actualization, transcendence, activity.

Козлов Владимир Васильевич
доктор психологических наук, профессор
Международная академия психологических наук
150000, г. Ярославль, ул. Первомайская, 9–2
президент
Ярославский государственный университет
им. П. Г. Демидова
150000, г. Ярославль, ул. Советская, д. 14
заведующий кафедрой социальной
и политической психологии
e-mail: kozlov@zi-kozlov.ru

Kozlov Vladimir Vasilievich
Doctor of Psychological Sciences,
Professor
International Academy of Psychological
Sciences
9–2 Pervomaiskaya st., Yaroslavl, 150000
President
Yaroslavl State University
150000, Yaroslavl, Sovetskaya st., 14
Professor and head of the Department
of Social and Political
e-mail: kozlov@zi-kozlov.ru

Фролова Ольга Петровна
кандидат педагогических наук, доцент
Иркутский государственный университет
664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1
доцент кафедры социальной психологии
e-mail: froлга5@yandex.ru

Frolova Olga Petrovna
Ph. D. in Pedagogical Sciences, Associate
Professor
Irkutsk State University
1 K. Marx st., Irkutsk, 664003
Associate Professor of the Department
of Social Psychology
e-mail: froлга5@yandex.ru