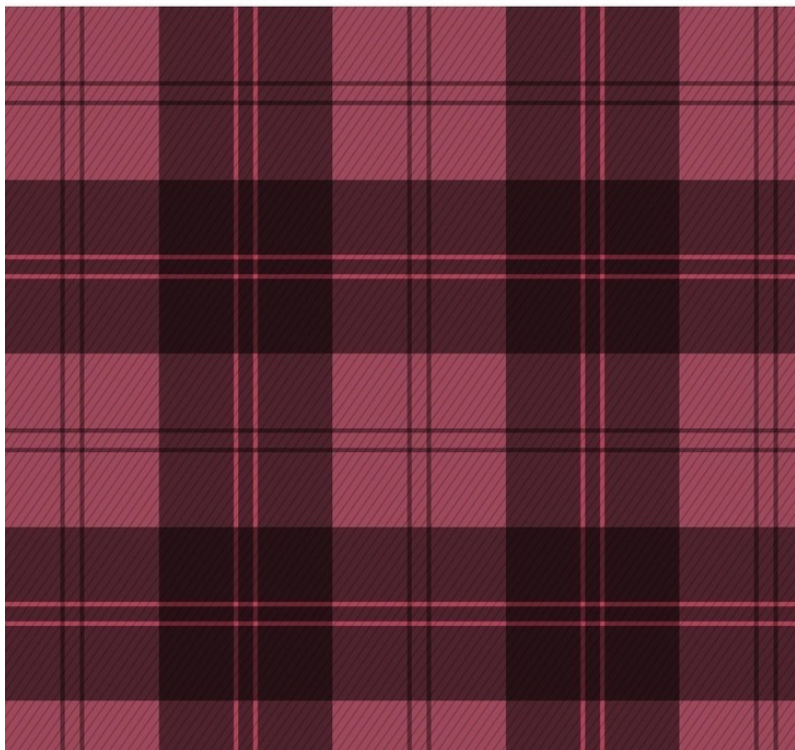


ДМИТРИЙ ДОЛГОВ

---

**Эффект  
вымышленной жизни**



Дмитрий Долгов

# Эффект вымышленной жизни

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=42673701](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42673701)*

*ISBN 9785449690340*

## Аннотация

В первой части я, возможно, «завалю» читателя различными психологическими терминами и сложными измышлениями, но, как мне кажется, без этого невозможно перейти ко второму разделу повествования. Если сказать проще, то «эффект вымышленной жизни» – это побег от реальности, когда человек только на словах великий и известный, а на деле – обычная «серая мышь». Мне довелось на работе встретить такого человека, о котором я и хочу рассказать.

# Содержание

Пролог	5
Конец ознакомительного фрагмента.	14

# **Эффект вымышленной жизни**

**Дмитрий Долгов**

© Дмитрий Долгов, 2019

ISBN 978-5-4496-9034-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Пролог

В первой части я возможно «завалю» читателя различными психологическими терминами и сложными измышлениями, но, как мне кажется, без этого невозможно перейти ко второму разделу повествования.

Если сказать проще, то «эффект вымышленной жизни» – это побег от реальности, когда человек только на словах великий и известный, а на деле – обычная «серая мышь».

Мне довелось на работе встретить такого человека, о котором я и хочу рассказать.

Часть 1. Эффект вымышленной жизни (теоретический аспект)

Комментарии и примеры для первой части мною были заимствованы из сети Интернет, и я их привожу в том виде, в каком они были там, лишь с одной целью, чтобы читатель имел представление о том, о чем пойдет речь. 1.1 Эскапизм. Мнение журналистов и психологов Эскапизм – бегство от свободы и ответственности Существуют самые разные способы ухода от реальности, которые известны давно. Многие из них очень точно описаны в литературе, однако они не дифференцированы в зависимости от природных свойств человека, а потому мало помогают в осознании про-

11 Января 2015 в 22:40

Автор публикации: Марина Голомолзина, журналист

Жизнь – сложная штука и не всегда преподносит нам счастье на блюдечке с золотой каемочкой. Иногда она требует от нас значительных усилий в преодолении трудностей. Иногда мы устаем и начинаем мечтать о мире, в котором было бы все хорошо и понятно, комфортно и бесппроблемно. Уход в такие мечтания можно рассматривать как способ отдыха, сброса напряжения после кризиса, стресса, неудачи. Но потом мы собираемся с силами и вновь выходим в жизнь, чтобы продолжать творить ее дальше.

Однако для некоторых такой способ ухода от действительности становится настолько сладким и притягательным, что они не в состоянии оторваться от создаваемого ими воображаемого мира. И тогда можно говорить о явлении эскапизма – ухода от реальности, подмене ее суррогатом удовольствий. Термин этот происходит от английского слова *escape*, которое обозначает убежать, спастись. Так от чего мы пытаемся сбежать и спастись? Какие «параллельные миры» мы создаем и почему? Действительно ли такой способ решения проблем помогает достичь столь желанного для нас состояния счастья? Давайте разбираться.

Что такое эскапизм? Через тернии к звездам Мы созданы для того, чтобы получать удовольствие. Однако мы не всегда осознаем свои истинные желания, чтобы смочь это удовольствие получить. Часто мы следуем чужим желаниям, навязанным нам воспитанием, социумом и, вполне естественно, не получаем настоящего удовлетворения от их реализации. Или просто до конца не понимаем своих внутренних устремлений, страшась или осуждая их. Или встречаем сильное противодействие от окружения в реализации своих желаний, но, не имея уверенности и достаточной мотивации для их реализации, ломаемся и устаем. Именно тогда возникает стресс нереализации, чувство неудовлетворенности жизнью.

Не понимая, что с этим делать, человек ищет способ облегчить страдание и создает для себя мир, который не создает противоречия его ценностям и устремлениям. И делает он это, конечно, исходя из своих природных свойств-векторов. Те нехватки, которые наиболее сильно проявляются в его желаниях, могут подкрепляться созданием «параллельной реальности», которая как будто бы наполняет их. То есть в зависимости от того, какие векторы есть у человека, у него будет свой способ бегства.

Что такое эскапизм? Составить карту «параллельных миров» Эскапизмом будет считаться осуществление таких действий, которые приводят человека к потере связи с реальностью, разрывают реальные отношения, сводят на нет творче-

скую, созидательную деятельность человека, направленную на развитие общества, делают из него пассивного или активного потребителя удовольствий. Эта видимость легкой, комфортной жизни, полностью предсказуемой и соответствующей ожиданиям человека, останавливает его развитие. Когда нет преодоления трудностей, закалки характера, возникает скука и попытка наполниться суррогатом жизни.

Существуют самые разные способы ухода от реальности, которые известны давно. Многие из них очень точно описаны в литературе, однако они не дифференцированы в зависимости от природных свойств человека, а потому мало помогают в осознании проблемы. Если же иметь точную карту «параллельных миров», то при возникновении желания погрузиться в один из них вы сразу же сможете понять, какое ваше желание требует наполнения в реальном мире. И тогда отпадает необходимость прятаться от проблем.

Что такое эскапизм? Погружение в прошлое. Люди с анальным вектором имеют такое качество психики, как обращенность в прошлое. Они – ценители традиций, всего устоявшегося и стабильного. Они не любят изменений и новизны. Каково же им в современном, постоянно меняющемся мире! Не жизнь, а постоянный стресс. По своему складу они не городские жители – медлительные, основательные, привязанные к одному месту. Поэтому очень часто их способ ухода от реальности – бегство в глухие деревни и попытка создать там островки традиционной жизни, «как деды и пра-

деды наши жили». Анальник по натуре интроверт, поэтому его устраивает ограниченность общения, возникающая в таких местах. Конечно же, «в бега» он берет всю свою семью, потому что это также его основная ценность.

Еще один способ создать «параллельный мир» для анального человека – это жить прошлым. Раньше и «небо было синее, и трава зеленее». Все, что было в прошлом, имеет для него бо́льшую ценность, нежели реальность сегодняшняя. Воспоминания о былых друзьях, любимых, работе становятся основным смыслом жизни для такого эскаписта. Особенно это свойственно пожилым людям, когда их востребованность в обществе сходит на нет, и они оказываются один на один со своими воспоминаниями, по сути, живя в воображаемом мире.

Что такое эскапизм? Самая красивая иллюзия. Самые большие мастера по созданию вымышленных миров – люди со зрительным вектором. Обладая огромной эмоциональной амплитудой, которая не всегда находит реализацию среди людей в силу неправильного воспитания, они погружаются в самую красочную и красивую виртуальную реальность, которую только может создать человек. Ведь для этого у них есть образное мышление и склонность к фантазиям. Сегодня для зрителей существуют самые большие соблазны полностью уйти в эту реальность, ведь мир кино, телевидения, сказочной и любовной литературы, как никогда, способству-

ет возникновению сладких мечтаний, намного более привлекательных, чем жизнь.

Так, писатель и литературовед Джон Р. Р. Толкин, создатель серии книг о сказочной действительности, считал даже полезным чтение романов со счастливым концом и неожиданными спасениями героев, рассматривая их как утешение для человека творческого, для которого скучная обыденность является стрессовым фактором. До сих пор миллионы поклонников его книг с удовольствием погружаются в сказочный мир его книг, проживая жизни вымышленных героев, практически создавая параллельную реальность.

Особый расцвет различных техник по улучшению жизни... в воображении тоже результат эскапистской деятельности людей со зрительным вектором. Позитивное мышление, техники визуализации – это арсенал тех, кто склонен рисовать свою жизнь такой, какая она должна быть. «Все будет хорошо!» – любимый девиз таких зрителей, предпочитающих мечтать о красивой и наполненной будущей жизни вместо того, чтобы делать реальные шаги для ее осуществления. Там, в мечтах, у них есть вечная любовь и потрясающие приключения и путешествия. Там, но не здесь. Удивительно, но некоторые из них даже говорят: «Пусть этого никогда не случится, но мои мечты меня греют».

Что такое эскапизм? Потребление и экстрим Жизнь современного общества потребления и высоких скоростей аб-

солютно комплементарна свойствам людей с кожным вектором. Именно они могут получить столь необходимый драйв от социальной реализации сегодня. Менеджеры и банкиры, изобретатели и инженеры, спортсмены и танцоры – все это люди с развитым кожным вектором, очень востребованные в наши дни.

Однако и у них бывают стрессы и неудачи, в основном из-за неразвитости свойств или завышенных амбиций, когда они претендуют не на свою роль. У них тоже возникает желание уйти в более привлекательный мир. Одним из способов бегства для них является именно потребление, когда вся жизнь превращается в гонку за материальными благами. Кожник все тащит в дом. В зависимости от степени развитости и реализованности кожного вектора это может быть всякий хлам, до отказа заполняющий все пространство квартиры, а могут быть модные вещи и технические новинки. Когда шопинг становится наркотиком, а дом – выставкой навороченных достижений современной цивилизации, пора задуматься, а столь ли я счастлив в реальности?

Кстати, тема эскапизма вполне обеспеченных материально людей, которые могут себе позволить создать «параллельный мир», довольно часто находит отражение в литературе. Примером может служить произведение Аркадия и Бориса Стругацких «Хищные вещи века» и роман французского писателя Жориса Гюисманса «Наоборот».

Еще один способ забыться кожнику – это экстрим. Опас-

ные виды спорта, связанные с большим риском для жизни; гонки на автомобиле на скорости, намного превышающей разрешенную; развлечения, позволяющие взглянуть в глаза смерти, – все это дает необходимый адреналин, которого недостаточно в обычной жизни скупающего кожника. Только движение по лезвию бритвы, между жизнью и смертью, становится единственным удовольствием для него, когда он ощущает настоящий вкус жизни. Все остальное кажется пресным и неинтересным.

Что такое эскапизм? Уход в небытие. Еще один большой мастер по части побега от реальности – человек со звуковым вектором. Надо сказать, что существующая материальная действительность его не привлекает в принципе. Таковы его свойства. Он нацелен на познание себя, на поиск смысла жизни, на связь с первопричиной. Внешний мир для него иллюзорен, а внутренние состояния важны чрезвычайно. Все эти свойства создают отличную почву для поиска «параллельного мира», где могли бы реализоваться его желания. А способов для этого существует великое множество.

Например, компьютерные игры. Некоторые онлайн-ролевые игры заставляют игроков полностью погружаться в вымышленный мир. Увлеченные такими играми могут с трудом отличать, где реальный мир, а где виртуальный. Еще один способ – это наркотики, дающие переживание состояний, недостижимых в обычной жизни. Способы бегства

звуковика из мира – одни из самых разрушительных, ибо у него нет ценности жизни, в которой нет смысла.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.