

Московский институт психоанализа
Серия: Логотерапия и экзистенциальный анализ



Александр Баттиани

ПРЕОДОЛЕНИЕ БЕЗРАЗЛИЧИЯ

Нахождение смысла
во время перемен

Логотерапия и экзистенциальный анализ

Александр Баттиани

**Преодоление безразличия.
Нахождение смысла
во время перемен**

«Когито-Центр»

УДК 159.9
ББК 88

Баттиани А.

Преодоление безразличия. Нахождение смысла во время перемен / А. Баттиани — «Когито-Центр», — (Логотерапия и экзистенциальный анализ)

ISBN 978-5-89353-586-0

Перед вами первая научно-популярная книга на русском языке профессора Александра Баттиани – логотерапевта и директора Института Виктора Франкла. Эта книга – размышление о человеке, о его жизни и его взаимодействии с миром. Она дает ответы на многие вопросы, которые может задавать себе современный человек, включая один из самых часто задаваемых – «как быть счастливым?». Вместе с тем здесь нет простых рецептов. На каждой своей странице книга обращается к читателю, зовет его к осмыслению своей жизни и обращает его внимание на то, что каждый из нас нужен жизни и что мир ждет нашего участия. Если читателю удастся прочувствовать книгу сердцем, то наше будущее станет более светлым. Книга написана для широкого круга читателей и адресована тем, кто интересуется психологией, социологией и поведением человека. Однако, принимая во внимание, что в основании методов и идей, описанных в этой книге, лежит большое количество современных психологических исследований, она будет полезна студентам, изучающим психологию, и специалистам в области психологии. В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

УДК 159.9
ББК 88

ISBN 978-5-89353-586-0

© Баттиани А.
© Когито-Центр

Содержание

Благодарность	7
Предисловие к русскому изданию	8
Идеал, который был у нас однажды...	10
Введение: жизненная позиция и образ жизни	10
Представление о жизни и жизненная реальность	12
Кризис нашего представления о человеке: потерянный идеал	14
Социальная опасность современного кризиса	18
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Александр Баттиани
Преодоление безразличия
Нахождение смысла во время перемен

Серия «Логотерапия и экзистенциальный анализ»

Все права защищены. Любое использование материалов данной книги полностью или частично без разрешения правообладателя запрещается

Перевод с немецкого М. Матвеевой

Научные редакторы Е. Вульфсон, Ю. Сагдиева

© Московский институт психоанализа, 2020

* * *

Благодарность

Прошло около 25 лет с тех пор, как я, будучи молодым студентом, впервые услышал лекцию профессора Виктора Франкла в Университете Вены. Во мне быстро созрело желание посвятить большую часть своей тогда еще начинавшейся научной карьеры этому замечательному делу – логотерапии и экзистенциальному анализу. Я благодарю семью Виктора Франкла, прежде всего доктора Элеонору Франкл, за то, что это желание смогло воплотиться так, как я тогда даже не смел мечтать. Я благодарю ее за нашу дружбу, за доверие и доброту, которые сопровождали меня в продолжение всей моей работы над сохранением и распространением дела Франкла.

Особую сердечную благодарность я хочу выразить своему учителю, профессору доктору Элизабет Лукас. Благодаря ее работе, ее преподаванию и прежде всего ее личному примеру, которым нет равных, поколения логотерапевтов постигли сущность логотерапии. Я хочу поблагодарить ее, а также ее покойного мужа Герхарда Лукаса за дружелюбную и заботливую поддержку в годы моего логотерапевтического образования и супервизий. Также благодарю ее за нашу искреннюю дружбу и за внимательный просмотр первого варианта этой книги, за полезные замечания и предложения по корректуре и дополнениям и не в последнюю очередь – за написание послесловия.

Спасибо госпоже Михаэле Брайт из издательства «Кёзель» за то, что она активно поддерживала меня, чтобы я смог решиться на переход от научной литературы к популярной и написать эту книгу. Спасибо моему лектору, госпоже Юлии Штертхоф, за добрую и терпеливую поддержку и сопровождение во время написания книги и за нелегкую работу по укорачиванию моих слишком длинных предложений.

И в завершение: эта книга посвящена моей супруге Юлиане и нашим дочерям Леони и Ларисе. Мое самое заветное желание заключается в том, чтобы некоторые идеи, сформулированные в этой книге, стали строительным материалом мира, который стоит на надежде и непоколебимой вере в добро. Чтобы в строительстве этого мира все люди могли принять добровольное участие по своей инициативе. Пусть это будет мир, который подарит нынешнему и новым поколениям уверенное и доброе будущее – мир, в котором люди преодолели безразличие.

Предисловие к русскому изданию

Я очень рад, что благодаря инициативе нескольких людей, которые стоят у истоков возрождения логотерапии в русскоязычном пространстве, – Юлианне Сагдиевой, Светлане Штукаревой и Екатерине Вульфсон – появилась эта книга. Я рад не только тому, что таким образом я могу поддерживать контакт с моими русскоязычными читателями. Я испытываю радость также потому, что, вероятно, нигде более нет такого глубокого понимания экзистенциально ценного идейного наследия. И я уверен, что мысли, высказанные в этой книге, найдут свое достойное выражение в русском языке.

Я хотел бы проиллюстрировать это с помощью небольшой истории. Перед тем как приехать в Московский институт психоанализа в качестве приглашенного профессора по логотерапии, я беседовал с вдовой Виктора Франкла, доктором Элеонорой Франкл. Она сказала мне: «Вот увидишь: то, что ты там испытываешь, ты не испытываешь больше нигде». На мой вопрос, что она имеет в виду, Элли Франкл лишь ответила: «Сам увидишь». Спустя несколько недель я приехал в Москву с женой и детьми и, конечно, был поражен масштабами, архитектурой и красотой этого города. И я спросил себя: «Об этом говорила Элли Франкл? Тогда она права». Но на следующий день я читал свою первую лекцию по логотерапии в России, и тогда я действительно увидел, то, к чему хотела подготовить меня Элли Франкл. Я преподавал логотерапию по всему миру – от Японии до Африки и Северной Америки, – но нигде ее понимание не было таким глубоким, непосредственным и таким воодушевленным. В тот же вечер я отправил Элли Франкл открытку: «Теперь я знаю, о чем ты говорила». На самом деле еще Виктор Франкл испытал подобное, когда был в России в сопровождении Дмитрия Леонтьева: русскоязычное пространство – это экзистенциальное пространство.

Россия имеет живую историю и является живой историей. Это большое пространство не только с географической, но и с духовной и философской точки зрения. Возможно, именно эти факторы помогают объяснить, почему экзистенциально ценное наследие находит здесь плодородную почву. Небольшой экскурс в поэзию, философию и науку подтверждает это. В любом случае, каждое хорошее семя нуждается в человеке, который его посеет, подготовит почву. И каждое растение, которое на ней растет, нуждается в людях, которые будут посвящать ему свое время, ухаживать и передавать урожай как можно большему количеству людей. Здесь необходимо поблагодарить первопроходцев логотерапии – Светлану Штукареву в Москве, Екатерину Вульфсон в Санкт-Петербурге, Юлианну Сагдиеву в Алматы. Благодаря их инициативе идейное наследие находит путь ко многим людям, каждый из которых может попробовать внести свой собственный вклад в то, чтобы мир стал немного лучше.

Такое участие и такая активность необходимы сегодня как никогда, и это я старался показать в книге. Психологические исследования говорят нам, что человек едва ли был когда-нибудь подвержен такой опасности, как сегодня, – опасности скатиться в безразличие и безответственность и позволить духу времени склонить себя к тому, чтобы сложить руки и забыть об ответственности за себя, свое окружение и будущие поколения. Те же исследования показывают, что наше счастье в значительной степени зависит от того, насколько мы готовы снова начать с энтузиазмом вести активную жизнь, ориентированную на смысл. Где бы мы были без идеализма и воодушевления? Где бы мы были без надежды? Учитывая это, просто замечательно, что русский перевод появился благодаря энтузиазму и личной добровольной заинтересованности Юлианны Сагдиевой, Светланы Штукаревой и Екатерины Вульфсон. Итак, сам перевод на русский язык, сама книга, которую вы держите в руках, являются свидетельством того, на что способен энтузиазм. И я желаю вам, дорогие читатели, того же опыта – опыта жизненного энтузиазма, который вдохновляет нас в хорошие моменты и поддерживает в непростой час.

Александр Баттиани
Вена, 2 мая 2018 года

Идеал, который был у нас однажды...

Введение: жизненная позиция и образ жизни

Эта книга рассказывает о двух важнейших устремлениях человека – о надежде и о готовности принимать благое и активное участие в жизни. А также она рассказывает о том, что человек способен видеть свою собственную задачу в установлении необходимого порядка вещей в мире, воспринимать это как призыв к себе. Эта задача заключается в попытке изменить что-то к лучшему там, где в ином случае человек прошел бы мимо, пожав плечами.

Она также рассказывает о причинах, которые могут помешать нам быть активными, чувствующими, открытыми, вести экзистенциально насыщенную и в некоторой мере приспособленную к реальности жизнь. Жизнь, которая приобретает полноту не благодаря тому, что мы думаем о самих себе, но прежде всего благодаря тому, что мы остаемся открытыми, заинтересованными и активными – даже несмотря на долю уверенности в том, что многое из того, что нами запланировано, не осуществится или осуществится только частично.

Флоренс Фостер-Дженкинс, которую музыкальные критики единогласно называли, вероятно, худшей певицей в мире, принадлежит прекрасная фраза: «Пускай люди говорят, что я не умею петь. Но никто не скажет, что я не пею». И пусть никто не сможет сказать, что мы, по крайней мере, не пытались дать жизни лучшее, что в нас есть. Это также предполагает, что мы не должны оставлять надежду и, когда утрачиваем ее, должны обрести ее вновь.

Именно о такой надежде рассказывает эта книга. А точнее, она рассказывает о разнообразных отношениях между нашей надеждой, нашим представлением о себе, о мире и о человеке и нашими личными переживаниями, мыслями, решениями, поведением и действиями. Она рассказывает об установках и ценностях, а также о таких представлениях о мире и о нас самих, которые делают состоявшимися нашу жизнь и отношения с другими людьми, и таких, которые усложняют нам и другим жизнь. Взгляд на собственное представление о себе, человеке и мире – это ключ не только к пониманию наших переживаний и действий, но также к изменению и росту, а в итоге – к успешной, наполненной жизни, личной и общественной.

Ведь установки можно изменить. Не только благодаря работе над убеждениями и требованиями (с их помощью даже меньше), но прежде всего благодаря пониманию и признанию некоторых данностей бытия, которые кажутся удивительно простыми, и поэтому их можно легко забыть или не заметить.

Если мы включим эти данности в наше поле зрения, изменить установки можно будет даже существенно легче, и это начиная уже с сегодняшнего дня повлечет за собой более глубокие и долгосрочные изменения нашего поведения: мы будем решать, действовать, реагировать по-другому. Большинство из нас знают из собственного опыта: относительно просто ставить высокие цели касательно личных изменений, но очень сложно последовательно воплощать их в течение длительного времени. Это подтверждают многочисленные психологические исследования¹. Более того, они показывают, что ключ к пониманию и изменению нашего поведения находится не столько в самом поведении, сколько в установках, ожиданиях и позициях, которые лежат в основе наших действий. Другими словами, наши действия и наш образ жизни – это всегда до определенной степени «симптом» и выражение нашей жизненной позиции.

Таким образом, существует теснейшая связь между тем, что мы думаем о себе, о своем окружении и о мире, и тем, что мы вообще ожидаем от себя, от других и от жизни. И важно

¹ Sheeran, P., и др. (2016). The Impact of Changing Attitudes, Norms, and Self-Efficacy on Intentions and Behavior: A Meta-Analysis. *Health Psychology*, 35, 1178–1188.

то, сколько надежды мы вкладываем в себя самих и в жизнь. От этих ожиданий и надежд, как было сказано, зависит большая часть наших действий, наше поведение, а возможно, и вся наша будущая жизнь. Говоря конкретнее, эта связь при ее пристальном рассмотрении оказывается такой значительной, что поведение других открывается нам в той мере, в какой мы в состоянии видеть вещи такими, какими они представляются другим. Это касается как индивидуумов, так и всего общества.

Например, понимание исторических процессов или иных культур предполагает, что мы стараемся погрузиться в их представление о человеке и мире и понять его. Пока это не получится – а предполагается, что это получится, – встреча с далекой исторической эпохой или культурой будет встречей с чем-то чужим, экзотическим и интересным, но в конечном итоге непонятным и тайным, нецелостным. А основание таково: мир другого человека еще не открылся нам, он «мысленно далек» от нас, а значит, нам не откроются и его поведение и действия:

А договорился с Б о совместном посещении дома, который Б хочет приобрести. Оба отправляются в путь; вдруг Б заявляет, что он не пойдет сегодня смотреть этот дом и что он сейчас вернется домой. Сначала он не объясняет причин, но после настойчивых просьб наконец говорит: «Но разве вы не видели черную кошку, которая перебежала дорогу? Ничего хорошего бы не вышло». Б живет в мире суеверий, предзнаменований, в котором события становятся значимыми и определяющими для его действий, но они не существуют в мире А, так как не играют там никакой роли.²

Черные кошки существуют также и в мире того, кто не придает им большого значения. Но именно это дополнительное значение или, в более общем смысле, готовность предполагать наличие иных смысловых связей между событиями и вещами, которые кому-то кажутся совершенно незначительными, и определяет разницу между пониманием и непониманием нашего собственного поведения и поведения других.

² Allers, R. (1963/2008). *Abnorme Welten. Ein phänomenologischer Versuch zur Psychiatrie*. Изд., коммент., введ. А. Batthyany. Weinheim/Basel: Beltz, 155.

Представление о жизни и жизненная реальность

Итак, понимание и принятие других позиций – это не очень легкая задача, как свидетельствует психологическое исследование, а также, вероятно, повседневный опыт большинства³. Более того, то же исследование показывает, что нам не всегда сразу удастся понять и принять даже наши собственные представления о мире и о себе⁴. Предположительно, это, среди прочего, связано с тем, что большая часть установок и идей, которые лежат в основе нашего представления о мире и о человеке, лишь изредка приобретается нами осознанно, а еще реже систематично рационально проверяется на соответствие реальности.

Если бы они проверялись, то, возможно, вскоре бы выяснилось, что они не соответствуют нашей жизненной действительности, а то и вовсе ей противоречат. («Подобное притягивает подобное» звучит по меньшей мере так же очевидно, как «противоположности притягиваются».) Одни установки могут показаться хорошими на первый взгляд, но в долгосрочной перспективе принести нам больше вреда, чем пользы; другие могут приносить нам только пользу, но причинять вред нашему окружению, обесценивать, ранить наших близких. При этом нужно разобраться, не вредит ли нам в итоге поведение, которое приносит пользу лишь нам и игнорирует благополучие других, – либо потому что из-за такой эгоцентричной деятельности мы сильно отдаляемся от того хорошего и ценного, что могли бы дать миру с нашими талантами и способностями; либо потому что мы можем стать зависимыми от расположения, помощи и поддержки тех людей, которых еще вчера использовали просто как средство для достижения собственного маленького «счастья».

Так или иначе, на примере эгоистической жизненной позиции можно легко показать, как тесно наша счастливая жизнь связана с жизненной установкой. От эгоистической установки сразу стоило бы ожидать, что она может причинить много горя тому, кто избрал ее своим жизненным принципом. Исправить такую позицию гораздо легче, если понимать, чем она в действительности является, а именно: основополагающим непониманием связи, существующей между нашим личным счастьем, чувством удовлетворенности и тем, что мы ожидаем от себя и от мира. Другими словами, то, что выглядит как дефицит морали, при ином взгляде часто оказывается только следствием жизненной позиции, которая эгоистична и сомнительна с точки зрения морали. Упрекать эгоиста в его эгоизме – это нередко напрасная борьба. Это борьба с *симптомом*, а не основаниями и причинами. «Таков мир – я должен думать о себе и своей выгоде, потому что никто другой за меня этого не сделает» – так, например, может думать эгоист.

В подобном представлении о мире угрозу представляют не только черные кошки, но и почти все люди. Они становятся врагами, конкурентами, соперниками. Даже если с точки зрения морали кажется сомнительным поведение, вырастающее из такой позиции, было бы несправедливо упрекать человека в его трагических ошибках и недоверии, лежащем в основе его жизненной позиции. Потому что никто сознательно не решает стать жертвой ошибок. Если кто-то ведет себя холодно и эгоистично в мире, который он воспринимает (или трактует) таким же, он не может быть назван человеком без морали; он просто верит и даже жалуется, что таковы правила игры в жизни. Поэтому мало смысла указывать ему на отсутствие морали. Помочь себе выбраться из своих эгоистических суждений такой человек может, если проверит свой взгляд на мир и если при этом поймет, что правила игры жизни в конечном итоге далеко не так безжалостны, как он до сих пор полагал. Возможно, он поймет также, что он сам воплощает то, что опасается получить от мира и человеческой природы.

³ Keysar, B., Lin, S., & Barr, D. J. (2003). Limits on Theory of Mind Use in Adults. *Cognition*, 89 (1), 25–41.

⁴ Wilson, T. (2002). *Strangers to Ourselves: Discovering the Adaptive Unconscious*. Harvard: Harvard University Press.

Короче говоря, ключ к человеку – это его представление о себе, о других людях и о мире. К сожалению, именно сегодня кризис представления о человеке оказывается особенно серьезным. Возможно, человек еще никогда не был таким чуждым и недоверчивым к себе, как в настоящее время (или по причине исторических кризисов и катастроф прошлого века, или из-за невиданного богатства и бесконечных возможностей нашего времени), возможно, он никогда не был таким экзистенциально обделенным в мире, который, несмотря на все несчастья и нестабильность последнего столетия, все еще остается его родным домом.

Кризис нашего представления о человеке: потерянный идеал

Сегодня многие люди жалуются на кризис наших ценностей, выражая таким образом сомнение в своих собственных или общественных жизненных перспективах, и не находят достойных и реальных ответов на свои вопросы. Кажется, что многие люди общества благосостояния потеряли компас, указывающий на позицию, направление и их собственный жизненный путь, не говоря уже о потере упомянутого жизненного идеализма и надежды.

В этой связи психологические исследования говорят о растущих деморализации, жизненном скепсисе, оторванности, отчаянии и неуверенности прежде всего в богатых индустриально развитых странах⁵. В результате люди отдаляются от мира, от которого они больше ничего не ждут или от которого когда-то ждали большего, и из-за нереализованных надежд погружаются в разочарование.

Это совершенно парадоксальный феномен, особенно если принять во внимание тот факт, что данная экзистенциальная запущенность распространяется там, где человек относительно защищен в материальном плане и едва ли страдает от настоящей нужды. По крайней мере, в Европе и Северной Америке даже относительно полная лишений жизнь все еще далека от того, чтобы быть полной лишений, если принять во внимание масштаб бед предыдущих столетий или более бедных регионов современного мира. В то же время на обоих этих континентах, согласно многочисленным исследованиям, уже несколько десятилетий быстрее всего распространяется «экзистенциальный вакуум», о котором говорил австрийский психиатр, невролог и основатель логотерапии и экзистенциального анализа Виктор Франкл.

Население Европы и Северной Америки никогда не жило так хорошо, как живет с середины прошлого столетия, и в то же время равнодушие состоятельных людей к нуждающимся никогда не было настолько явным. Благосостояние в рамках естественного эксперимента сделало довольно очевидной одну вещь: желанная, наполненная жизнь не обязательно станет реальностью, лишь если человек просто будет обеспечен необходимым в экономическом и психологическом плане, будет жить в мирное время и будет иметь возможность раскрыть свои способности в растущей социальной свободе согласно собственным желаниям.

Экономическое чудо вызвало к жизни целый ряд странных психологических феноменов, которые ранее не имели такого поражающего эффекта и не были известны в таком масштабе: на фоне благосостояния распространяются недовольство, скука, равнодушие, насилие, зависимость, чувство потери смысла и фрустрация. Вполне понятная идея, возникшая после пережитых лишений предшествующего века, о том, что человек придет к счастью и удовлетворению, если больше не окажется вынужден выживать, в любом случае не оправдается, пока внешнему богатству противостоит серьезное внутреннее, духовное и душевное обеднение. Часто цитируемое высказывание Маркса, согласно которому бытие определяет сознание, таким образом, не подтвердилось, более того, нередко оказывается, что неправильное сознание омрачает также и материально защищенное бытие.

Сегодня это омрачение обнаруживает себя прежде всего в распространяющемся смысловом и экзистенциальном кризисе «современного человека» – у него есть многое, иногда даже очень многое или слишком многое, и он думает порой, что ему просто нужно еще больше, чтобы наконец стать счастливым и довольным. И так продолжается до тех пор, пока он не сдастся и в отчаянии не скатится к простому выживанию, не погрузится в будничную неопределенность и в своего рода фаталистскую или провизорную потерю надежды⁶. Все ему будет

⁵ Обзор исследования см. гл. 1 в: Batthyany, A., Guttman, D. (2005). *Empirical Research in Logotherapy and Meaning-Oriented Psychotherapy*. Phoenix, AZ: Zeig, Tucker & Theisen.

⁶ Frankl, V. E. (1949). Aus der Krankengeschichte des Zeitgeistes. *Wiener Universitäts-Zeitung*, 1/7. (Из истории болезни духа

казаться безразличным, ничто не будет его трогать. Такое ощущение жизненной неопределенности является, в свою очередь, почвой, на которой могут вырасти дальнейшая распушенность и нехватка ориентиров. Где найти поддержку и на что ориентироваться или как поддержать других, если неопределенность не дает увидеть жизненную действительность и ее разнообразие?

Нет причин паниковать перед «патологией духа времени» (Виктор Франкл). Не нужно представлять себе это состояние более драматичным, чем оно есть на самом деле. Возможно, именно потому, что обычно оно протекает с относительно мало выраженными симптомами и оно переносимо, его часто не замечают или еще чаще принимают покорно как норму повседневности или даже объявляют бытовой нормой. Речь идет о нередком безмолвном унынии или обмельчании, которые вкрадываются в повседневную жизнь и, становясь ее фоном, лишают человека способности и готовности быть активным.

Поэтому, возможно, самым явным признаком этого синдрома является, прежде всего, *недостаточность чего-либо* – например, способности испытывать воодушевление, идти на контакт, готовности брать на себя личную и разделенную с другими, совместную ответственность, а также включаться в жизнь, формируя ее, то есть принимать в ней активное участие, выходя за рамки самого необходимого, действовать вместе с другими и быть заинтересованным.

Одна пациентка однажды очень точно выразилась: жизнь как-то не особо ее касается. Ей все скорее неинтересно и скучно, а по большей части все равно (или не имеет значения), и так же мало волнует, что будет впереди. Такие слова указывают на разросшееся чувство безразличия и тесно связанную с ним потерю способности к вдохновению и заинтересованности.

Проблема, среди прочего, заключается в том, что такая жизненная позиция часто действует как исполняющееся пророчество: кого жизнь мало касается и кто мало или ничего не ждет от нее и от себя, кто не чувствует себя для чего-либо годным или не видит своей личной связи с миром, тот не почувствует себя в своей тарелке и тогда, когда, выражаясь образно, целый оркестр будет ждать лишь его партии. Он находится в режиме ожидания и в то же время достаточно чувствителен, чтобы понять, что в этой жизненной симфонии не хватает его голоса и что он сам также что-то упускает.

Многие рассказывают о смутном чувстве, что жизнь упущена, и иногда можно даже согласиться с этой жалобой, пусть и с некоторыми оговорками. Ведь, возможно, не столько эти люди упускают свою жизнь, сколько жизнь упускает их. Она день за днем обращается к людям с определенными возможностями и задачами; она ждет их участия, того, что они будут активно включаться, влиять на что-то, чего не было бы без них или реализовалось бы в другой форме.

Но они глухи к этим запросам или притворяются глухими; или, возможно, они действительно закрыты от контакта; или контакт возможен, но они настолько отчаялись или скованы смутным страхом, что не могут или не хотят поверить в то, что вполне реально повлиять на что-то в мире. Или их недоверие к жизни слишком велико: они считают свой вклад незначительным или думают, что мир нельзя формировать, а себя считают шестеренкой в большом механизме, в котором для личной и совместной ответственности нет места и роли.

Вероятно, было бы неправильным назвать эти варианты альтернативами, будто один исключает другой. Скорее, у одной и той же личности может преобладать один или другой мотив отчаяния. Но в конечном итоге это одно и то же разочарованное представление о мире и человеке, на его фоне возникают неопределенность, отчаяние, под которыми оказываются погребены всякая инициатива, ответственность, живость и жизнерадостность, которые должны быть существенным отличительным признаком человеческого бытия и придавать жизни смысл, глубину и ценность.

Стремительное распространение этих позиций отчаяния омрачает жизнь не только отдельных людей, но и имеет немалое значение для общественного развития. Люди в состоянии отчаяния становятся слепыми не только к собственному счастью, но в той же мере к страданию и нужде других людей. При этом именно готовность откликнуться на задачи, которые приносят страдание и нужда, могла бы освободить человека от равнодушия.

Есть особая трагичность в том, что именно в благополучии современности многие настолько недовольны, разочарованы, расстроены и испытывают скуку, оттого что им кажется, будто не хватает задач, которые имели бы смысл, и одновременно не могут или не хотят видеть, как сильно и настойчиво жизнь требует их личного участия и как много возможностей смысла ждут нашей заботы, но, к сожалению, нередко напрасно.

С другой стороны, отчаяние часто приходит к тем, кто в разочаровании отворачивается от жизни, потому и несмотря на то, что изначально у них были высокие идеалы, но они оставили их неисполненными или бросили надеяться.

В это пустое пространство вливается безразличие – то самое чувство, которое губит всю инициативу, идеализм и веру в лучшее будущее, которое можно ответственно формировать. Нас кидает в серую повседневность, которую мы терпим и на которую жалуемся и даем жизни проходить мимо, не понимая, какой смысл за всем стоит и имеет ли вообще наша жизнь смысл, о котором стоит говорить. Некоторые психологические и социальные причины, основания и последствия экзистенциального вакуума мы проанализируем подробнее в этой книге, но прежде всего мы рассмотрим пути выхода из этого вакуума обратно в жизнь.

Одно можно предположить сразу, без подробного разбора актуального исследования: происходит потеря тех активных игроков и действующих лиц, которые когда-то были открыты идеалам и надеждам, и это не приносит блага обществу и миру в целом. Ведь мир теряет лучших или лучшее в человеке: его готовность выходить за рамки сиюминутного удовлетворения и отвечать жизни там, где его вклад принес бы благо миру. Таким образом, мир теряет лучшее из возможного. Он теряет те самые силы, которые готовы вмешаться в «естественный ход вещей» – активно и с доброй волей, чтобы, с одной стороны, в мир входило новое и живое, а с другой стороны, чтобы можно было предотвратить наметившиеся негативные ситуации и беды, – чтобы даже там, где «естественный ход вещей» не предвещает ничего хорошего, смогло бы вырасти нечто положительное или хотя бы уменьшилось страдание.

Такой мир становится по-настоящему безутешным, потому что утешение – это то, что не заложено в естественный ход вещей. Утешение возникает скорее на почве готовности личности быть открытой к проблемам другого, то есть не быть безразличным к страданию другого, а хотя бы сказать доброе слово и предложить помощь. Но безутешным мир становится не только потому, что человек, попавший в ловушку безразличия, теряет свой дар увидеть потребность другого в утешении, словно это касается его самого, но и потому, что самостоятельно он, возможно, никогда до конца не преодолеет разочарованность в своих надеждах и свою субъективную незначительность.

Потому что он человек и остается человеком; а надежда и воля к смыслу являются глубоко человеческими, даже *определяющими* человека качествами. Это доказывают также многочисленные психологические и клинические исследования⁷, большая часть которых восходит к инициативе Виктора Франкла и разработанной им концепции логотерапии и экзистенциального анализа. Среди всех известных нам живых существ только человек имеет веру, надежду и любовь, и, судя по всему, только человек имеет их в таком объеме. Это много говорит о нашем предназначении, а также гораздо больше, чем мы готовы признать, говорит о внутренней и

⁷ Гл. 1 и 2 в: Batthyany, A., Guttman, D. (2006). *Empirical Research in Logotherapy and Meaning-Oriented Psychotherapy*. Phoenix, AZ: Zeig, Tucker & Theisen.

экзистенциальной структуре человеческого бытия: идеализм и ответственность свойственны нам с колыбели, они часть нашей природы.

Итак, человек – единственное существо, которое появляется в этом мире и уже своим появлением заявляет: «Этот мир нуждается во мне, он ждет также и моего участия, так что давайте вместе сделаем его лучшим местом для многих». Эта феноменологическая данность еще не говорит о том, что такие надежды соответствуют объективности, но по крайней мере она означает, что человек входит в этот мир не только как разумное (*sapiens*) существо, но, прежде всего, как надеющееся и стремящееся к смыслу. Повторим: мы еще не знаем и должны выяснить далее в этой книге, является ли эта надежда лишь идеалом или задачей и реальностью, присущей человеку. Но уже сейчас мы можем утверждать: этот идеал составляет сущность человека. Идеал, с которым человеку пришлось с горечью расстаться, оставляет пустоту и вызывает боль, которую нельзя унять даже такими сильными заглушающими и отвлекающими средствами, которые предлагает индустрия развлечений.

Отсюда возникает ранее упомянутая безутешность мира без смысла и задачи, личной и совместной ответственности. Равнодушие – отказ от этой ответственности. Другими словами, оно символизирует выход из игры жизни. Там, где жизнь рассчитывает на меня, сейчас лишь пустое место.

Социальная опасность современного кризиса

Наряду с личным страданием, которое приносит данная жизненная позиция, такие черты духа времени таят также опасные последствия для социума. Потому что содержание, заполняющее эти пустоты, к сожалению, не всегда вызвано положительными идеалами и надеждами. Иногда за ним стоит только личный интерес, который люди стремятся осуществить, пытаясь мобилизовать толпу всеми мыслимыми и обычно незатейливыми способами. Об этом говорил Виктор Франкл:

Происходит так, что [разуверившийся человек] хочет либо того, что делают другие, – тогда мы имеем дело с конформизмом, – либо он делает лишь то, что хотят от него другие, и тогда мы имеем тоталитаризм.⁸

Один из самых простых и многократно испробованных способов мобилизации морально нестойкой и разуверившейся толпы – это, например, фанатизм. Легче и быстрее всего его пробудить не через требование и развитие положительных идеалов и ответственности, а через отграничение и принижение определенных групп, часто именно тех, которые больше всего нуждаются в нашей поддержке, одобрении и добродушии.

Поэтому, вероятно, неслучайно сильное распространение чувства отчаяния совпадает со временем укрепления популистских протестных движений, идеи которых связаны скорее с ограничениями и отвержением, нежели с надеждой и подъемом. В центре таких движений находится не идеал, не утопия, не надежда, а неуверенность и страх, которые разрастаются в пустоте на месте брошенного идеала⁹.

Психологи и социологи сегодня часто говорят о новом развитии духа времени, набирающем обороты, – о гневе и отказе от жизненной позиции. Исследовательские работы показывают, что такое развитие делает, на первый взгляд, неожиданно приятное с точки зрения психологии предложение – преодоление собственного безразличия. Но оно редко предлагает равнозначную замену надеждам и идеалам, которые многие потеряли, избрав путь безразличия. Проблема в том, что это предложение в большинстве случаев не является предложением ради чего-то; как правило, это предложение против чего-то или кого-то, поэтому часто оказывается, что, в общем-то, все равно, против кого или чего эта программа направлена.

⁸ Frankl, V. E. (1975). *Das Buch als Therapeutikum*. Vortrag. Wiener Buchwoche. Wien, Hofburg 1975. (Книга как терапия. Доклад. Книжная неделя в Вене.)

⁹ Kruglanski, A. W., и др. (2014). The Psychology of Radicalization and Deradicalization: How Significance Quest impacts Violent Extremism. *Political Psychology*, 35 (S1), 69–93.

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.