

О СМЫСЛЕ ЖИЗНИ



Виктор
Франкл

Виктор Эмиль Франкл

О смысле жизни

Текст предоставлен правообладателем

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67669143

О смысле жизни: Альпина нон-фикшн; Москва; 2022

ISBN 9785001397298

Аннотация

Название книги «О смысле жизни» точно и емко отражает суть и главную тему человеческих и научных поисков Виктора Франкла. В ней читатель найдет не издававшиеся прежде на русском языке три лекции, которые знаменитый психиатр и психотерапевт прочитал в 1946 году в Народном университете Вены. Это уникальное свидетельство бывшего узника концлагеря, прошедшего самые тяжелые испытания и сохранившего волю к жизни, – ценная часть наследия Виктора Франкла, труды которого во всем мире и в любые времена не теряют актуальности.

Содержание

Предисловие Иоахима Бауэра	7
Примечание редактора	16
О смысле и ценности жизни. Лекция первая	17
Конец ознакомительного фрагмента.	20

Виктор Франкл

О смысле жизни

Переводчик *Любовь Сумм*

Редактор *Ксения Чистопольская*

Издатель *П. Подкосов*

Руководитель проекта *И. Серёгина*

Ассистент редакции *М. Короченская*

Корректоры *Е. Чудинова, С. Чупахина*

Компьютерная верстка *А. Фоминов*

Художественное оформление и макет *Ю. Буга*

Über den Sinn des Lebens: Mit einem Vorwort von Joachim

Bauer

© Beltz Verlag, 2019

in the publishing group Beltz • Weinheim Basel

© Издание на русском языке, оформление. ООО «Альпина нон-фикшн», 2022

* * *



О СМЫСЛЕ ЖИЗНИ

Виктор
Франкл

Перевод с немецкого

АНО
АЛЬПИНА НОН-ФИКШН

Москва
2022

Все права защищены. Данная электронная книга предназначена исключительно для частного использования в личных (некоммерческих) целях. Электронная книга, ее части, фрагменты и элементы, включая текст, изображения и иное, не подлежат копированию и любому другому использованию без разрешения правообладателя. В частности, запрещено такое использование, в результате которого электронная книга, ее часть, фрагмент или элемент станут доступными ограниченному или неопределенному кругу лиц, в том числе посредством сети интернет, независимо от того, будет предоставляться доступ за плату или безвозмездно.

Копирование, воспроизведение и иное использование электронной книги, ее частей, фрагментов и элементов, выходящее за пределы частного использования в личных (некоммерческих) целях, без согласия правообладателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Погибшему отцу

Предисловие Иоахима Бауэра

Собранные в этом томе тексты – записи трех лекций, прочитанных Виктором Франклом в 1946 году, – обладают невероятной мощью и ошеломляющей актуальностью. В сжатой форме они вполне передают ту мысль великого врача и психотерапевта, которую он в последующие годы развил во множестве статей и книг, причем уже в этих трех текстах автор с непревзойденной ясностью освещает то, что можно назвать «участием человека» или «условием человеческого существования» – *Conditio humana*. Тем выше заслуга издательства Beltz, которое, выпустив этот том, обеспечило доступ к идеям Виктора Франкла современному читателю, в особенности молодежи.

Виктор Франкл был одним из титанов (хотя он по своей скромности и не согласился бы с подобным определением). В моих глазах он стоит рядом с Гиппократом, основателем врачебного искусства Античной Греции, и эльзасским врачом Альбертом Швейцером, который в 1954 году был награжден Нобелевской премией мира. Как и Швейцер, Франкл вышел за рамки собственно медицины и обратился к сфере антропологии, к фундаментальным вопросам человеческого бытия. Далее я намерен выделить и подробнее разобрать три аспекта публикуемых текстов, которые особенно меня затронули.

«Самость» как суть человека

На тот момент, когда Виктор Франкл читал собранные в этом томе лекции, ему исполнился 41 год, самый расцвет сил. Но за спиной у него остался ужаснейший опыт, с каким доводилось сталкиваться человеку: Франкл принадлежит к числу многих миллионов жертв омерзительных преступлений нацизма – и к числу немногих, увы, очень немногих, кому удалось выжить в концлагере (и даже в нескольких концлагерях). Из этого опыта он вынес убеждение, которое следует признать его личным открытием: *что* именно составляет суть человека, даже если лишить его всего остального. По словам Франкла, произошла встреча с самим собой, со своей самостью. Особенность нынешнего времени заключается в том, что многим людям лихорадочный темп жизни либо не дает встретиться с самими собой, либо они даже активно избегают такой встречи. Почему они так поступают? Потому что эта встреча чревата неприятными ощущениями или вообще невыносима.

Участь заключенного концлагеря – ни с чем не сопоставимое испытание, однако Виктор Франкл дает нам понять, что сам он не склонен преувеличивать исключительность такого опыта: и в так называемой нормальной жизни возникают ситуации, когда человека, словно узника, лишают многого или даже всего, что до того момента позволяло ему уклонять-

ся от встречи с самим собой. Подобные ситуации знакомы каждому. Например, только в Германии ежегодно у 480 000 пациентов диагностируют рак. Всевозможные удары судьбы, утраты, несчастья и болезни внезапно вторгаются в жизнь и существенно стесняют человека, порой крайне ограничивая его возможности. И что же тогда?

Тексты Виктора Франкла помогают нам не откладывать встречу со своим «Я» до той поры, когда под натиском судьбы «расплавится» все несущественное, когда «деньги, власть, слава» окажутся под сомнением или будут утрачены (в кавычках приведены слова Франкла). Наше «Я» достойно того, чтобы обращаться к нему не только в том случае, когда жизнь уже не оставляет нам другого выбора. Недавно я посвятил книгу этой сути человека¹. Итак, ключевая задача каждой жизни состоит, согласно Франклу, в том, чтобы на достаточно ранних этапах жизни уже начать «внутреннее обустройство». Он призывал развивать «внутреннее умение», которое поможет оберечь «свое "Я", свою суть», когда те барьеры, которыми мы окружаем себя в повседневной жизни, в частности материальные блага, внезапно рухнут.

Если человек не имеет контакта с самим собой и судьба вдруг сталкивает его с вопросом «что же придает его жизни подлинность, ценность и смысл?», в этот час испытания

¹ Joachim Bauer: *Wie wir werden, wer wir sind. Die Entstehung des menschlichen Selbst durch Resonanz*. Blessing, München 2019.

можно впасть в апатию. Франкл убедился: если «махнуть на себя рукой в духовной сфере... последует и телесный распад». Вот рассуждения врача, видящего человека в его цельности. Здесь Франкл предвосхищает основы современной психосоматики, в том числе и выводы современной психонкологии: когда у человека исчерпываются внутренние силы, ослабевают также иммунная система и способность противостоять различным заболеваниям, в том числе злокачественным опухолям².

Источники смысла жизни

С предельной ясностью Виктор Франкл указывает нам источники, откуда возможно черпать смысл жизни. Ныне все больше людей по всему миру тревожит и побуждает ко все более настойчивым духовным поискам понимание ключевого факта: материальное благополучие само по себе не порождает смысла. «Удовольствие само по себе, – рассуждает Франкл, – никоим образом не может придать смысл бытию... Счастье не может, не должно и не смеет быть целью, оно лишь последствие». Отсюда Франкл переходит к решительному выводу, который послужит семенем развива-

² Joachim Bauer: *Selbststeuerung. Die Wiederentdeckung des freien Willens*. München, Heyne 2018. См. также: Elmar Reuter, Gudrun Haarhoff, Yosh Malzon-Jessen: *Über Lebensgeschichten nachschwerer Krebserkrankung*. Klett-Cotta, Stuttgart, [2020].

емой им экзистенциально-философской концепции: «Итак, не следует задавать вопрос: "Чего я могу ждать от жизни?", а следует спрашивать: "Чего жизнь ждет от меня?"». Иными словами, жизнь задает нам вопросы и мы должны отвечать. И лишь в попытках ответить на эти вопросы можно обрести смысл.

Среди инструментов, которые имеются в нашем распоряжении и с помощью которых мы могли бы ответить на задаваемые жизнью вопросы, Франкл называет деятельные поступки, обращенность к другому человеку и переживание прекрасного (включая красоту природы). Если отнята возможность активной деятельности, остается возможность переживания, в том числе осознания, что ты любим. Человеку доступно «по ту сторону деятельности, в пассивном восприятии мира в себе... достичь наполненности жизни смыслом».

Размышляя о потенциальных источниках смысла, Виктор Франкл увлекает своих читателей в глубочайшие пучины: даже навалившееся на человека невыносимое страдание может превратиться в источник смысла. Смыслосозидающим актом станет внутренняя позиция человека по отношению к своему страданию, то, как он выберет и займет эту позицию. «Тот смысл, который прорастает из ситуации болезни и умирания, не могут пошатнуть никакие внешние неудачи, никакие мирские поражения»: Франкл пишет про «внутренний успех». Смысл нашей жизни не в последнюю очередь опре-

деляется тем, «как мы противостояем нашей внешней судьбе».

Здесь проявляются крайне важные феномены, с которыми и ныне мы имеем дело, когда исследуем природу травмы. Болезнь и перенесенные травмы могут, при условии что у пострадавшего имеется достаточная социальная или терапевтическая поддержка, привести не к осложнениям, а к тому, что теперь именуется «посттравматическим ростом» (*Posttraumatic Growth*). Душа человека способна, «по крайней мере в определенной степени и в определенных пределах», укрепиться именно благодаря тому, что она познала несчастье. «От человека, и только от него одного, – продолжает Франкл, – зависит, принесет его страдание смысл или нет».

Современная медицина: между объективностью и человечностью

К самым значимым темам собранных в этой книге лекций лично я отношу высказывания автора об отношениях между врачом и пациентом. Находясь в состоянии душевного кризиса, который обычно бывает вызван тяжелым заболеванием, пациент, как правило, не может самостоятельно отыскать путь к восстановлению душевных сил. Чтобы выяснить скрытый смысл заболевания и вновь обрести утраченные душевные силы, пациенту и нужен хороший врач.

Виктор Франкл, который уже практиковал как специалист-невролог к тому времени, когда нацисты арестовали его и заключили в концлагерь, не обрушивается с огульной критикой на академическую медицину, скорее, он указывает на присущую современной медицине опасность, связанную с тем, что пациента рассматривают как «случай» или как «диагностический материал». Ошибется тот, кто сочтет, будто эти приводимые Франклом формулировки относятся к иному, далекому от нас времени. Я сам слышал коллег, называющих так пациентов и даже сотрудников («человеческие ресурсы»). Эти выражения свидетельствуют, как говорит Франкл, о том, «как глубоко и широко проникает тенденция врачей дистанцироваться от человека и объективировать его». Словно послание, адресованное нашей современной медицине, звучит мысль Франкла: «Хороший врач... всегда движется от объективности к человечности». Интересно, как Виктор Франкл оценил бы взгляды тех наших современников, кто полагает, что общество в целом имеет право требовать от человека неких жертв во имя медицины, в частности к возводимому в норму согласию жертвовать после смерти свои органы. Предлагаем читателям самостоятельно поискать ответ на этот вопрос после чтения лекций Франкла.

Для меня к числу наиболее вдохновляющих высказываний относятся рассуждения Франкла о том, что врач должен послужить каждому пациенту зеркалом и в глубочай-

шем смысле слова «разглядеть» его. Он видит «человечность врача, которая прежде всего открывает и тем самым пробуждает человеческое в пациенте». Какая мысль! Человек нуждается в том, чтобы его увидели и предъявили ему его отражение, в особенности в этом нуждается человек, постигнутый ударом судьбы или недугом, причем этот отклик ему требуется не только со стороны врача, но и вообще от людей. Чтобы найти в страдании смысл, чтобы предпринять попытку в тяжелой ситуации сформировать адекватную и достойную позицию, человеку нужен Другой. Каждый узник концлагеря «знал... что где-то, каким-то образом, кто-то его видит». Франкл неоднократно подчеркивает «существование Другого, бытие Другого», без которого невозможно сохранять свое «Я» и осуществлять жизненные задачи. Уже здесь проявляется во всей полноте актуальность его текста. Понимание, что для обретения, развития и сохранения собственной индивидуальности необходим межчеловеческий резонанс, принадлежит к наисовременнейшим концепциям³.

Я желаю этой книге обрести многих заинтересованных читателей и совершенно уверен в том, что чтение трудов Виктора Франкла станет для каждого огромным личным приобретением.

³ См.: Joachim Bauer: *Wie wir werden, wer wir sind. Die Entstehung des menschlichen Selbst durch Resonanz*. Blessing, München 2019.

Берлин, лето 2019

Профессор, доктор медицинских наук Иоахим Бауэр⁴

⁴ Иоахим Бауэр – психиатр, психотерапевт и автор известных книг по специальности. Он многие годы занимался нейробиологическими исследованиями. Профессор Бауэр преподает и ведет практику в Берлине. www.psychotherapie-prof-bauer.de.

Примечание редактора

Собранные в этой книге лекции Виктор Франкл прочел в марте – апреле 1946 года в Народном университете венского пролетарского района Оттакринг. В том же году они вышли в виде книги под названием «...И все-таки сказать жизни "Да!". Три лекции». Для нынешнего издания выбрано другое заглавие, поскольку прежнее, цитату из знаменитого «Гимна Бухенвальда», автор затем использовал вновь, когда переиздавал свою книгу «Психолог в концлагере» вместе с драмой «Синхронизация в Бухенвальде».

Для нового издания тексты были подготовлены с учетом требований немецкого законодательства. Были бережно заменены отдельные выражения, которые во времена, когда Франкл читал эти лекции, составляли естественную и понятную часть общеупотребительного или медицинского словаря, а ныне сделались устаревшими и неприемлемыми, в том числе «сумасшедший дом», «негр», «душевнобольной», «идиот», «истребление», «умственно отсталые дети».

О смысле и ценности жизни. Лекция первая

Разговор о смысле и ценности жизни должен быть сегодня насущнее, чем когда-либо, вопрос лишь в том, «возможен» ли он и если да, то каким образом. В определенном отношении вести такой разговор теперь легче, поскольку о многом можно снова говорить открыто – обо всем том, что связано с проблемой осмысленности человеческого существования и его ценности, а также с проблемой человеческого достоинства. Но в другом отношении современность вновь затрудняет нам разговор о «смысле», «ценности» и «достоинстве». Ведь мы вынуждены задать себе вопрос: допустимо ли ныне вот так, не запнувшись, произносить эти слова? Не поставлен ли под сомнение самый смысл этих слов? Разве в последние годы негативная пропаганда не уничтожила все то, что значат эти слова – что они прежде значили?

Пропаганда последних лет была в упор направлена против потенциального смысла бытия, против его подвергшейся сомнению ценности. В эти годы усиленно демонстрировалась ничтожность человеческой жизни.

Еще Кант как представитель европейской научной мысли разрешил вопрос о подлинном достоинстве человека. Этот философ во второй формулировке категорического импера-

тива утверждал: каждая вещь имеет свою ценность, а человек – достоинство, и потому он никогда не может служить средством для какой-то цели. Но уже в *экономическом строе* последних десятилетий *трудящиеся люди* по большей части превращались в простое средство, низводились до орудия хозяйственной деятельности. Работа перестала быть средством для достижения определенной цели, для обеспечения жизни – скорее уж человек и его жизнь, его жизненные силы, рабочие силы превратились в средство для достижения цели.

А потом война – война, в которой человек и его жизнь были прямо поставлены на службу смерти. И концлагеря. Там эксплуатировалась, на последнем ее отрезке, даже та жизнь, которая оставалась приговоренным к смерти. Какое обесценивание жизни, какое унижение человека, полное отрицание его достоинства! Вообразим – чтобы подобрать этому меру, – что государство ставит себе целью всех, кого оно же приговаривает к смерти, каким-то образом еще использовать, до последнего мгновения отмеренного срока заставляя служить «рабочей силой», подводя под это обоснование: так, мол, целесообразнее, чем сразу убивать или же чем кормить этих людей до конца их естественной жизни. Сколько раз в концлагере нас попрекали, что мы «не стоим своего супа» – того супа, который выдавали нам как единственную за день пищу и который нам следовало отрабатывать, под присмотром копая землю! Мы, недостойные, получали эту незаслуженную милость лишь при соблюдении определен-

ных условий: заключенным вменялось, протягивая тарелку, обнажать голову. И поскольку наша жизнь не стоила тарелки супа, наша смерть тоже ценилась дешево, дешевле свинцовой пули, так что для нас – только «Циклон Б»⁵

⁵ Пестицид на основе цианида, использовался для массового уничтожения людей в газовых камерах концлагерей. – *Здесь и далее прим. ред.*

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.