

Посвящается Гертруде Паукнер

Предисловие

В период с 1951 по 1955 год меня ежемесячно приглашал научный отдел венской радиостанции Rot-Weiß-Rot прочитать лекцию на психотерапевтическую тему. После того, как первые семь радиолекций были опубликованы в виде книги, я решил опубликовать и подборку последующих лекций, включив в этот сборник и первые, в значительно расширенном виде и с аннотациями. Это решение было продиктовано, прежде всего, откликом на лекции, о чём свидетельствуют многочисленные письма от слушателей. Я считал своим долгом перед слушателями дать им возможность ознакомиться с тем, о чем я говорил в печатном виде. Я также надеялся таким образом усилить воздействие лекций; однако предполагаемым эффектом должно было стать психологическое здоровье. Ведь я представлял себе не столько обсуждение психотерапии, сколько практику психотерапии — психотерапию перед микрофоном, и радио должно было служить этой цели: коллективной психотерапии — идеально подходящей для борьбы с коллективным неврозом.

Каждая лекция самодостаточна; это приводит к неизбежным дублированиям и, следовательно, повторениям, которые не так уж нежелательны, поскольку могут быть дидактически полезны. Что касается стиля лекций, то был сохранён тот стиль, которым они были прочитаны, рискуя, что он может показаться кому-то слишком небрежным. Как известно, речь — это не письменное произведение; тем более радиолекцию, предназначенную для широкой аудитории, нельзя приравнять к научному трактату.

Виктор Франкл

Введение ЧЕЛОВЕК В ПОИСКАХ СМЫСЛА

Публичная лекция на XIV Международном философском конгрессе (Вена, 1968 г.)

Название этой работы выражает нечто большее, чем просто тему, оно содержит определение или, по крайней мере, интерпретацию человека. А именно: человека как существа, которое в конечном счёте и по сути своей находится в поиске смысла. Человек всегда изначально ориентирован и направлен на что-то, что не является им самим, будь то цель, которую он реализует, или другие люди, с которыми он сталкивается. В любом случае, человеческое существование всегда указывает на нечто большее, чем сам человек, самотрансценденция составляет суть человеческого существования.

Действительно ли человек изначально стремится к счастью? Разве этого не признавал сам Кант, добавляя лишь, что человек должен стремиться быть *достойным* счастья? Я бы сказал, что в конечном счёте люди действительно желают не счастья как такового, а основания для счастья. Известно, что как только появляется *причина* для счастья, счастье и удовольствие возникают сами собой. Так, Кант пишет в своей «Метафизике нравов», точнее, в ее второй части, «Метафизических началах учения о добродетели»: «Счастье есть *следствие* соблюдения долга», а также: «удовольствие, которому предшествует закон, чтобы оно

воспринималось, находится в нравственном порядке». Но то, что там говорится о соблюдении долга и закона, на мой взгляд, имеет гораздо более общее значение и может быть даже перенесено из области нравственности в область чувственности. И мы, неврологи, кое-что об этом знаем. В клинической практике постоянно выясняется, что именно отказ от «причины для счастья» мешает людям с сексуальными неврозами — мужчине с эректильной дисфункцией или фригидной женщине — быть счастливыми. Но что же является причиной этого патогенного отдаления от «причины счастья»? Произвольное сосредоточение на самом счастье, на самом удовольствии. Как же прав был Кьеркегор, когда однажды сказал, что дверь к счастью открывается наружу, и тот, кто тянет ее на себя, обнаружит её закрытой.

Как это объяснить? Это объясняется тем, что человек окончательно и глубоко преисполнен не волей к власти и не волей к удовольствию, а волей к смыслу. И именно благодаря этой воле к смыслу человек стремится найти и реализовать смысл, а также встретить и полюбить другое человеческое существо, другую личность. И удовлетворение, и встреча обеспечивают человеку *причину* для счастья и удовольствия. Однако у невротика это первичное стремление как бы переключается на *прямое* стремление к счастью, на волю к удовольствию. Вместо того чтобы оставаться тем, чем оно должно быть, чтобы вообще иметь место, а именно следствием (побочным эффектом реализации смысла и встречи с бытием), — удовольствие становится целью принудительного намерения, гипернамерения. Гипернамерение при этом сопровождается гиперрефлексией. Удовольствие становится единственным содержанием и объектом внимания. Но в той мере, в какой невротик концентрируется на удовольствии, он теряет из виду *причину* удовольствия — и эффект «удовольствия» утрачивает основания для возникновения. Чем больше человек сосредотачивается на удовольствии, тем больше удаляется от него.

Легко оценить, насколько гипернамерение и гиперрефлексия или, скорее, их пагубные влияния на потенцию и оргазм, ещё больше усиливаются, когда человек, обречённый на неудачу в

своем стремлении к удовольствию, пытается спасти то, что ещё можно спасти, ища выход в техническом усовершенствовании полового акта. Представление об «идеальном браке» лишает его последних остатков той непосредственности, на которой только и может расцвести счастье любви. Учитывая сегодняшнюю одержимость сексуальным потреблением, молодёжь, в частности, настолько погружается в гиперрефлексию, что неудивительно, что процент сексуальных неврозов среди пациентов наших клиник растёт.

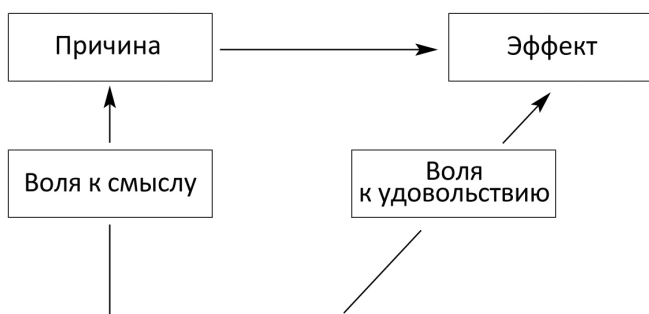


Рис.1

Современные люди склонны к гиперрефлексии. Профессор Эдит Джоэлсон из Университета Джорджии смогла продемонстрировать, что для американских студентов самопонимание (самоинтерпретация) и самореализация (самоактуализация) занимают высшие позиции в иерархии ценностей в статистически значимой степени. Очевидно, что это самопонимание, диктуемое аналитическим и динамичным психологизмом, заставляет образованного американца постоянно подозревать присутствие бессознательных мотивов, лежащих в основе сознательного поведения. Но что касается самореализации, осмелюсь утверждать, что человек способен реализовать себя лишь в той мере, в какой он реализует смысл. Императив Пиндара, согласно которому чело-

век должен стать тем, кто он есть, требует дополнения, которое я нахожу в словах Ясперса: «Человек есть то, что он делает своим».

Как бумеранг возвращается к метнувшему его охотнику только в том случае, если не попал в цель, так и человек, который из всех сил стремится к самореализации — это человек, который изначально не смог реализовать смысл, человек, который, возможно, даже не сумел найти смысл, ради которого стоило бы действовать.

То же самое верно и в отношении воли к удовольствию и воли к власти. В то время как удовольствие — это побочный эффект реализации смысла, власть — это средство достижения цели, поскольку реализация смысла связана с определёнными социальными и экономическими условиями и предпосылками. Но когда человек сосредотачивается лишь на побочном эффекте «удовольствия», а когда он *ограничивается* лишь средством достижения цели, именуемой властью? Воля к удовольствию или воля к власти развивается только тогда, когда воля к смыслу фрустрируется; другими словами, принцип удовольствия — не менее невротическая мотивация, чем стремление к признанию. Поэтому можно понять, что Фрейд и Адлер, основывавшие свои выводы на невротиках, должны были неверно истолковать изначальную ориентацию человека на смысл.

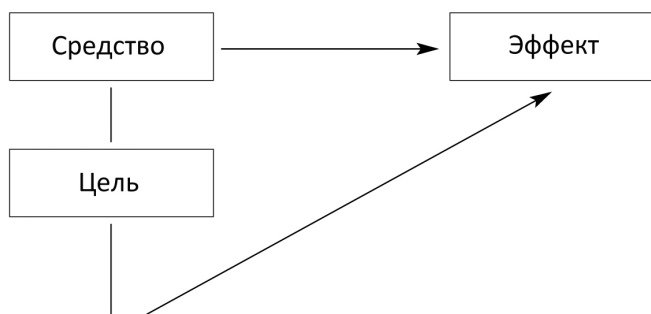


Рис.2

Однако сегодня мы живём в эпоху, когда нет сексуальной фрустрации, как это было во времена Фрейда. Наш век — век экзистенциальной фрустрации. И именно у молодёжи в наибольшей степени фрустрирована воля к смыслу. «Что говорят Фрейд или Адлер сегодняшнему молодому поколению, — спрашивает Бекки Лир, главный редактор студенческой газеты Университета Джорджии, — у нас есть таблетка, освобождающая нас от последствий сексуального удовлетворения, — сегодня больше нет никаких медицинских причин для сексуального самоограничения. И у нас есть власть — достаточно взглянуть на американских политиков, трепещущих перед молодым поколением, и на китайских хунвейбинов. Но Франкл говорит, что люди сегодня живут в экзистенциальном вакууме, и что этот экзистенциальный вакуум проявляется прежде всего через скуку. Скука — это уже не что-то далекое, не правда ли? Звучит гораздо более знакомо, правда? Наверняка вы знаете достаточно много людей, которые жалуются на скуку, несмотря на то, что им достаточно лишь протянуть руку, чтобы получить все, включая секс по Фрейду и власть по Адлеру?»

Действительно, сегодня к нам обращается всё больше и больше пациентов с чувством внутренней пустоты, которое я описал и назвал «экзистенциальным вакуумом», с ощущением полной бессмысленности своего существования. И было бы ошибкой полагать, что это явление характерно только для западного мира. Напротив, два чехословацких психиатра, Станислав Кратохвил и Освальд Выметал, в серии публикаций прямо указали на то, что «эта современная болезнь — потеря смысла жизни, особенно среди молодежи — выходит за рамки как капиталистического, так и социалистического общественного строя». Именно Освальд Выметал на одном из чехословацких неврологических конгрессов с энтузиазмом рассказывал о своей поддержке теории Павлова, однако заявил, что в условиях экзистенциального вакуума психиатр больше не может ограничиваться психотерапевтическими методами, основанными на теории Павлова. О том, что этот феномен уже наблюдается в развивающихся странах, сооб-

щают Л.Л. Клицке («Студенты в развивающейся Африке – Логотерапия в Танзании», *American Journal of Humanistic Psychology* 9, 105, 1969) и Джозефу Л. Филбрику («Кросс-культурное исследование теории смысла жизни Франкла»)¹.

Именно это предвидел Пол Полак в 1947 году, когда, выступая на лекции в Обществе индивидуальной психологии, заявил: «Решение социальных проблем выведет на первый план проблему духовную, сделает ее актуальной; только тогда человек сможет по-настоящему обратить внимание на себя и по-настоящему осознать наличие проблем в себе, собственную экзистенциальную проблему». Ему вторит Эрнст Блох, говоря: «Люди сталкиваются с такими тревогами, которые прежде они испытывали только перед лицом смерти».

Если бы мне пришлось вкратце остановиться на причинах, лежащих в основе этого экзистенциального вакуума, то, вероятно, я назвал бы два фактора: утрата инстинктов и утрата традиций. В отличие от животных, люди не руководствуются инстинктами, которые подсказывали бы им, что *нужно* делать; и современному человеку никакие традиции больше не подсказывают, что ему *следует* хотеть. И часто кажется, что он уже не знает, чего на самом деле *хочет*. Таким образом, он вынужден хотеть только то, что делают другие, или делать только то, чего хотят другие. В первом случае мы имеем дело с конформизмом, во втором — с тоталитаризмом; первый распространен в западном полушарии, второй — в восточном.

Но конформизм и тоталитаризм — не единственные последствия этого экзистенциального вакуума, еще одно — невротизм. Помимо психогенных неврозов, то есть неврозов в узком смысле слова, существуют также неврозы, которые я назвал ноогенными. Это неврозы, которые представляют собой не столько душевный недуг, сколько духовную потребность и нередко возникают из-

¹ Klitzke L.L. Students in Emerging Africa — Logotherapy in Tanzania // *American Journal of Humanistic Psychology*. — 1969. — № 9–105; Philbrick J.L. A Cross-Cultural Study of Frankl's Theory of Meaning-in-Life (данные об этой публикации найти не удалось. — *Прим. пер.*)

за глубокого чувства бессмысленности. В США психиатрический исследовательский центр разработал специальные тесты для диагностической дифференциации ноогенных неврозов. Джеймс К. Крамбо применил свой тест PIL (PIL — Purpose In Life, «Цель в жизни») в 1200 случаев. Проанализировав данные с помощью компьютера, он пришел к выводу, что ноогенный невроз — это действительно новая клиническая форма, которая не только диагностически, но и терапевтически выходит за рамки традиционной психиатрии. Статистические исследования, проведенные в Коннектикуте, Массачусетсе, Лондоне, Тюбингене, Вюрцбурге, Польше и Вене показывают, что ноогенными неврозами страдает примерно 20% населения.

В качестве комментария к факту распространённости (не ноогенных неврозов, а именно) случаев экзистенциального вакуума, я бы сообщил о статистической выборке, которую провёл некоторое время назад среди студентов медицинского факультета Венского университета. Результаты показали, что не менее 40% студентов приходилось на себе испытать это чувство бессмысленности. Среди моих американских слушателей таких было не 40%, а 81%.

Чем можно объяснить это расхождение? Редукционизмом, который доминирует в интеллектуальной жизни англосаксонских стран в большей степени, чем где-либо ещё. Редукционизм проявляется во фразе «ничего, кроме». Конечно, нам это тоже знакомо, и не только в последнее время. Не менее 50 лет назад мой преподаватель естествознания сказал: «Жизнь, в конечном счёте, есть не что иное, как процесс сгорания — процесс окисления». В этот момент я вскочил и с горячностью спросил его: «Ну и какой тогда смысл во всей этой жизни?» Разумеется, в данном случае редукционизм принял форму оксидации...

Но нам следует задуматься о том, что означает для молодого человека циничное объяснение, что ценности — это «не что иное, как защитные механизмы и реактивные образования», как утверждается в «Американском журнале психотерапии». Моя реакция на эту теорию формирования реакций была следующей:

что касается меня, я никогда, ни при каких обстоятельствах не согласился бы жить ради своих формирований реакций или умереть за свои защитные механизмы.

Я не хочу, чтобы меня неправильно поняли. В книге «Методы и мораль психотерапии» нам предлагают следующее определение: «Человек — не что иное, как биохимический механизм, приводимый в действие системой сгорания, которая питает энергией компьютеры»². Теперь, как невролог, я утверждаю, что совершенно правомерно рассматривать компьютер как модель, скажем, центральной нервной системы. Ошибка кроется именно в этом «не что иное, как», в утверждении, что человек — не что иное, как компьютер. Человек — это компьютер. Действительно, даже труды Канта и Гёте в конечном счёте состоят из тех же 26 букв алфавита, что и книги Куртс-Малер и Марлитт. Но это не имеет значения. Прежде всего, нельзя сказать, что «Критика чистого разума», как и «Тайна старой девы», — это не что иное, как набор тех же самых 26 букв. Если, конечно, мы не владельцы печатного станка...

В пределах своего собственного измерения редукционизм верен. Но только в пределах этого измерения. И это одномерное мышление как раз и является его крахом. Прежде всего, оно лишает его возможности найти смысл. Ведь тот факт, что смысл структуры выходит за рамки элементов, из которых она состоит, в конечном счёте означает, что смысл локализован в более высоком измерении, чем сами элементы. Таким образом, может случиться, что смысл ряда событий не отразится в измерении, в котором эти события происходят. Тогда события кажутся разобщёнными. Предположим, мы имеем дело с мутациями; они

² Полностью фраза звучит так: «Он представляет собой сложный биохимический механизм, работающий от автономной системы сгорания, которая обеспечивает энергией систему технического обслуживания, транспортную систему и высокоэффективные цифровые и аналоговые компьютеры с огромными возможностями хранения закодированной информации и скрытой ёмкостью для интеграции информации, разработки новых программ для анализа данных и управления основными операциями других систем». (London, Perry. *The Modes and Morals of Psychotherapy*. — N.Y., 1967). — *Прим. пер.*

кажутся простыми совпадениями, а вся эволюция не более чем случайностью. Всё зависит от плоскости пересечения. Даже синусоида, пересеченная плоскостью, перпендикулярной к плоскости, в которой она лежит, не оставляет в плоскости пересечения ничего, кроме пяти изолированных точек, не имеющих никакой связи. Другими словами, теряется синопсис, представление о высшем или более глубоком смысле событий — тех частей синусоиды, которые выходят за плоскость пересечения или остаются ниже неё.

Но вернёмся к ощущению бессмысленности: смысл не может быть дан. Давать смысл означало бы морализировать. *А мораль в старом понимании скоро устареет.* Рано или поздно мы перестанем морализировать, а начнем онтологизировать мораль — добро и зло будут определяться не через то, что мы должны или не должны делать, а скорее будем считать добром то, что способствует исполнению смысла, приписываемого и требуемого существом, а злом — то, что препятствует такому исполнению смысла.

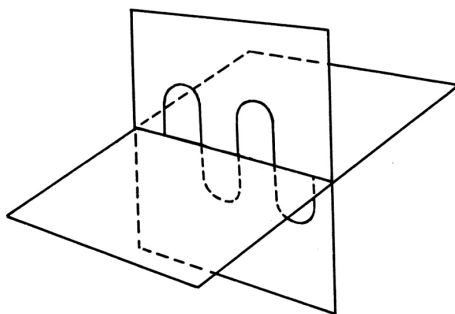


Рис.3

Смысл не может быть дан, но должен быть найден. Чернильному пятну Роршаха придаётся смысл — это процесс смыслообразования, посредством которого субъект (проективного) теста Роршаха «раскрывается»; но жизнь — это не придание смысла, а его нахождение. Жизнь — это не тест Роршаха, а визуальная голо-

воломка. И то, что я называю волей к смыслу, по-видимому, сводится к постижению формы (James C. Crumbaugh und Leonhard T. Maholick. The Case of Frankl's Will to Meaning // Journal of Existential Psychiatry — 4: 42, 1963). Сам Вертхаймер выражает схожую мысль, когда говорит о некоем требовании, присущем данной ситуации, более того, об объективном характере этого требования.

Смысл должен быть найден, но не может быть создан. То, что можно создать, — это либо субъективный смысл, простое ощущение смысла, либо — бессмыслица. И поэтому понятно, что человек, который больше не способен ни найти смысл жизни, ни изобрести его, бежит от этого чувства бессмысленности и либо создаёт бессмыслицу, либо субъективный смысл: если первое происходит на сцене — театр абсурда! — то второе возникает в состоянии опьянения, особенно вызванном ЛСД. Однако в этом состоянии опьянения он также рискует промахнуться мимо цели, жить оторванным от истинного смысла, от реальных задач внешнего мира (в отличие от чисто субъективного переживания смысла внутри себя). Это всегда напоминает мне подопытных животных, в гипоталамус которых калифорнийские исследователи вживляли электроды. Всякий раз, когда ток замыкался, животные испытывали удовлетворение, будь то половое влечение или чувство голода; в конце концов, они научились сами замыкать ток и тогда игнорировали настоящих партнёров и настоящую пищу, которые им предлагали.

Смысл не только нужно найти, но и можно найти, и совесть направляет нас в этих поисках. Коротко говоря, совесть — это орган смысла. Её можно определить как способность раскрывать уникальный и неповторимый смысл, скрытый в каждой ситуации.

Но совесть может и ввести нас в заблуждение. Более того, до самого последнего мгновения, до последнего вздоха мы не знаем, действительно ли мы реализовали смысл своей жизни или нас просто обманули: *ignoramus et ignorabimus*³. Тот факт, что мы

³ Лат.: «Не знаем, и не узнаем». — Прим. пер.

даже на смертном одре не узнаем, поддался ли наш орган смысла, наша совесть, в конечном итоге, заблуждению относительно смысла, также подразумевает, что совесть другого человека могла быть права. Но толерантность не означает безразличия, ибо уважение к убеждениям людей других вероисповеданий не означает отождествления себя с ними.

Мы живём в эпоху всепроникающего чувства бессмысленности. В нашу эпоху образование должно стремиться не только к передаче знаний, но и к развитию совести, чтобы люди были достаточно восприимчивы, чтобы уловить требование, заложенное в каждой конкретной ситуации. В эпоху, когда десять заповедей, кажется, теряют свою актуальность для многих, люди должны быть способны услышать 10 000 заповедей, заложенных в 10 000 ситуаций, с которыми их сталкивает жизнь. Тогда не только сама жизнь снова обретёт смысл, но и люди обретут иммунитет к конформизму и тоталитаризму — этим двум последствиям экзистенциального вакуума. Ибо только чуткая совесть делает человека стойким, чтобы он не поддавался конформизму и не склонялся перед тоталитаризмом.

В любом случае: сейчас, как никогда прежде, важно образование, воспитывающее ответственность. А быть ответственным означает быть избирательным, быть разборчивым. Мы живём в обществе изобилия, нас бомбардируют стимулами средства массовой информации, и мы живём в век противозачаточных таблеток. Если мы не хотим утонуть в потоке всех этих стимулов, в тотальной распушенности, мы должны научиться различать, что существенно, а что нет, что имеет смысл, а что нет, что можно оправдать, а что нет.

Дамы и господа! Я обращаюсь к вам не как философ, или, по крайней мере, не только как психиатр. Ни один психиатр, ни один психотерапевт — и даже логотерапевт — не может сказать человеку, в чём смысл жизни, но они, безусловно, могут сказать ему, что жизнь имеет смысл, более того: что она сохраняет этот смысл при любых условиях и обстоятельствах благодаря возможности находить смысл даже в страдании, преображать страдание на

человеческом уровне в достижение — одним словом, свидетельствовать о том, на что человечество способно, даже в неудаче... Или, другими словами, как писала Лу Саломе Зигмунду Фрейду, когда он «не мог примириться с конечностью существования»: важно то, что «способ страдания человека становится для нас знаком того, на что он способен».

На самом деле, логотерапевт действует не моралистически, а феноменологически. И действительно, мы не выносим оценочных суждений о каких-либо фактах, а скорее устанавливаем факты о ценностном опыте обычного человека — именно он всегда знал, в чём истинный смысл жизни, работы, любви и, что не менее важно, мужественно перенесённых страданий. И если это действительно так, как утверждает Пол Полак: логотерапия в своей теории переводит самопонимание обычного человека на научный язык, то можно сказать, что на практике она должна переводить свои знания об этих возможностях обретения смысла жизни обратно на язык повседневной жизни. Повторюсь: феноменология переводит эти фундаментальные знания на научный язык, а логотерапия затем переводит полученные таким образом знания обратно на язык обычного человека, и это действительно возможно.

Профессор Фарнсворт из Гарвардского университета однажды, читая лекцию в Американской медицинской ассоциации, сказал: «Медицина сейчас сталкивается с задачей расширения своей функции. В период кризиса, подобный тому, что мы сейчас переживаем, врачи по необходимости должны заниматься философией. Серьезнейшая болезнь нашего времени — бесцельность, скука, отсутствие смысла и цели». Таким образом, врачи сегодня сталкиваются с вопросами, которые на самом деле не являются медицинскими, а скорее философскими по своей природе, и к которым они вряд ли готовы. Пациенты обращаются к психиатрам, потому что сомневаются в смысле своей жизни или даже отчаялись найти какой-либо смысл в жизни вообще. Было бы просто следовать совету Канта применять философию как форму медицины. Если она вызывает отвращение, то возникает подозрение,

что это проистекает из страха столкнуться с собственным экзистенциальным вакуумом.

Конечно, можно быть врачом, не заботясь о таких вещах, но тогда можно повторить то, что сказал Поль Дюбуа в аналогичном контексте: тогда человек отличается от ветеринара только в одном отношении — в клиентуре.

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru