Автор: Тарасенко О. (Россия)

Аннотация

Это статья — подарок, вдохновенный призыв, утешение, свидетельство, ключ... Автор статьи Ольга Владимировна Тарасенко — экзистенциальный психотерапевт. Она делится своим уникальным опытом поиска смысла жизни и страдания, творчески анализируя созвучное наследие русских религиозных экзистенциальных философов. И как мученики за Христа засвидетельствовали своею кровью истинность Православной Веры, так и автор, оказавшись на грани жизни и смерти, свидетельствует своим душевным трудом о величайшей ценности испытаний, отрезвляющих, призывающих и помогающих начать жить подлинной жизнью, к которой только и призван человек, создавая себя по образу и подобию Божию, в процессе выполнения даже самых скромных дел.

Ключевые слова: смысл жизни; экзистенциальная психотерапия; русские религиозные экзистенциальные философы; вера; жизнь; испытание; страдание; совесть.

Я сейчас вспоминаю страшные часы после операции, когда я проснулась и поняла, что у меня полностью не работает левая рука, и в самом начале судороги были частые, и никого не было рядом. Никто не мог успокоить и объяснить, в чем дело (хотя логически, как медик, я много понимала, но легче не было). В этот вечер я поняла и узнала, что такое настоящий ужас одиночества и отчаяния. Я ненадолго задремала и услышала очень громкий глубокий голос: «Ну что, ты и после этого веришь в Бога?» Я без малейшего колебания очень твердо ответила: «Да». ...Сейчас я понимаю, что твердость моего «Да» испытывалась все эти годы.

(Из письма А.Е. Алексейчику. 2004 г.)

Нельзя просить о возвышенном

Этого тебе не дадут

А маленькими шагами

Как ребенок иди вперед

И благодари, благодари, благодари

Дари, дари и тебе подарят

Радости мгновения

Только ты их проживи

Проживи не спеша и не торопясь

Тебе некуда торопиться

О. Тарасенко, 15 декабря 2004 г., группа молчания, утро. Семинар в Суздале.

«Только ты их проживи» — иллюстрирует Олина любимая старушка из начала первой серии «17 мгновений весны» — самое начало. Оля мне ее показала, мы вместе смотрели прошлой осенью...

М. Богданович

В самом начале я хочу выразить благодарность организаторам конференции за приглашение и возможность выступить здесь с докладом.

Особенная благодарность Римасу Кочунасу, который является моим первым учителем в направлении экзистенциальной психотерапии. Также Александру Ефимовичу Алексейчику и Марку Евгеньевичу Бурно, которых я считаю своими учителями, и это для меня большая честь и большая ответственность.

Мне хочется в самом начале сказать о том, почему я выбрала именно эту тему — «Смысл Жизни». Это может показаться банальным, ведь об этом достаточно много написано и сказано, и есть целое направление «Логотерапия», основателем которого является уже

упомянутый Виктор Франкл, и именно с его работ я начала свое знакомство с экзистенциальной психотерапией.

Почему же сейчас снова о смысле жизни?

Здесь есть две причины.

Одна из них больше связана с моей собственной судьбой и с теми вопросами, которые я в данный момент задаю себе и пытаюсь на них ответить. Задавать себе эти вопросы я начала в связи с испытаниями в моей жизни, которые подвигают меня к пониманию того, что такое экзистенциальная психотерапия и что такое «Жизнь, как она есть на самом деле» (С. Франк).

Вторая причина выбора темы доклада — это безграничное уважение и восхищение вкладом наших русских философов в развитие экзистенциальной психотерапии. С большой любовью назову их имена: Бердяев, Трубецкой, Владимир Соловьев, Лев Шестов, Семен Франк, Павел Флоренский. Это, конечно, не все наши мыслители...

Хочется говорить об этом сегодня, так как вклад наших экзистенциальных философов в развитие экзистенциального, гуманистического направления неоспоримо велик, но несмотря на это приоритет отдается западным философам.

И в конце выступления я бы хотела сказать о том, что связывает первую и вторую причины. Все серьезные работы о смысле жизни были написаны в периоды либо личных, либо общественных потрясений: Е. Трубецкой, 1918 год — «Смысл жизни»; С. Франк, 1925 год — «Смысл жизни»; В. Франкл — после второй мировой войны.

Когда человек стоит перед реальной угрозой собственной жизни, тогда для него и возникает этот, с точки зрения Семена Франка, единственный в мире вопрос о смысле бытия.

В своем докладе я в основном буду обращаться к трем авторам. Это Семен Франк, Евгений Трубецкой и Виктор Франкл, но будут ссылки и на Д. Мережковского, который к психотерапии не имеет никакого отношения, и на Льва Шестова. Ссылки на этих уважаемых авторов, надеюсь, помогут мне преодолеть собственные трудности в изложении материала и достучаться до ваших сердец. Я повторюсь: «до ваших сердец» — потому что многие вещи, о которых я буду говорить, можно услышать только сердцем. Конечно, это касается и меня лично, так как многое из сказанного — это тесное переплетение моей жизни, слов великих философов и психотерапевтов. Из своей собственной психотерапевтической практики я знаю, что для того, чтобы «соприкоснуться с судьбой другого человека» — необходимое условие для начала любого психотерапевтического контакта (будь это консультация, коррекция или психотерапия) — это приоткрыть свое сердце и поверить. Вопрос веры обязательно встает — если не в процессе работы, то для самого психотерапевта. Вера в человека (как говорил Эрих Фромм), вера в знания (современный клиницизм), вера в Бога...

Дело в том, что все авторы, которых я упоминала вначале, относятся к так называемым религиозно-экзистенциальным философам. Вы знаете, что существует деление экзистенциальной философии на религиозную и атеистическую (Хайдеггер). Почти все представители русской экзистенциальной школы являются религиозными философами. И поэтому мне нелегко на научной конференции (где в докладе, по моему ощущению, все должно быть логически красиво аргументировано, выстроено в систему) опираться на факты, на первый взгляд иррациональные, не на логику, а на веру, которая является, по Бердяеву, «обличением вещей невидимых».

Но это обличение невидимых вещей иногда столь очевидно, что я все-таки рискну говорить здесь об этом.

Поможет мне начать Дмитрий Сергеевич Мережковский (литератор и религиозный человек, который глубоко переживал то, что творилось в России в начале XX столетия). Он говорил о религии в «Тайне трех»: «Попробуйте войти в современное приличное общество и перекреститься: в лучшем случае вас примут за сумасшедшего, а в худшем — за шарлатана». В этом и состоит основная трудность. Никто из присутствующих не хочет быть ни сумасшедшим, ни шарлатаном. Я думаю, в экзистенциальной философии чаще обращаются к философам-атеистам, для того чтобы сохранить видимость научного подхода. А зачем? И какой в этом смысл? Разве ответила наука и логика хотя бы на один вопрос, касающийся человеческой души?

Лев Шестов говорит в своей работе «Апофеоз беспочвенности»: «Наука покорила человеческую душу не тем, что разрешила все ее сомнения, и даже не тем, что она, как

это думает большинство образованных людей, доказала невозможность удовлетворительного их разрешения. Она соблазнила людей не своим всеведением, а житейскими благами, за которыми так долго бедствовавшее человечество погналось с той стремительностью, с какой измученный продолжительным постом нищий набрасывается на предложенный ему кусок хлеба».

Чем больше этот самый добытый кусок хлеба, «...чем спокойнее, чем более размерена и упорядочена внешняя жизнь, чем более она занята текущими земными интересами и имеет удачу в их осуществлении, тем глубже та душевная могила, в которой похоронен вопрос о смысле жизни... Большинство людей прячутся от него, находя величайшую жизненную мудрость в такой «страусовой политике»... Средний европеец... как будто совсем не интересуется более этим вопросом и потому перестал и нуждаться в религии, которая одна только дает на него ответ. Русские и в прежние времена... по причине неустроенности, неналаженности нашей внешней, гражданской, бытовой и общественной жизни больше мучились вопросом о смысле жизни» (С. Франк).

Семен Франк писал свою работу после революции 1917 года и гражданской войны, которая кардинально изменила жизнь очень многих наших соотечественников. Но вместе со всей «ненормальностью» происходящего «...мы впервые познали истинное, вечное существо жизни». Похоже на реставрацию икон,когда с поверхности слетает все чуждое, наносное, вся эта пыль, и проступает настоящее и начинает светиться. «Жизнь, как она есть на самом деле». И как замечательно говорит Семен Франк о вопросах, которые встают перед человеком лишь в периоды испытаний: «...Все кумиры, соблазнявшие и слепившие нас прежде, рушатся один за другим, изобличенные в своей лжи... Остается жизнь, сама жизнь во всей своей неприглядной наготе, со всей своей тягостностью и бессмысленностью — жизнь, равносильная смерти и небытию, но чуждая покоя и забвения небытия.

Та, на Синайских высотах поставленная Богом через древний Израиль, всем людям и навеки задача: «Жизнь и смерть предложил Я тебе, благословение и проклятие: избери жизнь, дабы жил ты и потомство твое» — эта задача научиться отличить истинную жизнь от жизни, которая есть смерть — понять тот смысл жизни, который впервые вообще делает жизнь жизнью...» и эта задача в период общественных и личных катастроф стоит перед каждым с неумолимо-грозной очевидностью». И я на собственном опыте говорю, что это правда, и, «когда ты впал в руки Бога живого» — вопрос смысла собственной жизни становится главным и «...нельзя уклониться от обязанности его разрешения».

Когда задаешь или, как говорит Семен Франк, жизнь сама тебе задает вопрос о смысле жизни, то появляются вопросы о смысле страданий. Когда я читала воспоминания Виктора Франкла о собственном опыте пребывания в концентрационных лагерях «Опыт переживаний в концентрационном лагере», меня потрясла фраза Достоевского: «Больше всего я боюсь в жизни быть недостойным своих страданий». Есть фразы, в которых есть Истина. Эти фразы сразу поднимают тебя на высоту, и ты как будто сверху смотришь на себя строгими глазами Того, кому все видно. И чувство блаженства, если достоин, и стыда, если нет, появляются в душе твоей как подарок или как наказание, и в этом случае не оправдаешься. Нерелигиозные люди называют это словом «Совесть».

Евгений Трубецкой в своей работе «Смысл жизни» говорит о человеке как единственном на земле существе, который может принять откровение совести, «...ибо в совести объединяется и ум, и сердце. В ней выражается духовный подъем всего человеческого естества. Именно в силу этого подъема... над ощущением, над чувством, над аффектом человек может сочетаться с Богом не узами инстинктивного влечения, а теми узами сознательной духовной солидарности, которые преображают и жизнь душевную...». В. Франкл также говорит о том, что Фрейд и Юнг были не правы, когда отнесли Божественное, духовное в человеке к области инстинктивного влечения, к «Ид» или «Оно».

Но дальше Трубецкой говорит, что «для того, чтобы правильно мыслить, мы должны отвлечься от всех присущих нашему уму психологических границ». «Наша смертная мысль всегда находится в процессе искания смысла» — утверждает Трубецкой. Живя во время великих потрясений для своей страны, он с глубокой верой говорит «о положительном значении катастрофического в мире, о связи глубочайших откровений с крушением человеческого благополучия. Про любую катастрофу, личную или общественную, он говорит, что в ней суд Божий проявляется как острый меч, отделяющий и рассекающий живое и мертвое, смысл и бессмыслицу».

Убеждена, что «Смысл жизни» Е. Трубецкого вдохновил и авторов, которые шли следом за ним, и психотерапевтов экзистенциального направления. А что касается психотерапии, то можно вспомнить, что в одной из своих работ Владимир Соловьев сравнивает скучную для него работу с работой послушника, выметающего сор из монастырской ограды, Трубецкой говорит, что «Есть бесчисленное множество будничных серых человеческих дел, которые напоминают это выметание сора: всеми этими делами создаются, разумеется, ценности в высокой степени относительные временные. Но когда в эти серые дела человек вносит религиозное послушание и служение, когда он вкладывает в них чувство беззаветной любви к Богу, к родине или даже просто к близким людям, о которых он заботится, он тем самым созидает нечто неумирающее и бесконечно дорогое, что навеки останется».

«Создавая относительные ценности, человек, сам того не замечая, делает нечто другое, неизмеримо более важное: он определяет себя самого, выковывает тот свой человеческий образ... по образу и подобию Божию, и это есть то подлинное, субстанциональное и творческое дело, к которому призван человек».

Мое прочтение, а точнее будет сказано, проживание каждой работы было важно для меня: во-первых, с точки зрения нового познания, высвечивания чего-то нового в своей

душе, сравнения своего опыта и того, как я обозначала для себя определенные этапы в жизни, поиск смысла страданий и сравнения или

нахождения созвучия с тем, как это видели, проживали, чувствовали другие люди. Это было значимо для меня, как для психотерапевта (экзистенциального психотерапевта).

Одной из причин моего выживания и того, что придает моей жизни смысл в самые беспросветные, тяжелые минуты является понимание того, что мой опыт борьбы за жизнь уникален, и кроме меня никто так жить не будет и так не жил. Говоря словами В. Франкла, «Роман», который прожил человек, всегда является несравненно большим творческим достижением, чем тот, который кто-либо когда-либо написал».

Я могу помочь и уже реально помогаю людям, которым трудно (трудно по-разному) преодолевать что-то в себе (инертность, лень, отчаяние, ощущение бессмысленности происходящего) и идти дальше.

Очень много созвучного своему опыту я нашла и в том, как описывает В. Франкл свою лагерную жизнь — сон, приносящий забвение и пробуждение к тяжелой реальности, в которой нужно жить. Очень благодарна В. Франклу за слова Ницше, которые он привел в своей работе — я взяла их себе на вооружение: «То, что нас не убивает, делает нас сильнее». Я думаю, что работа В. Франкла «Опыт переживаний в концентрационном лагере» действительно делает человека сильнее, очищая от всего наносного, суетного,

ненужного, помогает возрождать духовность.

Для многих «новых русских» с «ноогенным неврозом» (это у тех, у которых все есть, но они не знают, для чего они сами) и у которых еще не совсем атрофировались мускулы души, эта книга может стать «настольной». Да я думаю, что и не только для «новых русских».

Ближе к концу доклада будет уместно вспомнить, что одним из ключевых слов в его названии было слово «анализ». Однако это все-таки субъективный анализ, и я хочу отметить, что желание воздвигнуть здание очередной системы, все упорядочить, разложить по полочкам вызывает у меня внутренний протест, ведь речь идет о человеческой душе.

Тенденцию строить системы обозначает и одновременно развенчивает Лев Шестов в «Апофеозе беспочвенности». Для меня очевидно, что если только мыслитель пытается начать строительство, он теряет что-то настоящее в погоне за построением системы. Я видела это и тогда, когда В. Франкл строил здание экзистенциального анализа, и в работе Евгения Трубецкого (может быть это были те места, которые не созвучны мне или я еще до них не доросла?).

Анализируя собственные переживания по поводу прочитанного, а также то, что в жизни может «задеть меня за живое», я понимаю что это, как правило, те вещи, которые

«узнаваемы сердцем», и не нужно калечить свои мозги и деформировать души для того, чтобы втиснуться в красивую, но чуждую тебе систему.

Все работы, которые я здесь упоминала, принадлежат, вне всякого сомнения, перу людей, которые, пройдя через все страдания, посланные им судьбой, приобрели огромный ценный опыт и, что еще более важно, поделились им с нами (записи клиентами своих переживаний).

Все три автора сходятся в одном (есть, конечно, и другие точки соприкосновения): человеческие страдания имеют безусловный смысл. Вначале все задают примерно один и тот же вопрос, который часто задают подростки, начинающие осмыслять то, что происходит внутри и вне их, клиенты, находящиеся в состоянии кризиса или (по определению В. Франкла) люди, страдающие «ноогенным неврозом».

С. Франк задает его так: «Кому и для чего нужны наши страдания, наши немощи, наша слепота? Раз они есть, жизнь все-таки бессмысленна, и нельзя найти ей никакого оправдания. И зачем вообще нужно было существование этого бессмысленного мира? Отчего Бог не мог сотворить человека к вселенской жизни так, чтобы она сразу раз и навсегда была в нем, была проникнута Его благодатью и Его разумом?» Но в том то и дело, что человек свободен и в поиске смысла жизни.

С. Франк: «Смысл жизни не дан — он задан». Как вопрос, как задача, которую ты долго

и мучительно решаешь, но сколько блаженства, когда ты ее наконец решил, и ведь чем труднее задача, тем больше радость.

В. Франкл видит смысл жизни как постоянно изменяющийся, но никогда не исчезающий. Реализация смысла жизни по логотерапии возможна тремя способами: 1) через деятельность; 2) через переживание ценностей; 3) через страдание. Смысл жизни не изменяется, это нечто постоянно существующее и достигнутое человеком, и то, к чему он стремится.

С. Франк: «Добро, полнота блаженной удовлетворенности, вечность, как и свет истины — все то, что нам нужно для того, чтобы наша жизнь обрела смысл...»

Е. Трубецкой: «Среди обреченной огню действительности душа жаждет положительного смысла, ради которого стоит жить; она ищет жизни, достойной вечности. И смысл этот открывается не вопреки всеобщему горению, а в нем самом и благодаря ему».

Да, действительно, в таком мучительном горении, а не в благополучном существовании «именно существует человек». Я согласна с этим как человек, но на этом мировоззрении и стою — как психотерапевт. И, сама переживая тяжелые дни, понимаю, сколько терпения и мужества необходимо клиенту для того, чтобы ответить, казалось бы, на простой и банальный вопрос: «В чем смысл моей жизни?» и, заставляя свою душу

трудиться, отвечать на него всю свою жизнь.

С. Франк: «Высшая, последняя Истина постигается в христианстве через преодоление истины низшего порядка — чувственного и логического — и имеет силу вопреки им».

* * *

«И теперь мы понимаем, что наши жалобы на бессмысленность жизни, на невозможность обрести в ней смысл, по крайней мере, отчасти, просто неправомерны. Жизнь имеет смысл, и этот смысл легко и просто осуществим для каждого из нас, ибо Бог с нами, в нас».

«Он здесь теперь. Средь суеты случайной

В потоке мутном жизненных тревог,

Владеешь ты всерадостною тайной

Бессильно зло. Мы вечны. С нами Бог»

(Владимир Соловьев)

«Кто этого не видит и не замечает, тот сам виноват — его глаза слишком близоруки, его внимание слишком слабо и не сосредоточенно... Выдранные из книги клочки страниц бессвязны, и в темноте ничего нельзя увидеть».

Мы забываем, что пути Господни неисповедимы. Откуда мы знаем, что то, что мы считаем благом и разумом, подлинно благостно и разумно?

В минуты духовного просветления нам становится очевидно, что все беды, страдания, зло — это проявления любви и мудрости Бога».

Разве знает потенциальное золото с огромным количеством ненужных шлаков, когда оно в плавильной печи избавляется от них, становясь настоящим золотом — что это делается ему во благо. То преображение человека, который начинает изнутри светиться светом добра, истины и познания, позволяя Божественному началу проявиться в себе — гораздо ослепительнее, и это не сравнить ни с каким золотом мира.

Со мной согласятся психотерапевты, психологи, у которых на глазах происходило подобное преображение — «когда глаза начинали видеть солнце», лицо светиться, и он обретал веру. Для меня это всегда чудо, несравнимое ни с чем, и я понимаю, что лишь помогаю, причастна, а все остальное, происходящее на моих глазах, — это Тайна, и я с благоговейным трепетом останавливаюсь на пороге.

«Жизнь же есть действенность, творчество, самопроизвольное расцветание и созревание изнутри, из собственных глубин».

«Готовый смысл жизни нас бы не удовлетворил, каждому из нас надо его искать, этот смысл должен быть в самой жизни, должен ей принадлежать, он сам должен быть живой».

* * *

«...Мы глубочайшим онтологическим образом связываем себя со всем, живущим на земле и, прежде всего, — с нашими ближними и их судьбой» («Возлюби ближнего, как самого себя»).

* * *

«...Для того, чтобы пропагандировать идеи... надо их иметь, для того, чтобы творить Добро, надо его иметь».

* * *

«...Дух действует на расстоянии, и сердца человеческие связаны между собой иным способом, чем через действие звуков глотки одного человека на барабанную перепонку другого...»

* * *

Не служение миру, а служение Богу. «И каждое мнимое человеческое благо — любовь к женщине, богатство, власть, семья, родина, — использованное, как служение, как путь к истинной жизни, и, озаренное лучами «света тихого», теряет свою суетность, свою иллюзорность и приобретает вечный, т.е. подлинный смысл».

«Сердце человека есть точка скрещения двух сил: мира и Бога, мирского и божественного».

В. Франкл «Смысл жизни»

Говоря об отношении человеческого мира к сверхмиру, он приводит слова Шлейха: «Бог сидел перед органом возможностей и импровизировал мир. Мы, простые смертные, из этих звуков слышим лишь человеческий голос. Если уж он прекрасен, то каким великолепным должно быть все мироздание!»

Очень похоже, но по-разному, говорят В. Франкл и С. Франк.

У Франка это благоговение — соединение ужаса с любовной радостью. У Франкла очень похоже, когда он говорит об ответственности: «Мы углубляемся в сущность человеческой ответственности, нас охватывает ужас. Есть что-то ужасающее в ответственности человека, но одновременно и что-то великолепное!»

* * *

Семен Франк: главная задача — «научиться отличать истинную Жизнь от жизни, которая есть смерть». Смысл жизни как почва для жизни каждого человека.

«Бессмысленность есть тьма и слепота, «смысл» есть свет и ясность, и осмысленность есть совершенная пронизанность жизни ясным, покойным, всеозаряющим светом».

«Наша эмпирическая жизнь есть обрывок: сама для себя, без связи с неким целым, она также мало может иметь смысл, как обрывок страницы, вырванной из книги».

Единственный смысл, нами постигнутый есть уяснение смысла мировой «истории, как общечеловеческого религиозного воспитания через ряд горьких разочарований, обличающих суетность всех земных человеческих упований и мечтаний».

«Пусть мы бессильные пленники этого мира и наш бунт — бессмысленная по своему бессилию затея, но все же мы только его пленники, а не граждане, у нас есть смутное воспоминание об иной, подлинной нашей родине, и мы не завидуем тем, кто мог совсем о ней забыть, а испытываем к ним лишь презрение или сострадание, несмотря на все их жизненные успехи и все наши страдания».

«Ты создал нас для Себя, и неспокойно сердце наше, пока оно не найдет Тебя» (Блаженный Августин).

С. Франк: «Добро, полнота блаженной удовлетворенности, вечность, как и свет истины — все то, что нам нужно для того, чтобы наша жизнь обрела смысл...».

Е. Трубецкой «Смысл жизни»: «Высшее центральное и объединяющее чувство, вносящее мир и успокоение в нашу душу, есть благоговение... оно есть непосредственное единство страха и любовной радости. В нем мы открываем, что безмерные глубины жизни несут нашей душе не слепое и парализующее нас чувство безысходного ужаса, а радостное сознание величия и неизъяснимой полноты бытия, и что радость, счастье, покой, по которым мы томимся, суть не мечта, не бегство от бытия, а первооснова самых неисповедимых глубин бытия. Благоговение есть страх, преодоленный любовью и насквозь пропитанный и преображенный ею».

У С. Франка много раз мы встречаемся с понятием Богочеловечества, Богочеловека. Когда Евгений Трубецкой вплотную подходит к рассмотрению вопроса о смысле жизни, я впервые встречаюсь с такими сравнениями современного человечества, как «зверя, выходящего из бездны», «усовершенствованного зверя» (события в США), который попирает всякий закон — и Божеский, и человеческий. К этому результату ведут головокружительные успехи современной техники с одной стороны, и столь же головокружительно быстрое падение человека, человечества с другой стороны. Звериное начало утверждает себя как безусловное начало поведения, которому должно быть подчинено все в человеческой жизни. В особенности современное государство с

его аморализмом, с его стремлением использовать всю культуру как средство для осуществления животных целей коллективного эгоизма, являет собой воплощенное начало зверочеловечества.

Итак, оба, С. Франк и Е. Трубецкой, беспокоясь о судьбе человека, задаваясь вопросом смысла жизни, освещают этот вопрос с двух полярных сторон.