Автор: Леонтьев Д. (Россия)

В Талмуде сказано: «Время не проходит, время стоит. Проходите вы». Время — это характеристика именно нашего существования, а не чего-то, что проходит мимо нас.

Три взаимосвязанных понятия образуют неразрывный узел: время, жизнь, изменение. Время — это метрика человеческой жизни. Жизнь не может не быть иначе, как во времени. Убийство времени поэтому есть форма самоубийства, медленного саморазрушающего поведения. Изменение — это критерий жизни, живое отличается от мертвого именно тем, что всегда может быть иным (Мамардашвили, Бюджентал). И вместе с тем изменение есть признак времени: «время — это то, чем предмет отличается от самого себя» (Мамардашвили).

Человек — единственное живое существо, которое способно рефлексивно отделить себя от мира, от собственной жизни, от времени, заняв по отношению к ним осознанно выбранную позицию. Но способно — не значит обязательно делает это. Объективно во времени пребывает все сущее в том смысле, что и с человеком, и с галактиками происходят изменения, и на основании анализа изменений ученые датируют те или иные события во Вселенной. Однако человеку дано пребывать во времени также субъективно, он обнаруживает себя во времени.

Опять же — не каждый и не сразу. Отдельная проблема, заслуживающая серьезного изучения — когда, на основании каких предпосылок и при каких условиях человек обнаруживает себя во времени, и чем живущие во времени отличаются психологически от живущих вне времени. Жить во времени означает ощущать себя в процессе перехода из прошлого через

настоящее в будущее, а мира — в процессе перехода из будущего через настоящее в прошлое. Человек и мир движутся в противоположных направлениях, и встреча их мимолетна, но в ней и происходит жизнь. Жить во времени — значит жить в движении, в изменении, значит просто жить. Нет времени «подлинного» и «не подлинного», можно просто жить либо во времени, либо вне его.

Вне времени живут те, у кого не получается интегрировать прошлое, настоящее и будущее в единый процесс встречного изменения себя и мира. Они попадают в одну из ловушек расчлененного времени — в ловушку прошлого, ловушку настоящего, либо ловушку будущего. Фиксация на прошлом – человек живет в основном воспоминаниями, переживаниями, когда будущее страшит, а существовать в настоящем не хватает смелости, может быть силы. В прошлом при этом может быть что-то хорошее, а может, наоборот, плохое, что человека цепляет, к чему человек привязывается и не может от этого освободиться. Фиксация в настоящем — жизнь только здесь и теперь, в данном моменте. Это означает действительно присутствие в настоящем, чувствительность к себе, многие подходы в психотерапии делают акцент на том, чтобы восстановить способность человека ощущать себя в настоящем. Но абсолютизация настоящего приводит к тому, что человек оказывается неспособным построить свою жизнь во внешнем мире в соответствии со своими желаниями. Оказывается трудно планировать действия, строить, структурировать жизнь. Остается только реагировать на стимулы. Уход в будущее — человек в такой степени уходит в планы, что они оказываются оторванными от настоящего, и когда он возвращается в реальность, он теряет чувствительность к тому, что есть. Главное — интеграция, структура связи. Не само по себе прошлое, настоящее или будущее, а их связь.

Вне этой связи, вне времени живут не только очень многие

индивиды, но и целые социальные группы и культуры. В нашей стране, в нашей культуре всегда были с этим проблемы, хотя мало где проблем такого рода не было совсем. Тем не менее, жизнь вне времени в хронической форме — диагноз нашей страны, диагноз электората, диагноз культуры. Что уж говорить об отдельно взятых предпринимателях и политиках… Конечно, и у нас есть немало мест, где течение, пульс, бег времени ощущается очень активно. Но вопрос, удастся ли стронуть то, что стоит или, напротив, скорее затормозить то, что движется, пока открыт.

Место, роль, значение времени в жизни человека может быть разным и рассматриваться на разных уровнях. Я уже отметил, что наиболее фундаментальное различение возникает, когда мы воспринимаем зазор между своим Я и своей жизнью, деятельностью, временем, и вследствие этого можем занять по отношению к своему времени разную позицию и по-разному к нему отнестись, причем отнестись активно. Это важнейшая предпосылка овладения собственным временем. Наиболее ярким базовым феноменом овладения временем является феномен паузы — паузу между стимулом и реакцией Р.Мэй оправданно рассматривает как средоточие человеческой свободы. Другим проявление того же самого является отсрочка удовлетворения, которая в необихевиористской традиции рассматривается как главный индикатор личностной зрелости. Овладение временем собственной активности есть важнейшая сторона овладения этой активностью, ее опосредствования и произвольного выстраивания.

Более сложным, но вторичным проявлением активной позиции по отношению к времени является структурирование времени. Структурирование времени есть соотнесение единиц планируемой деятельности с единицами временной шкалы. Этот процесс правомерно рассматривать как деятельность, имеющую свою структуру, генезис, внешние и внутренние средства, которая

постепенно осваивается в процессе индивидуального развития, сворачивается и переходит из внешней во внутреннюю форму в процессе ее совершенствования, однако и в развитых формах опирается на внешние средства (календари, часы, будильники, записные книжки, органайзеры, таймеры и др.). Сравнение разных культур и субкультур отчетливо высвечивает культурно-историческую природу деятельности структурирования времени.

Ключевая функция времени как объекта активного произвольного отношения есть функция ресурса определенной деятельности. Когда мы говорим, что у нас нет времени, это не значит, что нет времени вообще. Это значит, что нет времени для чего-то, а для другого оно есть. Подразумевается, что те ресурсы, которыми я располагаю, ограничены, и встает вопрос о приоритетах. Я направляю имеющееся у меня время на одно и не направляю на другое. Лет 20 тому назад, случайно проходя мимо включенного телевизора, я увидел, что там давал кому-то интервью Сергей Владимирович Образцов, наш знаменитый артист-кукольник. Журналист спросил у него: «Как Вы все успеваете, откуда у Вас на все есть время?» — «Вы знаете, — ответил Образцов, — я успеваю именно потому, что у меня времени не хватает. Если бы у меня время было, я бы ничего не успевал». Вдумайтесь в гениальный ответ артиста. Когда есть время — это означает, что нечего делать. Когда есть неиспользуемые ресурсы времени — это означает, что жизнь человека не заполнена в настоящее время. Искусственное наполнение, как любой наркотик, никогда не помогает. Деятельность развлечений пытается выполнить эту функцию, но когда она выходит за границы культурно нормированной ситуации праздника и превращается в повседневность, она девальвируется. Ученица Франкла Э.Лукас в своей диссертации обнаружила, что признаки экзистенциального вакуума (сниженной осмысленности жизни) обнаруживает, помимо

невротиков, психотиков, алкоголиков, наркоманов, суицидентов и преступников, также публика, гуляющая в Пратере — центральном венском парке отдыха и развлечений.

И наоборот, когда время в дефиците, оно используется гораздо более эффективно, чем когда его много. Это правило относится, впрочем, не только к времени, но и к любым ресурсам. По моему убеждению, оно имеет силу всеобщего экзистенциального закона, который я называю законом Образцова: осознание дефицита любого ресурса повышает эффективность его использования. Когда за воду, газ или электричество платят достаточно большие деньги, как на Западе, их используют очень аккуратно, с большой отдачей, а когда почти ничего платить не надо, течет из всех щелей и никто внимания не обращает. То же происходит и с временем. Закон Образцова объясняет и то, почему переживание реальности смерти приводит к повышению ответственности за свою жизнь: приходит осознание жизни как ограниченного ресурса.

С этим связаны и основные изменения при переходе от социализма к капитализму. Если в силу ограничений на многие формы деятельности при социализме время для подавляющего большинства работающих не было дефицитным ресурсом, то сейчас, при одновременном росте и возможностей и необходимостей, связанных с обеспечением приемлемого уровня существования, время стало гораздо более дефицитным ресурсом. Оно не стало более или менее реальным, оно меняется на другие ценности так же, как и раньше, как и в других местах, просто его не хватает. И встает проблема выбора и более жестко, чем раньше, проблема отказа. Как в магазине, имея определенную сумму денег, можно купить только то, на что ее хватит, так и в жизни вопрос осознания приоритетов и отказа от остального стоит сейчас острее, чем раньше. Хотя это, пожалуй, в большей мере вопрос не исторического времени, а индивидуального —

кризиса среднего возраста.

Превращение времени в дефицитный ресурс означает его укорачивание, оно летит очень быстро. С одной стороны, это не так уж плохо. Много лет назад, анализируя разные экспериментальные исследования, связанные с проблемой субъективного переживания времени, я обнаружил, что переживание длительности времени зависит от того, в какой роли время выступает. Если время выступает как используемый ресурс, как время в которое мы что-то содержательно делаем, оно субъективно укорачивается — мы воспринимаем время как проходящее быстрее чем на самом деле. Когда время выступает в роли барьера, когда наша осмысленная активность находится за пределами данного отрезка времени, и это время характеризует некоторую преграду, которую надо преодолеть, оно субъективно удлиняется, течет медленнее.

Функция барьера, проведения времени — это небытие времени, точнее его отрицание. Функция ресурса — это приватизированное бытие времени, его бытие, подчиненное нашей деятельности. Но есть и функция времени как измерения автономного бытия мира, движущегося нам навстречу. Мы переживаем ее, когда мы не накладываем на время своих смыслов и целей, ни находящихся в настоящем, ни находящихся в будущем. Открытость миру, готовность увидеть в нем то, что есть, одновременно означает и открытость времени как его важнейшему измерению. Это уже не наше время, это время, которое мы отдаем миру, получая взамен сам мир. Мы в этом случае отказываемся от овладения временем, напротив, подчиняемся ему.

«Открытое» время неструктурированного принятия мира и «закрытое» структурированное время, используемое как ресурс индивидуальной или групповой деятельности, было бы

неправильно противопоставлять друг другу. Это циклически сменяющие друг друга формы существования и нарушение баланса в пользу любой из них в равной степени непродуктивно, если исходить из целостного взгляда на бытие человека в мире.

Ищите не время, а себя во времени.