

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	6
Философские основания логотерапии.....	9
Экзистенциальная динамика и невротическое бегство.....	25
По ту сторону самореализации и самовыражения.....	40
Логотерапия и экзистенция.....	53
Динамика и ценности.....	58
Психиатрия и поиск смысла.....	67
Логотерапия и вызов страданию.....	80
Групповые психотерапевтические опыты в концентрационном лагере.....	87
Коллективные неврозы наших дней.....	96
Экзистенциальный анализ и димензиональная онтология.....	113
Парадоксальная интенция: логотерапевтическая техника.....	121
Психотерапия, искусство и религия.....	138
Лечение методом парадоксальной интенции.....	154
Логотерапия В. Франкла. В качестве послесловия.....	175
Примечания.....	180

## ПРЕДИСЛОВИЕ

В этой книге содержатся, главным образом, мои работы по логотерапии, изданные за последние несколько лет. Я переиздаю те очерки, которые, как мне кажется, дадут наиболее ясное и четкое понимание принципов логотерапии и ее терапевтического применения — очерки, в которых продолжается дискуссия о логотерапии, начатая в других моих работах, а также содержится обсуждение специфических точек зрения на эту систему.

Слишком часто читатели, пытаясь ознакомиться с литературой, указанной в библиографиях, обнаруживают, что большинство работ, на которые ссылаются авторы, опубликованы только в профессиональных журналах, которые им недоступны. Я надеюсь, что данный сборник послужит введением в логотерапию для самых разных людей, интересующихся этим направлением, раскроет его основы.

Мне показалось более правильным включить в сборник статьи примерно в том виде, в котором они были изначально представлены или напечатаны, чем перерабатывать их во внутренне структурированную книгу. Если каждая отдельная работа представляет новые идеи и данные в то время, когда она выходит в свет, то сборник, как таковой, позволяет сочетать новый материал со старым, свежие идеи — с теми, которые уже знакомы. Это, конечно, не означает, что я претендую на то, чтобы провести сравнительную работу со всеми материалами по данной теме. В конце концов, каждая работа представляет собой нечто по существу целостное, и мне кажется недальновидным уничтожать эту изначальную целостность ради создания чего-то искусственного. К тому же я использовал большинство работ в своих лекциях, и по дидактическим причинам я воздерживаюсь от их существенного редактирования или правки. Именно поэтому я сохранил разговорный стиль изложения материала.

Естественно, принятая модель изложения может повлечь за собой некоторые повторы — для того, чтобы исключить возможность их появления, мне пришлось бы перестроить каждый

очерк, подчинив его внутренней структуре книги. Гораздо более важным является то, что эти повторы могут быть полезны для дидактических целей, а в конечном счете и для каждого читателя — коль скоро они связаны с базовыми принципами логотерапии, даются в разных контекстах соответствующих очерков и под разными углами зрения на предмет.

Поэтому там, где это было возможно, я сохранил изначальные названия и целостность статей. В тех случаях, когда требовалось увязать между собой нужные материалы, я изменил название соответствующих статей на те, под которыми они даются в данной книге.

Несколько слов о названии самой книги — *Психотерапия и экзистенциализм*.

Логотерапия представляет собой одну из школ того направления в психотерапии, которое разные авторы называют «экзистенциальной психотерапией». В начале тридцатых я ввел термин *экзистанцанализ* как альтернативное название логотерапии — это понятие было мною сформулировано в двадцатых годах. Когда американцы начали публиковать статьи по *экзистанцанализу*, они перевели это понятие как «экзистенциальный анализ». Кроме этого, они использовали то же самое понятие для обозначения учения позднего Людвиг Бинсвангера, который в сороковых стал называть свое направление *Daseinsanalyse*. Таким образом, понятие экзистенциального анализа потеряло точный смысл. Для того чтобы избежать путаницы, связанной с такой неоднозначностью, я решил пользоваться только понятием «логотерапия» и, насколько возможно, воздерживаться от употребления его синонима, экзистенциального анализа, как перевода *экзистанцанализа*.

Что касается экзистенциальной психиатрии или экзистенциализма в наиболее широком смысле этого слова, можно сказать, что взглядов на экзистенциализм существует столько же, сколько экзистенциалистов. В данной книге кого-то мы будем считать экзистенциалистами, а кого-то — нет. Последнее особенно верно в отношении тех, кто не догадывается о том, что неправильно толкует и употребляет фразы, заимствованные у настоящих экзистенциалистов.

В заключение этого предисловия хочу сказать, что испытываю чувство глубокой благодарности перед теми, кто дал мне ценные советы и помог редактировать мои рукописи еще до включения их в эту книгу. Надеюсь, что никто из них не будет в обиде на меня за то, что я просто назову их имена, и не стану оценивать вклад каждого в отдельности. Я с радостью выражаю свою признательность Гордону У. Оллпорту, Хайнцу Л. Ансбахеру, Джозефу Б. Фабри, Эмилю А. Гатхейлу, Элеаноре М. Дженц, Полю Е. Джонсону, Мелвину А. Кимблу, Даниелю Дж. Карланду, Роберту К. Лесли, Лестеру К. Ремпли, Рендольфу Дж. Саснетту, Дональду Ф. Туидди-младшему, Эдриану Л. ВанКааму, Жоржу Влахосу, Вернеру фон Альвенслебену, Рольфу Х. Фон Эккартсбергу, Антонио Венкарту и Джулиусу Винклеру, ценю их и чувствую себя в долгу перед ними.

Вена, 1967

*Виктор Э. Франкл*

## ФИЛОСОФСКИЕ ОСНОВАНИЯ ЛОГОТЕРАПИИ<sup>1\*</sup>

В соответствии с утверждением, сделанным Гордоном У. Олпортом, логотерапия в этой стране является одной из тех школ, которые относят к категории «экзистенциальной психиатрии». Как отмечает Аарон Дж. Ангерсма в своей книге «*В поисках смысла: новый подход в психотерапии и пасторальной психологии*», логотерапия фактически является одним из направлений экзистенциальной психиатрии.

Однако, возможно, логотерапия превосходит экзистенциальный анализ, или онтоанализ тем, что она представляет собой нечто существенно большее, чем анализ существования, или бытия, и содержит в себе больше, чем простой анализ того, что исследует. Логотерапию интересуют не только бытие, но также смысл — не только *онтос*, но также *логос*, — и эта черта соответствует активной терапевтической ориентации логотерапии. Другими словами, логотерапия — не только анализ, но также терапия.

Как и другие типы терапии, она представляет собой теорию, основывающуюся на практике, — это *theoria*, то есть предвидение, *Weltanschauung*<sup>2</sup>. В отличие от многих других видов терапии, логотерапия основывается на ясной философии жизни. Более конкретно, она основывается на трех фундаментальных допущениях, составляющих звенья единой цепи:

- 1) свобода воли,
- 2) воля к смыслу,
- 3) смысл жизни.

### **Свобода воли**

Свобода воли человека принадлежит к непосредственным данным его опыта. На этих данных основывается тот эмпири-

---

\* Здесь и далее сноски указывает на примечание, помещенное в конце книги. — *Прим. ред.*

ческий подход, который, со времен Гуссерля, носит название феноменологического<sup>3</sup>. На самом деле только два класса людей придерживаются той точки зрения, что их воля несвободна: больные шизофренией, страдающие от иллюзии, что их воля и мысли управляются и контролируются другими, а также, наряду с ними, философы-детерминисты. Последние допускают, что мы чувствуем свою волю такой, как если бы она была свободной, но это — говорят они — самообман. Таким образом единственное отличие между их убеждением и моей точкой зрения заключается в ответе на вопрос: истинен ли наш опыт.

Кто должен быть судьей? Чтобы ответить на этот вопрос, давайте примем за отправной пункт тот факт, что не только нездоровые люди, такие, как шизофреники, но даже нормальные люди могут, в определенных обстоятельствах, чувствовать свою волю как что-то несвободное. Такое происходит под воздействием ЛСД. Принявшие препарат вскоре начинают страдать от искусственно вызванного психоза, в котором, согласно опубликованным сообщениям исследователей, они воспринимают себя автоматами. Другими словами, они приходят к «правоте» детерминизма. Самое время спросить себя — может ли быть так, что истина открывается человеку только после того, как его мозг оказывается отравленным. Странной представляется концепция *aletheia*, гласящая, что истина может быть раскрыта только через галлюцинацию, что *logos* может быть познан исключительно через *patho-logos*!

Излишне говорить, что свобода конечных существ, таких, как человек, является свободой в определенных пределах. Человек не свободен от условий, будь они биологические, психологические или социологические по своей природе. Но он свободен и всегда остается свободным занять определенную позицию относительно этих условий; он всегда остается свободным изменить свое отношение к ним. Человек свободен подняться выше уровня соматических и психических детерминант своего существования. Тем самым он открывает новое измерение. Человек вступает в сферу ноэтического, отрицающую разделение соматических и психических феноменов. Он уже в состоянии занять позицию не только по отношению к миру, но также в отношении самого себя. Человек — существо рефлекслирующее, способное

даже отвергнуть себя. Он может быть судьей самому себе, судьей своих собственных поступков. Коротко говоря, такие, присущие только человеку феномены, как самосознание и сознание, связанные друг с другом, нельзя понять без представления человека как существа, способного превзойти самого себя, подняться над плоскостью биологического и психологического — к пространству ноологическому. Это специфически человеческое измерение, которое я назвал ноологическим<sup>4</sup>, недоступно животным. Собака, например, намочив ковер, может тихонько спрятаться под кушеткой, но это происходит не потому, что в ней заговорила совесть; это разновидность тревожного ожидания, а именно — наполненное страхом предчувствие наказания.

Специфически человеческая способность к саморазделению мобилизуется и используется для терапевтических целей в специальной логотерапевтической технике, названной парадоксальной интенцией. Ясной и краткой иллюстрацией парадоксальной интенции является следующий случай.

Пациент был бухгалтером, его лечили доктора нескольких клиник — без какого-либо терапевтического успеха. Он пришел в мою клинику в состоянии крайнего отчаяния, близкого к суицидальному. В течение нескольких лет он страдал от судороги, возникающей при письме, которая с недавних пор стала настолько сильной, что он стал бояться потерять работу. Облегчить положение мог только немедленный курс краткосрочной терапии. Для начала мой коллега рекомендовал пациенту делать все наоборот по отношению к тому, что он привык делать, а именно — вместо того, чтобы стараться писать как можно более аккуратно и разборчиво, писать самые худшие каракули. Ему посоветовали говорить себе: «Сейчас я покажу людям, какой я хороший писарь!» И в тот момент, когда он специально постарался изобразить каракули, он не смог сделать это. «Я старался писать каракулями, но просто не мог делать это», — сказал он на следующий день. Таким образом, в течение сорока восьми часов пациент был освобожден от судороги, которая ни разу не была замечена в течение всего срока, пока он находился под наблюдением после проведенного курса лечения. Этот человек стал снова счастлив и способен к работе.

Для этой техники характерно использование чувства юмора. Это вполне объяснимо, поскольку мы знаем, что юмор является превосходным средством дистанцирования человека от чего-либо. Можно сказать, что юмор помогает человеку стать выше своих неприятностей, позволяя ему воспринимать себя более отстраненно. Поэтому юмор также относится к ноэтическому измерению. В конце концов, ни одно животное не способно смеяться, особенно над самим собой.

Действие базового механизма, лежащего в основе техники парадоксальной интенции, может быть, лучше всего продемонстрировать анекдотом, который мне рассказали несколько лет назад: мальчик, опоздавший в школу, стал оправдываться перед учителем, рассказывая о том, что улицы были такие скользкие, что, пока он делал один шаг вперед, он соскальзывал на два шага назад. На что учитель ответил: «Вот я и поймал тебя на лжи — если бы это было правдой, как бы ты добрался до школы?» Мальчик хладнокровно парировал: «В конце концов я повернулся и пошел домой!»

Я убежден, что парадоксальная интенция ни в коем случае не является процедурой, которая излечивает лишь симптомы невроза; в гораздо большей степени она дает пациенту возможности проявить более глубокий уровень радикального изменения отношения, обретение здоровья — одна из таких возможностей. Как бы то ни было, мы попытались объяснить несомненный терапевтический эффект, достигнутый при помощи данной логотерапевтической техники на основе психодинамики<sup>5</sup>. Один мой коллега, работающий в Венской многопрофильной больнице, убежденный фрейдист, представил Венскому психоаналитическому обществу, старейшему в мире, научный доклад по парадоксальной интенции, содержащий объяснения успешности этой техники исключительно в терминах психодинамики. Случилось так, что во время подготовки доклада он как раз консультировал пациентку, страдавшую жестокой агорафобией, и попытался помочь ей с помощью парадоксальной интенции. Но, к несчастью, после первого же занятия она почувствовала себя совершенно здоровой, и ему было очень трудно заставить ее вернуться к занятиям, чтобы подвести под лечение психодинамическое обоснование!

## **Воля к смыслу**

Давайте теперь вернемся ко второму фундаментальному допущению: воле к смыслу. По дидактическим причинам мы, используя метод эвристического упрощения, противопоставляем волю к смыслу как принципу удовольствия, которым пропитаны психоаналитические мотивационные теории, так и воле к власти, — понятию, играющему решающую роль в адлерианской психологии. Я никого не убеждаю в том, что воля к удовольствию является, на самом деле, саморазрушающимся принципом, поскольку чем больше человек старается достичь удовольствия, тем меньше он его получает. Так происходит благодаря тому фундаментальному факту, что удовольствие является побочным продуктом, или побочным следствием реализации наших стараний, но оно разрушается и отравляется по мере того, как из него пытаются сделать самоцель. Чем более человек ставит себе целью непосредственное достижение удовольствия, тем менее он достигает ее. И это, откровенно говоря, является механизмом, этиологически определяющим большинство случаев сексуальных неврозов. Соответственно, логотерапевтическая техника, основанная на этой теории саморазрушения качества ожидаемого удовольствия, дает замечательные и быстро достигаемые результаты, эта техника эффективно используется даже психодинамически ориентированными терапевтами. Один из них — мой коллега, который отвечает за лечение пациентов с сексуальными неврозами, использует эту технику исключительно в формате краткосрочной процедуры — единственной, показанной к применению в данных случаях.

В конечном счете оказывается, что как воля к удовольствию, так и воля к власти являются производными по отношению к изначальной воле к смыслу. Удовольствие, как мы уже сказали, является следствием реализации смысла; власть является средством достижения цели. Определенная сумма власти, такой, как экономическая и финансовая власть, является общей предпосылкой для реализации смысла. Таким образом, мы можем сказать, что как воля к удовольствию не может быть самоцелью, так и воля к власти не ведет к достижению цели, если в качестве таковой ставит саму себя.

К нам могут придаться по вопросу воли к удовольствию или власти в связи с трактовкой воли психодинамически ориентированными школами; они исходят из того, что человек не ставит себе цели произвольно и намеренно, и что его осознанные мотивации не являются истинными мотивациями. Эрих Фромм, например, совсем недавно говорил о «мотивационных силах, которые заставляют человека действовать определенным образом, влечениях, которые заставляют его совершать усилия в определенных направлениях»<sup>6</sup>. Что касается меня, то мне непонятно, как можно человека, который действует, считать управляемым; либо он действует, либо им управляют. *Третьего не дано*. Игнорировать это противопоставление, равно как не замечать какую-либо сторону его, недопустимо для ученого. Поступить так — значит увлечься гипотезой в ущерб фактам. Одним из таких заблуждений является утверждение, что человек «живет» своими инстинктами. Поскольку речь здесь идет о Зигмунде Фрейде, то справедливости ради надо сказать, что у него имеются и другие утверждения, которые не столь хорошо известны. В книжном обзрении, которое он в 1889 году написал для *Wiener Medizinische Wochenschrift*, он заявляет: «Преклоняться перед величием гения, конечно, хорошо. Но перед фактами — лучше».

Фрейд и его последователи учат нас всегда искать то, что стоит за чьим-то желанием, то, на чем оно основывается: бессознательные мотивации, подспудная динамика. Фрейд никогда не рассматривал человека как самодостаточный феномен или, как писал Гордон У. Оллпорт: «Фрейда интересовали именно те мотивы, которые нельзя рассматривать как самоценные»<sup>7</sup>. Следует ли из этого, что таких мотивов не существует вовсе? Такое предположение подобно тому, как если бы человек, которому показали аиста, сказал: «О, я думал, что аист не существует!» Разве из того, что от детей скрывают существование аистов следует, что их вовсе не существует?

По собственным словам Фрейда, принцип реальности представляет собой просто расширение принципа удовольствия тем, что служит его реализации. Точно так же можно сказать, что принцип удовольствия сам является всего лишь расширением, служащим для реализации более широкого понятия гомеостаза.

В конечном счете, человек в психодинамической теории понимается как существо, озабоченное, главным образом, поддержанием или восстановлением своего внутреннего равновесия, для этого он пытается следовать своим влечениям и удовлетворять свои инстинкты. Даже в контексте психологии Юнга человеческая мотивация интерпретируется подобным образом. Возьмем архетипы. Они также представляют собой мифические существа (как Фрейд назвал инстинкты). Снова человек рассматривается как тот, кем руководит желание сбросить напряжение — возникло ли оно под влиянием влечений и инстинктов, требующих своего удовлетворения, или от архетипов, требующих своего воплощения. В обоих случаях реальность, мир существования и смысла сужается до набора более или менее работающих инструментов, которые используются, чтобы избавиться от различных раздражителей, таких, как суперэго или архетипы. Как бы то ни было, при таком взгляде на человека выброшенным за борт оказывается тот фундаментальный факт, который приводит к феноменологическому анализу, а именно, что человек — существо, которое имеет дело с другими существами, и которое стремится к осмысленности.

Именно поэтому я говорю скорее о воле к смыслу, чем о потребности в смысле или о влечении к смыслу. Если бы человека действительно влекло к смыслу, он бы начинал следовать ему только ради того, чтобы избавиться от этого влечения, и восстановить свой внутренний гомеостаз. Таким образом ему нужен был бы не столько смысл как таковой, но свое собственное равновесие, и, в конечном счете, он сам.

Становится ясно, что такое понятие, как самоактуализация, или самореализация, не может служить достаточным основанием для теории мотивации. Причиной этого является, главным образом, то, что самореализация, подобно власти и удовольствию, также принадлежит к классу феноменов, которых нельзя достичь прямо, но только в ходе достижения других целей, тех феноменов, которые тем менее доступны, чем больше их пытаются сделать предметом непосредственного желания. Самореализация — это хорошая вещь, и я придерживаюсь той точки зрения, что человек может реализовать себя настолько, насколько

ко он реализует смысл. Кроме того, самореализация возникает спонтанно, и этого не происходит, когда ее делают самоцелью.

Когда я несколько лет назад читал лекцию в университете Мельбурна, мне подарили в качестве сувенира австралийский бумеранг. Рассматривая этот необычный подарок, я вдруг понял, что, в сущности, это был символ человеческого существования. Считается, что бумеранг возвращается к охотнику; на самом деле мне в Австралии сказали, что бумеранг возвращается к охотнику только тогда, когда он пролетает мимо намеченной цели или добычи. Так же и человек — возвращается к себе самому только тогда, когда, будучи слишком увлечен самим собой, не понимает своей задачи и терпит неудачу в поиске смысла жизни.

Эрнст Кин, один из тех, кто помогал мне в учебном процессе в период гарвардской летней сессии, посвятил свою докторскую диссертацию демонстрации того, как недостатки фрейдистского психоанализа компенсируются в эго-психологии Ганса Гартмана, а недочеты эго-психологии, в свою очередь, — в концепции личности Эриксона. Кроме этого, Кин утверждает, что в этой цепочке по-прежнему недостает последнего звена, и этим звеном является логотерапия. В самом деле, я убежден в том, что человек не должен, да и не может, развивать свою личность, непосредственно стремясь к этому; его личность будет совершенствоваться по мере того, как он будет верить себя чему-то, что выше него, делу, более великому, чем он сам. Никто не выразил это более убедительно, чем Карл Ясперс: «Что представляет собой человек, каким он становится, зависит, в конечном итоге, от дела, которое он сделал своим собственным».

Рольф Х. Фон Эккартсберг, который также был моим гарвардским ассистентом, показал недостаточность ролевой теории, отметив, что в ней остается за кадром сама проблема — проблема выбора и оценки. *Какую роль принять, какое дело отстаивать?* Нам не избежать принятия решения.

Те же самые проблемы сохраняются для тех, кто учит, что конечным предназначением и основным стремлением человека является развитие его потенциала. Сократ верил, что у него был потенциал стать преступником, но он решил его не воплощать, и в этом решении, добавим мы, заключена вся суть.

Однако давайте зададимся вопросом — что на самом деле стоит за утверждениями: человек должен стараться воплотить в жизнь свой внутренний потенциал или, как уже было сказано, — должен выразить себя? Скрытым мотивом, стоящим за каждой из точек зрения, я считаю, является желание уменьшить напряжение, возникшее вследствие разрыва между тем, чем человек является, и тем, чем человек должен стать; напряжение между реальным положением дел и идеалом, который человек должен воплотить; напряжение между существованием и сущностью, или, иначе говоря, между бытием и смыслом. На самом деле, проповедь, что человеку не стоит беспокоиться об идеалах и оценках, поскольку они представляют собой не что иное, как формы его «самовыражения», и что он должен поэтому просто начинать актуализировать свои возможности, является приятной новостью. Человеку говорят, что ему не надо расти до звезд, чтобы спустить их на землю, что все хорошо, все уже есть, — по крайней мере, в форме возможностей для актуализации.

Императив Пиндара — стать тем, кто ты есть — таким образом лишился своего императивного качества и преобразовался в небезызвестное утверждение, что человек всегда таков, каким должен стать! Человеку потому не нужно расти до звезд, чтобы спустить их на землю, что *земля сама является звездой!*

Фактически напряжение между бытием и смыслом неискоренимо в человеке. Оно внутренне присуще бытию человека и поэтому необходимо для ментального здоровья. Таким образом мы начали со смысловой ориентации человека, то есть с его воли к смыслу, и теперь пришли к другой проблеме, а именно, к его смысловой конфронтации. Первое относится к тому, что человек *представляет* собой изначально: он ориентирован на смысл; второе относится к тому, каким он *должен быть*: он должен обрести смысл.

Однако бессмысленно сталкивать человека с ценностями, которые выглядят просто как форма самовыражения. Хуже всего, что это может заставить человека не видеть в ценностях «ничего, кроме защитных механизмов, реактивных образований или рационализаций своих инстинктивных влечений», — как определили два выдающихся психоаналитически ориентированных

исследователя в этой области. Моя собственная реакция на это теоретизирование заключается в том, что я не захотел бы жить ради своих «защитных механизмов» и тем более умереть за свои «реактивные образования».

С другой стороны, в данном случае и при данном раскладе обучение пациента в русле психодинамических интерпретаций может способствовать достижению цели, которую я предпочитаю называть *экзистенциальной рационализацией*. Если индивиду объяснить, что его беспокойство о высшем смысле жизни не более, чем путь к разрешению эдиповой ситуации, возникшей в его раннем детстве, его беспокойство при таком анализе может исчезнуть — исчезнуть вместе с экзистенциальным напряжением, вызванным им.

Логотерапия стоит на других позициях. Логотерапия не избавляет пациента от противостояния со специфическим смыслом, который должен быть с ним и который мы должны помочь ему найти. Профессор Туидди обычно рассказывает, что произошло однажды в моем офисе, когда американский доктор попросил меня выразить одним предложением — чем логотерапия отличается от психоанализа. Тогда я предложил ему сперва сказать мне, в чем он видит сущность психоанализа. Когда он ответил: «Во время психоанализа пациент должен лежать на кушетке и рассказывать вам вещи, о которых иногда отказываются говорить», — я шутливо сказал: «Теперь в логотерапии пациент может оставаться прямосядящим, но должен выслушивать вещи, которые иногда отказывается воспринимать».

Своеобразие каждого бытия не должно тонуть в экзистенциальных размышлениях, на что совершенно справедливо обращал внимание Эрвин Страус, это также применимо к смыслу. Смысл, который бытие должно реализовать, представляет собой нечто превосходящее его, смысл никогда не является самим бытием. Только если эта дистанция сохраняется, смысл может оказывать влияние на бытие. Только смысл, который является не только выражением бытия как такового, является истинным вызовом. Вы помните библейскую историю: когда евреи странствовали в пустыне, слава Господа предстала перед ними в форме облака; только так израильтяне могли быть ведомы Богом. Представьте

с другой стороны, что могло бы произойти, если бы присутствие Господа, облако, оказалось посреди израильтян: вместо того чтобы указать им правильный путь, это облако клубилось бы повсюду вокруг и израильтяне могли сбиться с пути.

Другими словами, смысл не должен совпадать с бытием; смысл должен быть впереди бытия. Смысл задает темп для бытия. Бытие неполноценно и неустойчиво, если не несет в себе стремление к чему-то находящемуся за его пределами. Посмотрев под этим углом зрения, мы можем сказать, что есть люди-первопроходцы и есть люди-миротворцы: первые сталкиваются с проблемами и ценностями, поддерживая таким образом нашу смысловую ориентацию; вторые смягчают бремя смыслового противостояния. В этом смысле Моисей был первопроходцем; он не успокоил сознание человека, но, скорее, возбудил его. Моисей предстал перед своим народом с Десятью Заповедями и не избавил их от конфронтации с идеалами и ценностями. Миротворцы, наоборот, успокаивают народ; они пытаются примирить людей с самими собой. «Давайте взглянем на факты, — говорят они. — К чему беспокоиться о недостатках? Только меньшинство живет в соответствии с идеалами. Поэтому можно забыть о них; лучше позаботимся о спокойствии ума или души, а не о тех экзистенциальных смыслах, которые только вызывают напряжение в людях».

Чего миротворцы не заметили, так это мудрости, содержащейся в предупреждении Гёте: «Если мы принимаем человека таким, какой он есть, мы делаем его хуже; если мы принимаем его таким, каким он должен быть, мы помогаем ему стать таковым».

Раз смысловая ориентация превращается в смысловую конфронтацию, значит, свобода каждого — это понятие так часто акцентировалось экзистенциальной философией — достигла в своем развитии уровня ответственности. Человек ответственен за реализацию особого смысла своей личной жизни. Но он также ответственен *перед* чем-то, будь это общество, или гуманизм, или человечество, или собственное сознание. Однако существует множество людей, которые объясняют свое собственное существование не в плане несения ответственности перед чем-то, но, скорее, перед кем-то, а именно — перед Богом<sup>8</sup>.

Логотерапия, как особая теория и медицинская практика, должна ограничить себя фактологическими утверждениями, оставляя пациенту возможность решать, как ему понимать свою собственную ответственность: в русле религиозной веры или же агностических убеждений. Логотерапия должна оставаться доступной для каждого; в конце концов это мой долг, подтвержденный данной мною клятвой Гиппократы. Логотерапия применима к пациентам-атеистам и может использоваться атеистами-врачами. В любом случае логотерапия видит в ответственности самую суть человеческого бытия. Расширяя понимание ответственности до этих пределов, логотерапевт не может избавить своего пациента от необходимости принять решение — перед чем или перед кем он будет чувствовать ответственность.

Логотерапевт не уполномочен сознательно влиять на решение пациента — как ему интерпретировать свою ответственность, или что будет включать в себя его личный смысл. Совесть каждого человека, как и все человеческое, подвержена ошибкам, но это не освобождает человека от обязанности подчиняться ей — бытие предполагает, что можно ошибаться. Человек должен рискнуть и взяться за какое-нибудь достойное дело. Возможно, мое занятие логотерапией ошибочно. Но я предпочитаю жить в мире, в котором человек имеет право выбирать — даже если он ошибается, чем в мире, в котором у человека не было бы никакого выбора. Другими словами, я предпочитаю мир, в котором, с одной стороны, существует феномен Адольфа Гитлера, а с другой стороны, существуют феномены многих святых. Я предпочитаю этот мир миру тотального, или тоталитарного, конформизма и коллективизма, в котором человек низведен до уровня простой детали, или части, партии или государства.

## Смысл жизни

Мы подошли к третьему фундаментальному допущению: после обсуждения свободы воли и воли к смыслу сам смысл становится предметом рассмотрения.

Раз логотерапевт не *предписывает* смысл, он должен уметь хорошо *описывать* его. Я имею в виду описание того, что проис-

ходит в человеке, когда он чувствует в чем-то смысл, не апеллируя при этом к уже имеющимся моделям интерпретации. Коротче, наша задача заключается в проведении феноменологического исследования непосредственных данных опыта повседневной жизни. Феноменологический метод предполагает, что логотерапевт может расширить поле видения своего пациента понятиями смыслов и ценностей, наметив их всеобъемлющие контуры. По мере роста осознания может наконец открыться, что в жизни до самого последнего ее момента всегда есть смысл. Благодаря феноменологическому анализу человек обнаруживает, что его жизнь наполнена не только смыслом дел, работы, творчества, но также его чувствами, взаимодействием его с истиной, добром и красотой мира, его взаимодействиями с другими, с людьми, обладающими уникальными качествами. Понять другого человека как неповторимого — значит полюбить его. Но даже в ситуации, когда человек больше не может ни воспринимать, ни творить, он по-прежнему может наполнить смыслом свою жизнь. Именно перед лицом судьбы, когда бытие сталкивается с безнадежной ситуацией, человеку дается последняя возможность обретения смысла — осознания высшей ценности, глубочайшего смысла, — смысла страдания<sup>9</sup>.

Давайте подведем итоги. Жизнь можно сделать осмысленной тремя способами: во-первых, через то, *что мы даем* жизни (в ходе нашей созидательной работы); во-вторых, через то, *что мы берем* от мира (пользуясь его благами); и в-третьих, через *занимаемую нами позицию* в отношении судьбы, которую уже нельзя изменить (в случае неизлечимой болезни, неоперабельного рака и т. д.). Как бы то ни было, человек не избавлен от того, чтобы сталкиваться со своей ограниченностью, которая включает то, что я называю трагической триадой человеческого бытия, а именно, — болью, смертью и виной. Под болью я имею в виду страдание; две другие составляющие трагической триады представляют собой двояственный факт человеческой смертности и неизбежности ошибок.

Акцентирование этих трагических аспектов человеческой жизни не является чрезмерным, как это может показаться на первый взгляд. В частности, страх старости и смерти является

Конец ознакомительного фрагмента.  
Для приобретения книги перейдите на сайт  
магазина «Электронный универс»:  
[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru).