

# ЭРИХ ФРОММ

ПО ТУ СТОРОНУ  
ПОРАБОЩАЮЩИХ НАС ИЛЛЮЗИЙ.  
ДЗЕН-БУДДИЗМ И ПСИХОАНАЛИЗ



психология

# **Эрих Фромм**

## **Дзен-буддизм и психоанализ**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=583265](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=583265)*

*По ту сторону поработающих нас иллюзий: Как я столкнулся с Марксом и Фрейдом. Дзен-буддизм и психоанализ: АСТ; Москва; 2010  
ISBN 978-5-17-062183-5, 978-5-403-03388-6*

### **Аннотация**

«Дзен-буддизм и психоанализ» – оригинальная попытка сопоставления наиболее интересных философских систем Востока и Запада, в полной мере отражающих специфику европейского и азиатского менталитетов – и имеющих, как доказывает Фромм, между собой гораздо больше общего, чем это кажется на первый взгляд.

# Содержание

I. Духовный кризис и значение психоанализа	7
II. Ценности и задачи психоаналитической концепции Фрейда	11
III. Благополучие человека сквозь призму его психической эволюции	22
Конец ознакомительного фрагмента.	36

# **Эрих Фромм**

## **Дзен-буддизм**

### **и психоанализ**

Стремление к благополучию человека через изучение его природы – эта общая черта, присущая как дзен-буддизму, так и психоанализу, – наиболее часто упоминается при сравнении этих систем, отражающих особенности западного и восточного менталитета. Дзен-буддизм сочетает в себе индийское иррациональное начало с китайской конкретностью и реализмом. Психоанализ же, основываясь на западном гуманизме и рационализме, с одной стороны, и романтическом поиске неподвластных рациональному осмыслению таинственных сил, характерном для XIX века, – с другой, является феноменом исключительно западного мира. Можно сказать, что этот научно-терапевтический метод изучения человека есть плод греческой мудрости и иудейской этики.

Изучение человеческой природы в теории и перевоплощение человека на практике – пожалуй, одна из немногих черт, объединяющих психоанализ и дзен-буддизм. Различий же, очевидно, больше. Во-первых, психоанализ представляет собой научный метод, не имеющий отношения к религии. Дзен же с позиции западной культуры со своей теорией и методикой «просветления» человека выглядит религи-

озным, или мистическим, учением. Психоанализ – это терапия душевных заболеваний, а дзен – путь к спасению души. Итак, сопоставляя психоанализ и дзен-буддизм, разве мы не приходим к выводу, что в основе своей они не имеют ничего общего, а, напротив, принципиально отличаются друг от друга?

Несмотря на это, дзен-буддизм вызывает все больший интерес со стороны психоаналитиков<sup>1</sup>. Чем вызван этот интерес и какой он имеет смысл? Задача настоящей статьи – ответить на эти вопросы. Безусловно, здесь не будет представлено фундаментальное описание дзен-буддистского мышления – моих знаний и опыта для этого недостаточно. В то же время в данной статье я не ставлю задачу дать полное представление о психоанализе. Однако в первой части моей работы я подробнее остановлюсь на тех аспектах психоанализа, которые я называл «гуманистическим психоанализом» и которые являются одним из продолжений фрейдовского психоанализа. Тем самым я постараюсь объяснить, почему столкновение с дзен-буддизмом стало столь важным как для меня, так и, по моему мнению, для всех, кто имеет дело с психоанали-

---

<sup>1</sup> См. «Введение» Юнга к книге D.T. Suzuki «Zen Buddhism» (London, Rider, 1949); посвященную дзен-буддизму работу французского психиатра Бенуа (Benoit. The – Supreme Doctrine. New York: Pantheon Books, 1955); Карен Хорни проявляла большой интерес к дзен-буддизму в последние годы жизни. Взаимосвязь между психоанализом и дзен-буддизмом активно изучается в Японии: см. статью Koij Sato «Psychotherapeutic Implications of Zen» в журнале «Psychologia. An International Journal of Psychology in the Orient» (Vol 1. № 4, 1958) и другие статьи в этом же номере. – Примеч. автора.

30M.

# **I. Духовный кризис и значение психоанализа**

Изучая интересующий нас вопрос, в первую очередь необходимо обратить внимание на духовный кризис современного западного человека и психоанализ как один из инструментов преодоления этого кризиса. Большинство людей, принадлежащих к западной культуре, в той или иной степени испытывают на себе влияние кризиса, сами не осознавая этого в полной мере. Тем не менее специалисты вполне единодушны как в признании существования настоящего кризиса, так и в определении его сущности. Этот феномен определяется понятиями «нездоровье» («malaise»), «скука» («ennui»), «болезнь века» (maladie du siècle). Речь идет об апатии, автоматичности человека, самоотчужденности, потере связи с другими индивидами и природой. Рационализм ставился человеком во главу угла до того времени, пока не приобрел в высшей степени иррациональные черты. Эпоха Декарта положила начало четкому разделению мышления и чувства: мышление рационально, в то время как чувство само по себе иррационально. Воплощение одного лишь интеллекта, человеческая личность призвана осуществлять контроль над природой. Смыслом существования становится производство все возрастающего числа материальных ценностей.

При этом человек сам превращается в вещь, а обладание – в смысл жизни. «Иметь» теперь важнее, чем «быть». В то время как совершенствование человека было смыслом существования в греческой и иудейской идеологии, основы которой свойственны западной цивилизации, современный человек считает целью своей жизни усовершенствование технологии производства вещей. Осознавая свою неспособность разрешить противоречие между мышлением и чувствами, человек западного мира охвачен беспокойством, он подавлен и пребывает в отчаянии. Если на словах он называет жизненными ценностями богатство, самобытность и предприимчивость, то в действительности он не имеет реальной цели в жизни. На вопрос о цели существования и смысле испытываемых им в жизни трудностей западный человек не сможет дать вразумительного ответа. Среди наиболее вероятных ответов – жизнь ради семьи, ради получения удовольствий, ради зарабатывания денег... В действительности же никто не видит реального смысла своей жизни. Опасность и одиночество – вот то, чего человек стремится избежать априори.

В наши дни принадлежность человека к Церкви становится в некотором отношении все более значимой, религиозные книги становятся бестселлерами, все больше людей обращаются к Богу. Однако эта видимая религиозность обусловлена в действительности отнюдь не духовными, а чисто материалистическими и нерелигиозными аспектами. Этот феномен можно рассматривать как вызванную конформизмом и



стремлением к безопасности идеологическую реакцию человека на характерную для XIX века тенденцию, которую выразил Ницше: «Бог умер». Говорить об истинной религиозности здесь не приходится.

Произошедший в XIX веке отказ от теистических постулатов имел во многом прогрессивный характер. Понятие объективности стало определяющим: Земля больше не центр Вселенной, а человек – не «венец творения». Фрейд, исследуя скрытые мотивы поведения человека через призму новых жизненных реалий, пришел к выводу, что всепоглощающая вера в Бога основывалась на беспомощности человека, его незащищенности. При этом человек уповал на поддержку отца и матери, воплощаемых им в божественном образе. По мысли Фрейда, человек способен спасти себя лишь сам, в то время как наставления великих учителей и участие близких может лишь поддержать его, помочь принять вызов судьбы, чтобы приобрести силы для борьбы с жизненными невзгодами.

Человек больше не видит Бога в образе отца и утрачивает тем самым родительскую поддержку в его лице. Одновременно для него перестают существовать и истины постулатов всех великих религий. Речь идет о преодолении человеком эгоистической ограниченности, стремлении к любви, объективности, смирению и уважению к жизни – а это уже само по себе можно рассматривать как цель и как результат реализации человеком заложенного в нем потенциа-

ла, что составляет цель как великих западных, так и великих восточных религий. Отметим, что на Востоке отсутствовало понятие трансцендентального отца-Спасителя, свойственного монотеистическим религиям. Рациональность и реализм были присущи даосизму и буддизму в большей степени, чем религиям Запада. На Востоке человек добровольно, без принуждения присоединяется к «пробужденным», ибо каждый человек потенциально способен к пробуждению и просветлению. Именно поэтому восточное религиозное мышление, воплощенное в даосизме, буддизме и дзен-буддизме как их синтезе, имеет в наши дни столь большое значение для западной культуры. Благодаря дзен-буддизму человек оказывается способным найти ответ на вопрос о смысле своего существования, причем ответ этот в основе своей не входит в принципиальные противоречия как с традиционными иудео-христианскими представлениями, с одной стороны, так и с такими ценностями современного человека, как рациональность, реализм и независимость – с другой. Таким образом, как это ни парадоксально, но восточные религиозные представления оказываются, в сравнении с западными, ближе по духу западному рациональному мышлению.

## **II. Ценности и задачи психоаналитической концепции Фрейда**

Психоанализ представляет собой типичное проявление духовного кризиса западного человека и в то же время показывает возможность выхода из этого кризиса. Современные направления психоанализа – «гуманистическое» и «экзистенциальное» – служат тому ярким примером. Однако перед тем, как приступить к рассмотрению моей «гуманистической» концепции, я хотел бы подчеркнуть, что разработанная самим Фрейдом система не ограничивается, несмотря на широко распространенное убеждение, рамками понятий «болезнь» и «лечение». Она представляет собой в первую очередь концепцию спасения человека, а не лечения душевнобольных людей. При поверхностном подходе возникает ощущение, что Фрейд просто изобрел новый способ лечения психических заболеваний и что как раз это было основным предметом его исследований, став в итоге делом всей жизни ученого. Тем не менее при ближайшем рассмотрении оказывается, что медицинские подходы в лечении невротиков скрывают абсолютно другую идею, которую сам Фрейд редко формулировал в явной форме, а возможно, и не всегда ее осознавал. Что же это за идея? В чем заключается концеп-

ция «психоаналитического движения» Фрейда и что стало отправной точкой этого движения?

Можно сказать, что слова Фрейда «Там, где было Оно, должно стать Я» дают нам наиболее ясный ответ на этот вопрос. Фрейд ставил задачу подчинить иррациональные и бессознательные страсти разуму. По его мысли, человек в соответствии со своими возможностями должен освободиться из-под гнета бессознательного. Для того чтобы подчинить своей воле бушующие внутренние бессознательные силы и в дальнейшем осуществлять над ними контроль, он должен в первую очередь осознать сам факт их существования. Главным постулатом Фрейда, которым он всегда руководствовался, было оптимальное знание истины, а следовательно, знание реальности. Эта идея была традиционно свойственна рационализму, философии Просвещения и пуританской этике. Однако Фрейд стал первым (или, во всяком случае, он так полагал), кто не просто провозгласил как цель идею самоконтроля, как это делали западная религия и философия, а на базе исследования бессознательного на научной основе смог предложить путь к реализации этой цели.

Своим учением Фрейд ознаменовал расцвет рационализма на Западе. Тем не менее своей гениальностью он сумел не только преодолеть ложный и поверхностный оптимизм рационализма, но и соединить последний с романтической концепцией, противостоявшей ему в XIX веке. Глубокий личный интерес к изучению иррациональных и чувственных

аспектов человеческой личности позволил Фрейду осуществить этот синтез<sup>2</sup>.

Фрейда в значительной степени интересовали философские и этические аспекты проблемы личности. В «Лекциях по введению в психоанализ» Фрейд упоминает о глубоких изменениях личности, которые пытаются осуществить разнообразные мистические практики, и в продолжение этого говорит: «Мы все-таки признаем, что терапевтические усилия психоанализа избрали себе аналогичную точку приложения. Ведь их цель – укрепить „я“, сделать его более независимым от „сверх-я“, расширить поле восприятия и перестроить его организацию так, чтобы оно могло освоить новые части Оно. Там, где было Оно, должно стать Я. Это примерно такая же культурная работа, как осушение Зейдер-Зее<sup>3</sup>.

По Фрейду, «освобождение человека от невротических симптомов, запретов и ненормальностей характера»<sup>4</sup> является основной задачей психоаналитической терапии. Роль аналитика, по мнению Фрейда, не ограничивается тем, что врач «лечит» своего пациента: «Аналитик, стремящийся в той или иной аналитической ситуации быть моделью для своего пациента и играть роль его наставника, должен иметь опре-

---

<sup>2</sup> Более подробно о квазирелигиозной сущности основанного Фрейдом движения см.: Fromm E. Sigmund Freud's Mission // World Perspective, ed. R.N. Anshen. New York: Harper, 1959. – Примеч. автора.

<sup>3</sup> Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. М.: Наука, 1989. – Примеч. автора.

<sup>4</sup> Analysis Terminable and Unterminalable // Collected Papers: Hogarth Press, V. P. 316 (курсив мой. – Э. Ф.). – Примеч. автора.

деленное превосходство над последним»<sup>5</sup>. Фрейд далее пишет: «Мы должны помнить, что отношения между аналитиком и пациентом должны строиться на любви к истине, что означает признание реальности. При этом любые фальшь и обман становятся невозможными»<sup>6</sup>.

Фрейдовская концепция психоанализа имеет и другие характерные черты, не укладывающиеся в рамки понятий о болезни и лечении. Людям, имеющим представление о восточном мышлении, и в первую очередь о дзен-буддизме, станет очевидно, что особенности, о которых я буду вести речь, определенным образом перекликаются с ними. Во-первых, заслуживает упоминания принцип Фрейда, согласно которому *знание преобразует человека*. Теория и практика неразделимы: *познавая* самого себя, человек всякий раз преобразуется. Нет необходимости говорить о том, в какой степени подобная мысль чужда принципам научной психологии как времен Фрейда, так и наших дней. Согласно этим общепринятым концепциям, знание всегда лежит в области теории и не способно преобразить познающего.

Есть и еще одна черта, сближающая подход Фрейда с восточной мыслью, и в первую очередь с дзен-буддизмом. Фрейд никогда не ставил во главу угла сознательное мышле-

---

<sup>5</sup> Ibid. P. 351 (курсив мой. – Э. Ф.). – Примеч. автора.

<sup>6</sup> Analysis Terminable and Unterminalable // Collected Papers: Hogarth Press, V. P. (курсив мой. – Э. Ф.). – Примеч. автора.

ние, критически оценивая возможности современного человека. Главными же в психическом процессе, происходящем в человеке, он считал сильнейшие источники неведомых доселе бессознательных и иррациональных сил, по сравнению с которыми сознательное мышление практически несущественно, несопоставимо по значимости. Разработкой метода *свободных ассоциаций* Фрейд попытался осуществить прорыв сквозь пелену сознательного мышления и раскрыть истинную природу человека. Принцип свободных ассоциаций был призван стать альтернативой логическому, сознательному и формальному мышлению, открыть в человеке новые источники, берущие свое начало в бессознательном. Несмотря на все критические нападки, которым подвергалась фрейдовская концепция бессознательного, совершенно бесспорно, что Фрейд со своим принципом свободных ассоциаций как альтернативой логическому мышлению значительным образом изменил конвенциональный рационалистический образ мышления на Западе, приближаясь в своих изысканиях к восточной мысли, где подобные идеи были развиты в значительно большей степени.

Наконец отметим еще один аспект, отличающий метод Фрейда: проводя свой анализ, Фрейд мог работать с человеком на протяжении года, двух, трех, четырех, пяти, а то и более лет, что вызывало жесткую критику со стороны его оппонентов. Здесь не стоит рассуждать о том, нуждался ли анализ в большей эффективности. Я хочу только обратить внимание

на то, что Фрейд обладал достаточным мужеством, для того чтобы признать возможность работы с одним пациентом на протяжении нескольких лет, помогая тому понять самого себя. С позиций полезности и социальной значимости происходящих в человеке перемен можно говорить, что подобный подход не имел большого смысла и что столь продолжительный анализ не оправдывал временных затрат. Метод Фрейда обретает смысл только при условии отказа от современных категорий ценности, традиционных представлений о соотношении целей и затрачиваемых средств и признания уникальности человеческой жизни, с которой никакая вещь не может быть сопоставлена по своей значимости. Руководствуясь мыслью о том, что освобождение, счастье, просветление человека (не важно, как мы это назовем) – есть первостепенная задача, мы приходим к выводу, что с ее решением не будут сопоставимы никакие затраты времени и средств. Дальновидность Фрейда, радикальный характер его методики, выражающийся в первую очередь в продолжительности контакта с одним человеком, явили собой подход, который в своей основе противостоит ограниченности мышления западного мира.

Несмотря на приведенные факты, нельзя утверждать, что восточная мысль в целом, и дзен-буддизм в частности, служила для Фрейда опорой в разработке его метода. Рассматриваемые нами особенности в большинстве своем имеют скорее имплицитное, чем эксплицитное происхождение,



т. е. являются, очевидно, неосознанными, нежели сознательными. Сам Фрейд в значительной мере был порождением западной цивилизации, главным образом западной мысли XVIII и XIX веков. Как следствие, трудно предположить, что, даже обладая глубокими познаниями в дзен-буддизме как одном из выражений восточной мысли, он основывался бы на них в создании своей системы. Человек, в представлении Фрейда, наделялся в основном теми же характерными чертами, что и у экономистов и философов XIX века: природной склонностью к конкуренции, отчужденностью, стремлением к контакту с другими индивидами исключительно в целях удовлетворения собственных экономических потребностей и инстинктов. Фрейд рассматривал человека как машину, *управляемую либидо* и существующую по закону минимизации возбуждения либидо. Человек у Фрейда эгоистичен по своей природе; с окружающими людьми его связывает лишь взаимное стремление к удовлетворению продиктованных инстинктами потребностей. Удовольствие Фрейд определяет не как ощущение счастья, а как снятие напряжения. При всем этом человек, в его представлении, переживает конфликт между разумом и чувствами, он не целостен по своей природе, а представляет собой воплощение интеллекта в духе философов эпохи Просвещения. Любовь к ближнему противоречит реальности, мистический опыт ознаменовывает возврат к *первичному нарциссизму*. Принимая во внимание эти безусловные отличия от принципов

дзен-буддизма, я стараюсь тем не менее продемонстрировать, что система Фрейда обладает чертами, способствовавшими развитию психоанализа в целом и в результате сближающими ее с дзен-буддизмом. Эти особенности не укладываются в рамки обычных представлений о болезни и лечении и традиционной трактовки сознания с позиции рационализма.

Но, прежде чем приступить к сопоставлению данного «гуманистического» психоанализа и дзен-буддизма, я хочу обратить внимание на один факт, имеющий важнейшее значение для понимания эволюции психоанализа. В наши дни произошли значительные изменения, касающиеся типа пациентов, приходящих на прием к психоаналитику, и проблем, которыми они с ним делятся.

Люди, обращавшиеся к психиатру в начале века, жаловались в основном на определенные симптомы, наподобие паралича руки, синдрома чрезмерного мытья рук или навязчивых мыслей. Одним словом, они были больны в традиционном понимании этого слова, так как существовало конкретное обстоятельство, препятствовавшее их нормальной жизнедеятельности. Поскольку очевидной причиной их мучений были конкретные симптомы, процесс лечения таких пациентов заключался как раз в избавлении их от последних. Эти люди желали страдать и быть несчастными не в большей степени, чем обычный человек в социуме.

В наши дни подобные пациенты еще приходят на прием

к психоаналитику. Для них психоанализ по-прежнему служит терапией, помогающей им избавиться от тех или иных симптомов и возвращающей им возможность быть полноценными членами общества. В свое время психоаналитику приходилось в большинстве случаев сталкиваться как раз с такими пациентами, в наши же дни они составляют меньшинство. Однако же сложно утверждать, что сократилось их абсолютное количество, в то же время появилось огромное число «пациентов» нового типа, которых в общепринятом смысле нельзя назвать больными, но которые стали жертвами «*maladie du siècle*»<sup>7</sup>, депрессии и апатии – всего, что рассматривалось в начале статьи. Приходя на прием к психоаналитику, эти пациенты не могут сформулировать и четко определить истинную причину своих страданий, рассказывая о депрессии, бессоннице, несчастном браке, недовольстве своей работой и о многих других вещах. Как правило, они убеждены, что корень их болезни кроется в каком-то конкретном симптоме и избавление от этого симптома принесло бы им выздоровление. Эти люди не в состоянии осознать, что в действительности их состояние вызвано не депрессией, бессонницей или проблемами на службе. Все эти жалобы на деле являются лишь внешней оболочкой, позволяющей человеку в условиях современного мира заявить о проблеме, имеющей гораздо более глубокие корни, чем те, что могло бы иметь то или иное заболевание. Несчастье со-

---

<sup>7</sup> болезнь века (фр.). – Примеч. пер.

временного человека заключается в его отчужденности от самого себя и от себе подобных, от природы. Человек осознает, что жизнь его проходит впустую и что он умрет, так и не прожив жизнь по-настоящему. Он живет в изобилии, но лишен радости жизни.

Чем же психоанализ может помочь больным *«maladie du siècle»*! В данном случае речь не ведется (и не может вестись) о «лечении», избавляющем человека от симптомов и возвращающем его к нормальной жизнедеятельности. Излечение страдающего от отчужденности человека заключается не в *избавлении его от симптомов болезни*, а в душевном исцелении и обретении благополучия.

К сожалению, говоря о душевном исцелении, мы затруднимся с его конкретным определением. Опираясь на категории системы Фрейда, мы должны были бы рассматривать благополучие через призму теории либидо, т. е. определять благополучие как возможность нормального осуществления сексуальных функций и признания скрытого эдипова комплекса. Однако, по моему мнению, такая трактовка лишь в незначительной степени отвечает на вопрос о благополучии человека. Пытаясь дать определение понятию душевного исцеления человека, мы неизбежно переступим границы фрейдовской системы. В то же время мы вынуждены будем углубиться в априори неспособное быть исчерпывающим рассмотрение самой основы «гуманистического» психоанализа, а именно понятие человеческого существования. Лишь та-

ким образом сопоставление психоанализа и дзен-буддизма получит реальную основу.

### III. Благополучие человека сквозь призму его психической эволюции

Благополучие можно определить как *существование человека в соответствии с его природой*. Отталкиваясь от этой общей формулировки, мы задаемся вопросом: что в современных условиях существования есть человеческое бытие и чем характеризуются сами эти условия?

Бытие человека само по себе задает вопросы. Появление человека на свет и его уход из этого мира происходят не по его воле. Животное, в отличие от человека, инстинктивно адаптируется к окружающему миру и полностью сливается с природой. Для человека же, лишённого этой возможности, жизнь не может быть прожита сама по себе. Он должен *прожить* ее. Человек принадлежит природе, и в то же время, осознавая себя как индивида, он *выходит за ее пределы*. Это осознание порождает в нем ощущение абсолютного одиночества, отчуждения и беспомощности. В каждый момент своего существования, всем своим существом, рассудком и телом, в раздумьях и мечтах, во время сна и еды, плача и смеясь, он вынужден отвечать на вопрос, задаваемый жизнью. Что же это за вопрос? Его можно сформулировать так: как избавиться от страданий, отчужденности, преодолеть угрызения совести, явившиеся следствием этой отчужденности,

и как обрести гармонию в отношениях с самим собой, с себе подобными и природой? Человек отвечает на этот вопрос тем или иным образом. Даже будучи безумным, скрываясь в воображаемой реальности от отчужденности, он дает тем самым на него ответ.

Если вопрос этот всегда один, то ответов на него может быть несколько, во всяком случае есть два главных. Один из них решает проблему отчужденности и обретения гармонии путем возврата к целостности, присущей человеку в «досознательный» период его жизни. Второй же ответ предусматривает «полноценное рождение» человека. В данном случае индивид должен возвыситься над собственным эгоцентризмом путем обретения способности любить, достичь новой гармонии с окружающим его миром через углубление самосознания и эволюцию разума.

Говоря о рождении, мы, как правило, имеем в виду происходящий через девять месяцев после зачатия физиологический процесс. Однако существование ребенка на протяжении первой недели после появления на свет во многом напоминает не жизнь взрослого человека, а пребывание в материнской утробе. Тем не менее не подлежит сомнению уникальность акта рождения при перерезании пуповины. При этом ребенок начинает самостоятельно дышать, и отныне всякая деятельность будет освобождать его все больше от первоначальной зависимости.

По природе рождение является процессом, а не одномо-

ментным явлением. Смысл жизни заключается в «полноценном рождении». Однако человеческая трагедия как раз и состоит в том, что большинство из нас умирает, так и не «родившись» по-настоящему. Жизнь подразумевает ежеминутное рождение, тогда как смерть есть прекращение этого рождения. Человеческий организм, если рассматривать его с точки зрения клеточной системы, находится в процессе непрерывного рождения. *Психологически* же человек, как правило, в своем рождении на определенном этапе останавливается. Есть люди, которых можно назвать «мертворожденными».

Они живут лишь на физиологическом уровне, в мыслительном же отношении, будучи безумными или практически безумными, они желают вернуться к ситуации внутриутробной жизни в темноту, в смерть. Есть и много таких, кто продолжает жить, но, будучи не в состоянии до конца разорвать пуповину, на протяжении всей своей жизни остается неотделимо привязанным к матери и отцу, семье, расе, государству, социальному положению, деньгам, богам и т. д. Эти люди никогда не смогут «родиться по-настоящему», ибо не в силах избавиться от своей зависимости<sup>8</sup>.

---

<sup>8</sup> Майстер Экхарт в своей «Книге благословений» замечательно описал процесс эволюции человека от привязанности к отцу и матери до обретения полной независимости и просветления. «На первом этапе, – говорит святой Августин, – для внутреннего и нового человека примером служат добродетельные, набожные люди. В этот период он остается ребенком, привязанным к материнской груди. // На втором этапе даже хорошие люди перестают быть в его глазах примером для



Предпринимаемые регрессивные попытки достичь блаженного состояния предрождения могут быть разного свойства, их объединяет лишь неудачный конечный результат, не приносящий человеку ничего, кроме мучений. Если человек однажды утратил божественное, предчеловеческое слияние с природой, он уже никогда не найдет пути назад – дорогу ему преградят два ангела с огненными мечами в руках. Он сможет возвратиться, лишь погибнув либо потеряв разум, ибо сделать это при жизни или в здравом рассудке невозможно.

Поиск регрессивного единения может вестись несколькими патологическими и иррациональными способами. Челю-

---

слепого подражания. Он ведет непривычный для себя поиск разумного наставления, доброго совета, святой мудрости. От человека он поворачивается к Богу: он оторвался от материнской груди и улыбается священному Отцу. // На третьем этапе он отдаляется от матери все более, все дальше уходит от ее груди. Он отвергает опеку и отбрасывает в сторону страх. Хотя он мог бы безнаказанно быть грубым и несправедливым, это не принесло бы ему радости. Творя добро, он полностью поглощен любовью к Богу. Бог сделал его настолько твердым в радости, святости и любви, что все богопротивное видится ему презренным и омерзительным. // На четвертом этапе любовь к Богу крепнет в нем все сильнее. Всякая борьба, испытание, лишение или страдание принимается им охотно, радостно и с готовностью. // На пятом этапе он пребывает в состоянии умиротворения и наслаждается полнотой абсолютного невыразимого знания. // На шестом этапе, преображаясь вечным божественным началом, он претерпевает перерождение. Он достиг абсолютного совершенства и, забывая обо всем мирском и суетном, воплощается в образ Божий и становится Сыном Господа. Следующего за этим более высокого этапа не существует. Здесь обретается вечный покой и блаженство. Венец устремлений нового или внутреннего человека есть вечная жизнь» (Eckhart M. London. M. Watkins, 1952). – Примеч. автора.

века может преследовать мысль о возвращении в материнское лоно либо в землю, т. е. идея смерти. Результатом этих желаний станет самоубийство или безумие, в случае если человек не сумеет с ними совладать. В меньшей степени деструктивным и иррациональным можно считать стремление оставаться всю жизнь зависимым от материнской заботы либо власти отца.

Эти стремления характеризуют два различных типа людей. К первому относится человек, остающийся навсегда привязанным к материнской груди. В жизни он предстает беспомощным сосунком, для которого высшая радость заключается в том, чтобы его любили, защищали, заботились о нем, восхищались им. Отдаление от матери вызывает у него сильнейший дискомфорт. Ко второму типу принадлежат люди, на протяжении всей жизни остающиеся под властью отца. Они и сами могут проявлять достаточно инициативы, но только в случае если над ними есть человек, служащий для них непререкаемым авторитетом и регулирующий всю их жизнедеятельность. В иной плоскости лежит деструктивное стремление к всеразрушению как средству преодоления отчужденности. Охваченный такой идеей человек может смотреть на окружающий мир как на пищу и стремиться поглотить все, что его окружает, или же хочет разрушить все вокруг, пощадив лишь себя самого. Другой попыткой преодолеть кризис существования становится возведение нерушимого бастиона вокруг собственного «я», уподобленному

при этом чему-то неодушевленному; в обладании материальными ценностями, властью, престижностью положения в социуме, своим интеллекте такой человек находит жизненную опору.

Лишаясь бессознательного единения с природой, человек мало-помалу преодолевает и свой нарциссизм. Только что родившийся ребенок не ведает об окружающем его мире, для него реальностью является лишь он сам и материнская грудь, с которой он продолжает составлять единое целое. Для него еще не существует разделения на субъект и объект. Через некоторое время ребенок начинает производить дифференциацию по схеме «субъект – объект», но лишь на уровне различения «я – не я». Что же касается *эмоционального* уровня, то здесь человек если и имеет шанс изжить в себе нарциссическую идею о собственном всезнании и всемогуществе, то возможным это может стать лишь по достижении им полной зрелости.

Для невротиков подобное нарциссическое представление характерно в той же мере, что и для детей, однако в отличие от них оно, как правило, существует на сознательном уровне. Для ребенка, живущего исключительно своими желаниями, реальностью является то, что он хочет видеть, но не то, что существует в действительности. В случае неисполнения своего желания ребенок приходит в ярость, стремясь посредством отца и матери изменить окружающий мир так, чтобы его желание реализовалось. Достигая зрелости, нормаль-

но развивающийся ребенок приходит к осознанию реальности и принимает ее правила игры, отказываясь от этого нарциссического посыла. Невротик же по-прежнему исходит из своих представлений, основывающихся на нарциссизме, все еще пребывая в уверенности, что мир должен подчиняться только его желаниям. Сталкиваясь с обратным, он или безуспешно пытается заставить реальность подчиниться своей воле, или испытывает ощущение собственной беспомощности. Если для зрелого человека свобода означает осознание реальности, принятие ее непреложных законов и жизни в соответствии с ними, постижение и осмысление окружающего мира, осознание собственного места в нем посредством разума и чувств, то для невротика свобода, осознает он это или нет, – это лишь идея о собственном нарциссическом всемогуществе.

Подобные различия подразумевают и разные типы мышления и, как следствие, разные *модели существования* в качестве варианта ответа, который дает человек на поставленные жизнью вопросы. Все существующие религии дают те же ответы. Человек на протяжении длительной эволюции, начиная с каннибализма, избирал из массы разнообразных ответов на экзистенциальный вопрос, сам того не ведая, один из существующих вариантов. Человек Запада, как правило, полагает, что в душе он вполне соответствует принципам христианской или иудейской морали либо же является приверженцем просвещенного атеизма. В действительности, если

бы существовала возможность проанализировать человека при помощи некоего «психического рентгена», стало бы очевидно, что в нашем обществе очень мало истинных христиан, иудаистов, буддистов, приверженцев дао и огромное число каннибалистов, тотемистов и различных идолопоклонников. Всякая религия по существу представляет собой упорядоченный и детально разработанный ответ человечества на ставящийся жизнью вопрос. При этом для человека даже самая примитивная религия становится удобным и уютным убежищем, где можно было общаться с единомышленниками. Если же регрессивные устремления индивида приходят в противоречие с его сознанием или с интересами социума и его собственная тайная «религия» не может быть разделена с другими, она превращается в невроз.

Зная *личный* ответ конкретного пациента или вообще любого человека на экзистенциальный вопрос, который ставит перед ним жизнь, — иными словами, его собственный культ, которому он служит, мы сможем понять его. Не имеет смысла «лечить» такого пациента, прежде чем нам не станет известен его тайный культ, его основополагающий ответ жизни, ибо многие так называемые психологические проблемы являются в действительности отголосками этого самого «ответа».

Отталкиваясь от сказанного, мы встаем перед необходимостью определить понятие благополучия.

Под благополучием нужно понимать достижение челове-

ческим разумом полной зрелости. Речь здесь идет о зрелости не только с точки зрения способности критически мыслить, но и такого осознания реальности, при котором, говоря словами Хайдеггера, человек обретает способность «позволять вещам быть» тем, чем они являются в действительности. Человек может достичь благополучия лишь в той степени, в которой он открыт для окружающего мира, способен реагировать на него («пробужден» и «пуст» в дзен-буддистском понимании). Благополучие характеризуется эмоциональной насыщенностью жизни человека в его отношении к другим индивидам и природе, в его способности преодолеть отчуждение и ощутить единение с окружающим миром, с одной стороны, и осознание собственного отдельного и неделимого «я» – с другой. Это благополучие подразумевает полное рождение человека, реализацию заложенного в нем потенциала, т. е. его пробуждение, избавление от усредненности, обретение способности испытывать полную гамму чувств – от бурной радости до глубокой печали. При этом человек должен быть способен творить, реагировать на окружающий мир, ответствовать как перед самим собой, так и перед всем, что его окружает; предстать цельной личностью, действительно существующей в мире одушевленных и неодушевленных объектов. Давая истинный ответ миру, человек-творец в то же время способен этот мир реально воспринимать. В творческом отношении к миру человек должен рассматривать его как продукт собственного восприя-

тия. Как следствие, этот мир перестает быть для него чем-то чужим и далеким и становится своим. В конце концов благополучие состоит в умирении своего эго и пересмотре жизненных приоритетов. Человек должен отказаться от стяжательства, от стремления к собственной неприкосновенности и возвеличиванию. Смыслом жизни должна стать не вечная жажда обладания, накопления, наживы и потребления, а радость самого бытия, осознание собственной неповторимости в этом мире.

Сказанным я предпринял попытку соотнести развитие человеческой индивидуальности с историей религии. В силу того что настоящая статья посвящена сопоставлению психоанализа и дзен-буддизма, мне представляется необходимым рассмотреть эволюцию религии хотя бы в некоторых психологических аспектах.

Как я уже отмечал, само бытие ставит перед человеком вопрос. Вопрос этот порожден заложенным в человеке противоречием: принадлежностью к природе, с одной стороны, и пребыванием вне ее, обусловленным осознанием собственного бытия, – с другой. Человек является «религиозным», если он подходит к этому основополагающему вопросу не формально, а стремится дать на него ответ всей своей жизнью. Аналогично любая система представляет собой «религию», если она пытается дать свой ответ на этот вопрос и понуждает к этому людей. Соответственно всякая культура и всякий человек, не ищущий ответа на экзистенциальный

вопрос, нерелигиозны по своей сущности – лучшим примером чему служит человек XX века. Озабоченный мыслями о материальных благах, престиже, власти, карьере, современный человек пытается уйти от ответа на данный вопрос, стараясь забыть о самом факте своего существования, а значит, о факте существования своего «я». Не имеющий собственного ответа человек не способен к развитию, в своей жизни и смерти уподобляясь одной из миллионов произведенных им вещей. При этом не имеет значения, насколько глубоки его религиозные убеждения, как часто он думает о Боге или посещает церковь. Такой человек вместо того, чтобы *верить* в Бога, лишь *думает* о Нем.

Однако религии в своих ответах на экзистенциальный вопрос могут принципиально отличаться друг от друга, и было бы заблуждением обобщать их в этом аспекте. Существующие религии во всем многообразии дают два в корне противоположных друг другу ответа на этот основополагающий вопрос. Мы уже затрагивали данные ответы, говоря об отдельных индивидах.

Первый ответ заключается в восстановлении единства с природой через уподобление животным, отказ от разума, возвращение к лишенному сознания первобытному образу жизни. Подобная идея может принимать весьма разнообразные воплощения. В качестве одной из крайностей можно привести пример германских подпольных обществ «медведерубашечников». Посвящаемый в эту организацию ново-



бранец должен уподобиться медведю и «изменить свой человеческий облик в приступе агрессии и безудержной ярости, став похожим на бушующего зверя»<sup>9</sup>. (Проводя параллель между «медведерубашечниками» и гитлеровскими «коричневыми рубашками», легко понять, что идея возвращения человека к первобытному единению с природой культивируется отнюдь не только на уровне примитивных обществ. Если большинство членов национал-социалистской партии – политиков, юнкеров, генералов, бизнесменов и чиновников – были просто людьми нерелигиозными, жестокими и жаждущими власти, то возглавлявшие ее Гитлер, Гиммлер и Геббельс были по большому счету теми же примитивными «медведерубашечниками», религиозная идея которых состояла в той же «священной» ярости и страсти к разрушению. «Медведерубашечники» XX столетия вернули к жизни миф о «ритуальном убийстве», приписываемый ими евреям. Подсознательное желание разрушения нашло выражение в ритуальных убийствах. Производя «ритуальные убийства» евреев, потом иностранцев, наконец, уже самих немцев вплоть до членов собственных семей и самих себя, они реализовывали таким образом свои деструктивные устремления.)

Стремление к первобытному единению с природой может принимать массу других, не столь архаичных религиозных воплощений. Данная идея прослеживается в религиях пле-

---

<sup>9</sup> Eliade M. Birth and Rebirth. New York: Harper, 1958. P. 84. – Примеч. автора.

мен, где происходит отождествление с тотемным животным, где есть культ дерева, озера, пещеры и т. д. Проявляется это и в оргиастических культах, стремящихся подавить в человеке рассудок и моральные установки. Все, что приближает человека к первобытной близости с природой, является священным для подобных религий. Тот, кто стоит ближе всех к поставленной цели, как, например, шаман, и будет «святым». К противоположному лагерю относятся все религии, где ответом на экзистенциальный вопрос служит идея эволюции человеческого разума, воспитания в человеке умения любить, и как результат – обретение гармонии с природой и другими индивидами. И хотя у некоторых относительно примитивных обществ подобные идеи прослеживались лишь отчасти, но не подлежит сомнению, что своеобразным Рубиконом человечества явился период в пределах примерно с 2000 года до н. э. и до Рождества Христова. Этот временной отрезок ознаменовался глобальными переменами в человеке, выразившимися в появлении таких религий, как даосизм и буддизм на Дальнем Востоке, религиозных революциях Эхнатона в Египте, зарождении зороастрийской религии в Персии, религии Моисея в Палестине, Кецалькоатль – в Мексике<sup>10</sup>.

Эти религии сближает мысль о единении – уже не в регрессивном значении, достигаемым путем стирания индивидуальности и возврата к лишенной сознания райской гармо-

---

<sup>10</sup> См.: Sejournee L. *Burning Waters*. London: Thames Hudson, 1957. – Примеч. автора.

нии. Единение рассматривается теперь в новой плоскости; прийти к нему человек может, лишь преодолев отчужденность, изоляцию самого себя от окружающего мира и осуществив тем самым подлинное рождение. Человеческий разум должен достичь полного развития, после чего для индивида откроется доступ в деятельное, интуитивное проникновение в реальный мир, что является неременным условием достижения подобного единения. Устремление этих религий направлено не в прошлое, а в будущее, и цель их определяется понятиями «дао», «нирваны», «просветления», «блага», Бога. Социокультурные различия между странами происхождения данных религий обусловили выбор того или иного символа. Властный образ величественного монарха или вождя племени был характерным символом для западного общества. Однако уже в ветхозаветную эпоху подобный образ начинает претерпевать изменения. Всемогущего вершителя судеб теперь связывают со своими подданными соглашения, содержащие определенные обещания. Например, достижение человеком гармонии с природой в срок, определенный мессией, является целью пророчеств; для христианства же характерно представление Бога в человеческом образе. В распространенных западных религиях антропоморфные авторитарные составляющие практически не претерпевают изменений. Примером же почти полного их отсутствия может служить философия Маймонида, или мистицизм.

# 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.