

# **«СМЕРТЬ ЖАТВУ ЖИЗНИ КОСИТ»**

Нелегко хладнокровно, со снисходительной мудростью разговаривать о тех случаях, когда по злой воле рока или недоброй прихоти близкого уходят в вечную темноту молодые...

В разговорах на эту тему часто скатываются в мистику, объясняя внезапную гибель молодого человека платой по кармическим долгам. Но спрашивается: кто без греха? Почему одни доживают до старости, а другие отправляются в мир иной до времени, встречают смерть на взлете?

Решая насущные проблемы, в том числе и экономические, на страницах нашего журнала, нелишне обратиться к этим вечным вопросам. Ответить на них согласился главный психотерапевт области, доктор медицинских наук, заведующий кафедрой психотерапии и психоанализа Новосибирской государственной медицинской академии **Владимир Юрьевич ЗАВЬЯЛОВ**.

— Жизнь можно понять только тогда, когда в мыслях присутствует идея смерти. Поэтому понятие о смерти как границе жизни включает — сколько жить, как жить, качество жизни.

Вспомните о философии гедонизма — наслаждения жизнью. Эта философия имеет смысл только в том случае, если человек знает: смерть рядом. Нельзя ждать случая, не стоит упускать момент! Надо жить так, как будто завтра придет конец. Только тогда ты каждую минуту проживаешь со всей полнотой, со вкусом.

Сознательное, не омраченное тревогой ожидание смерти резко усиливает впечатления от жизни. Фронтовики утверждают, что на передовой сильно обостряется восприятие действительности. Те, кто сидел в концлагере, утверждали: в мирное время жить намного скучнее. Казалось бы, люди столько испытали, были в ужасных условиях! Но в той нечеловеческой обстановке обострялось ощущение жизни, им, как это ни парадоксально, было приятно жить. Просто жить, дышать, быть живым...

© ЭКО 2002 г.



Сегодня спросите любого: приятно ли ему просто жить? Немногие ответят положительно, в основном люди начнут перечислять: того нет, этого... «Мерседес» нет, в «Жигулях» немыслимо ездить! И уж, конечно, очень немногие радуются просто тому, что дышат, что живы.

Ум человека не способен в чистом виде представить смерть, это всегда какая-то иная жизнь. Многие мои клиенты боятся умереть, представить себя в гробу, в могиле. Потому что никто не может так просто себе представить темноту, растворение в вечном, в абсолюте. Поэтому в рассуждениях о смерти всегда присутствует жизнь, но она иная. У самоубийц это – размышления о красивой загробной жизни. Смерть – это и загробная жизнь, это тоже жизнь.

Представим, что биологически человек стал бессмертным. Ученые научились тормозить процесс старения, создали возможность жить вечно. Думаю, на вечную жизнь будут согласны меньше одного процента людей. Остальные будут жить столько, на сколько хватит их фантазии.

У большинства ее хватит лет на 80, 100, 120, дождутся праправнуоков... А после перед ними встанет проблема: что делать дальше? Биологическое бессмертие не обеспечит человеку счастливой жизни.

Жить надоест смертельно, потому что до 50–60 лет человек изучает действительность, а потом многое становится ясным: как устроен мир, чего можно ждать, чего – нет смысла. Теряется интерес, по крайней мере, к внешней части жизни.

Ведь все повторяется. Взять ту же моду, раз в 20 лет она возвращается, те же политические ситуации, катаклизмы. Помните, у Булгакова Воланд спрашивает у Коровьева: «Ну как, люди изменились за 400 лет?» Тот отвечает: «Ничего не меняется, так же любят деньги, так же хотят, чтобы их обманывали...»

– Порой срок нашей жизни, ее качество напрямую зависят от нашего умения приспосабливаться к обстоятельствам, держать, что называется, нос по ветру. Чем это обусловлено?

– Во-первых, стремлением придерживаться старых порядков, не меняться. Это свойство называется психологи-

ческой ригидностью. Оно запрограммировано природой человека и его опытом. Впрочем, вся генетика человека, его генетический код есть проявление ригидности. То, что когда-то принесло успех, способствовало выживанию рода, вида, закрепляется, и вытравить это из генетической памяти очень трудно. Тот же самый феномен действует в жизни отдельного человека. Дети очень часто что-нибудь выпрашивают, буквально вымаливают. Почему это поведение закрепляется? Потому что оно вознаграждается. Если отец с матерью шли у ребенка на поводу, то впоследствии такое поведение закрепляется, и исправить его можно только героическими усилиями.

Как правило, в основе невроза лежит закрепление какого-то поведения. Порой бывает так, что уже самому человеку оно не нравится...

– Поскольку он понимает, что оно ведет к неудачам, потерям в жизни?

– Да. Родители приучили ребенка приспособливаться, выпрашивать, «стоять на задних лапках». И дальше он будет так поступать – выпрашивать себе зарплату, льготы... Любит народ у нас льготы, в традиционной системе воспитания такие качества особенно одобряются. Родители не любят «повстанцев», тех, кто борется за свои права. Представьте себе такую картинку: благополучная семья, где четко распределена власть: кто приносит деньги, тот и управляет всем. В ней растет восьмилетний ребенок, который требует, чтобы с ним считались, ведет себя с достоинством. Как родители будут себя с ним вести?

– Будут подавлять? Но ведь, если родители преуспевают в этом, они могут поселить в душе ребенка смятение, нарушить внутренний баланс?

– Родители чаще всего пытаются укрепить ребенка в мысли, что бороться за свои права – неправильное поведение, ничего он этим не добьется, на все его требования ответят отказом. Поэтому большинство детей с детства постигают истину: скориться с родителями невыгодно...

– А если, наоборот, из-за попранного чувства справедливости некоторые постоянно будут стремиться отстаивать свои права?

– Может быть и такое. Но это удел очень немногих. Для этого нужно иметь характер борца. Что редко бывает.

– Почему?

– Потому что борцов по природе немного – один-два процента.

– Но они могут потратить все силы порой на бессмысленную борьбу, потому что не так-то просто изменить социум...

– Да, вы правильно говорите, у них так и уходят силы. Большинство же людей идет по пути приспособления. Умные родители понимают, что нельзя подавлять ребенка, его инициативу. Наоборот, надо стимулировать самостоятельность. Вот тут-то и возникает почва для конфликтов. Предположим, ребенок проявил инициативу, решил сам испечь торт. Перевел массу продуктов, что-то сжег, торт получился невкусный, дорогой. Как поступать взрослым? Хвалить? Но это будет ложь: за что хвалить-то? Неумело сделано. Ругать? Многие родители в растерянности. Как правильно поступить? Не наказывать за инициативу, но и не хвалить за ерунду, чтобы не повторствовать расточительности, не формировать иллюзии насчет исключительных способностей ребенка, иначе он не будет учиться. Приготовление пищи – искусство, а дети могут думать, что это легко.

Откуда берутся неудачники? Какие-то действия, которые приносили пользу раньше – в детстве, юношестве, в общении с родителями, бывают во взрослой жизни совершенно неэффективны: вымаливать, выпрашивать, приспособливаться... Или наоборот: посыпать куда подальше, решать правду-матку в глаза... Но изменить поведение мешает сила инерции, внутренний автоматизм.

– Возвращаясь к теме жизни и смерти, хочется спросить: видимо, жизненный автоматизм нередко приводит к трагическим обстоятельствам, стереотипы поведения могут подвести к роковой черте?

– Конечно, в некоторых ситуациях мы ведем себя неэффективно. Допустим, у вас произошла стычка с незнакомым человеком. В этот момент идет очень быстрый обмен символами, называемый проективной идентификацией. То есть вы видите в нем то, что знакомо вам, он – то, что понятно ему. Реальность складывается как бы из двух планов: тот, что есть на самом деле, и то, что человек думает о ситуации, привносит из прошлого опыта.

Вы видите в этой ситуации привычное, но не успеваете понять: ситуация не имеет ничего общего с тем, что с вами много раз происходило, и не понимаете, что этот человек опасен для вас. Необходимо время, чтобы узнать человека по-настоящему, а вы успеваете только наложить на него какой-то образ, спроектировать свои ожидания.

В политике сплошь и рядом срабатывает этот феномен: арабы всегда такие-то, мусульмане – такие-то, евреи – эдакие. Это и есть проекция. Нужны огромные усилия, переговоры, время, культурный обмен, чтобы снять проекцию, выстроить отношения.

А когда времени для осмысления нет, все происходит в секунды, срабатывает мифологическое мышление. Видят не реального человека, а какой-то образ. Поэтому жертва в стычке воспринимает не реального человека, а некую мифическую силу, которой необходимо подчиниться...

– Но ведь нередко жертвами становятся сильные, смелые люди, которые могут за себя постоять...

– Когда нет возможности проанализировать ситуацию, человек ведет себя так, как диктует некий миф.

– Из-за страха?

– Нет, все гораздо сложнее. В таких ситуациях как бы выстраивается некий спектакль. Предположим, в схватке участвует несколько человек. Ночь. Начинают действовать законы мифологического сознания. Роли распределены: ты будешь убийцей, палачом, ты – жертвой, а мы – судьи. И это диктует поведение, в том числе и жертвы.

Человек может убежать с самого начала. Этот поступок можно назвать разумной, рациональной трусостью, а луч-

ше – осторожностью. Или выбором! Кто скажет, что он – трус? Он убежал, не захотел играть роль. Но для этого нужно иметь очень развитое сознание.

Если же человек не убегает, значит, он принимает распределение ролей, и тогда правилами сюжета ему диктуеться поведение. И тут сильный человек вдруг становится вялым, пропускает удары, боится ножа. Да не ножа, а какого-то волшебного меча! Понимаете – действует закон мифологического мышления! Человек дает себя убить, другой убивает, а потом говорит: что со мною было – не знаю. Когда люди выходят из этого состояния, они даже не могут поверить, что вели себя не так, как требовало сознание, а так, как диктовал им какой-то миф.

О мифологическом мышлении мало пишут, считается, что это выдумка, на самом деле это – основа нашего поведения. И в таких вот острых ситуациях оно срабатывает. Тем более что мы с вами сейчас спокойно рассуждаем об этой ситуации, поэтому можем «пораскинуть мозгами».

**– А можно ли изменить ситуацию, не принять условия игры?**

– Люди, живущие в одной культуре, говорящие на одном языке, обладают одной системой мифов, представлений. Возьмем волшебную сказку – кусочек мифа, эпоса, в которой всегда есть противоборство двух сил, доброй и злой. Когда мы сталкиваемся с каким-то противостоянием, всегда должно быть распределение ролей. Кто-то играет одну роль, кто-то – другую.

Однако существует много способов выйти из трагического сюжета, для этого надо как-то себя повести нестандартно. Например, предложить всем выпить, отдать деньги, не бороться.

Если же нет выхода, и ситуация развивается по всем правилам навязанного вам спектакля, тогда обязательно следует предсказуемый результат.

Известно, что в 70% случаев убийц и жертва – знакомые и даже родственники, потому что это – развитие интимных, глубоких отношений между жертвой и палачом.

– Но все-таки почему становятся жертвами сильные, бесстрашные люди?

– Что-то почувствовали... Люди, бывшие в такой ситуации, говорят: что-то с ними происходит, они автоматически начинают действовать не так, как обычно. Иногда ведут себя, как в детстве. Ко мне недавно на консультацию пришел старший лейтенант из Чечни. Ситуация была такая: его забросили в горы, и он с тревогой ожидал возвращения вертолета, чтобы его забрали. Он рассказывал мне, что действовал так, как в детстве, когда его мама не забирала из садика. Он страдал, чувствовал страх и обиду, как будто в свои 24 года вернулся в детство. Он, конечно, сопротивлялся этому, но переживал так же, как когда-то.

– Чтобы эти чувства его не захлестнули, он пытался их проанализировать?

– Вы правильно сказали, что иногда захлестывает! Казалось, забытый способ поведения, воспоминания управляют человеком. Он ведет себя как маленький, ему нельзя быть сильным. Поэтому сильные люди входят в роль и дают себя убить.

– Почему же в такой ситуации человек забывает о своем физическом преимуществе, не использует его?

– В восточных единоборствах самое главное – дистанция. Все происходит на расстоянии. Когда борцы еще только смотрят в глаза друг другу. Духовный компонент борьбы считается самым главным, бойцы еще не вошли в контакт, но очень быстро определяется, кто должен победить. Даже в футбольном матче бывает: все уже ясно, кто выиграет, но вдруг в какой-то момент раз – и закатывается гол...

– Человек сознает свое преимущество, силу. Но вот он посмотрел своему будущему палачу в глаза – и что происходит?

– Можно сказать, что в таких ситуациях люди входят в какое-то необычное состояние сознания. В измененном состоянии сознания человек совершенно иной. Обычно он – сильный, умелый, а тут он – слабый, обмякший.

Бывает, скажем, такое – человек заболел, родственники его любят, жалеют, ухаживают... Это запоминается. Когда человеку очень нужно, чтобы его жалели, любили, он вдруг размякнет, ему не хочется бороться. Входит в это состояние, и если не сможет вовремя собраться и выйти из него, становится жертвой.

Привычное очень опасно. Психическая деятельность, как доказал наш знаменитый физиолог И. М. Сеченов, представляет собой результат торможения привычных действий, привычек, рефлексов. Пока ты делаешь что-то на уровне рефлексов, тебе сознание не нужно. Работает автоматизм. Когда ты не можешь действовать так, как привык, из сознания сразу уходит автоматизм. Поэтому всякое привычное действие тормозит сознание. А если оно у вас заторможено – вы в опасном положении.

– **Наши близкие с целью контроля, наверное, или чтобы их пожалели, любят говорить о своей будущей смерти. В какой мере подобные разговоры определяют внутреннее состояние?**

– Надо уметь принять смерть другого. У нас в культуре нет этого, мы все стараемся отмахнуться от неизбежного, тем самым демонстрируя неуважение к смерти. Человек умер – надо уважать смерть.

– **Вы рассказали о том, насколько жестко действуют зачастую законы мифологического сюжета. Но по Уголовному кодексу, жертва – это жертва, убийца – это убийца...**

– Для этого и был в России суд присяжных, который рассматривал скрытые мотивы преступления, подноготную того, что произошло. Если бы сегодня полковника Буданова судил суд присяжных, его члены бы заинтересовались, что стоит за его поступком, почему он убил эту девушку. Перед судом присяжных он бы раскрыл свои чувства и объяснил свои мотивы: считал, что она – снайпер, двенадцать потерь – дело ее рук, я смотрел на нее и видел, как она стреляет... И в то же время важно изучать психологию жертвы: почему она ею стала?

– Конечно, все можно чем-то объяснить. Даже поговорка есть: все понять – все простить. Но ведь даже самые сложные конфликты можно решить бескровно?

– А если вдруг дали в руки нож? Вкладывать в руки нож – это очень мощный посыл. О, это такая провокация! Пистолет, нож провоцирует человека на действия. Многие, кто начинает носить оружие, испытывают несколько месяцев навязчивое желание выхватить его и использовать. Вы когда-нибудь брали хороший нож в руки?

– Упаси Господи!

– Попробуйте, возьмите! Вам захочется его куда-нибудь воткнуть. В самом устройстве этого инструмента заложена его функция. К сожалению, это явление не рассматривают глубоко – что значит дать человеку нож, оружие. Это означает – дали некое задание. Нужно иметь хороший самоконтроль, мужество, чтобы выбросить его... И время нужно. Сознание человека очень медленно работает, к сожалению. Почему смертную казнь отменили? К человеку после 10 лет тюрьмы и раздумий, наконец, приходят трезвые мысли, просыпается сознание. Некоторые раскаиваются.

Сознание человека плохо развито. Поэтому в сложных обстоятельствах оно практически не работает. Многие действуют автоматически.

– Но вы же не пойдете убивать?

– Кто знает? Я не пойду просто так, но если речь пойдет о защите себя или близких людей?

– Но это уже ваше собственное решение, а не власть мифа?

– В чем заключается власть мифа? Миф определяет наши размышления, внутреннюю душевную жизнь. Сознание же организует внешнее поведение. Если сознание развитое, то можно так организовать эту связь, что миф будет помогать нам осуществлять полезные действия.

– Столкновению мифов способствовала наша российская действительность – перемещение социальных слоев. Сегодня

ня сформировались некие кланы – олигархи, средний класс, деловые люди...

– Я не думаю, что, вступая в какие-то кланы, люди полностью реализуют свои потенции.

Клан тоже управляет. Пока человек – член клана, он считает, что ему ничего не угрожает. Поэтому из опасения, что его выкинут из клана, многие внутренне гасят себя, тормозят. Ведь если все будут против него, то его безжалостно выбросят из своих рядов, просто-напросто раздадут. Поэтому он все, что противоречит нормам своего сообщества, подавляет в себе.

– В таком случае как уберечь себя, сохранить свою позицию, свое душевное равновесие, общаясь с людьми из разных социальных слоев?

– Целостное видение и отношение к жизни, или обращение к Абсолюту. Это единственное действительно надежно гарантирует, что ты останешься самим собой. Почему создана концепция Абсолюта как любящего Отца Небесного? Отец Небесный понимает любого. Он все может принять. Вспомним миф о блудном сыне...

Эта легенда наиболее полно позволяет представить образ Отца Небесного, Бога абсолютного, потому что он все может простить и принять. В отличие от людей, которые воспринимают себе подобных только в том случае, если те соответствуют их представлениям о принятом в их кругу поведении, мифам клана.

А как ведут себя родители по отношению к ребенку? Их просто не хватает на непредвзятое отношение. Бесконечный поток претензий... Даже родственники не понимают своих чад. А куда деться взрослому? Идти к психотерапевту, который зачастую из-за своих теоретических установок тоже не все принимает? У человека остается одна возможность – прикоснуться к Абсолюту, абсолютной личности, которая не ставит никаких ограничений и потому принимает все. Поэтому и нужна религия. И религиозность.

В обществе человек никогда до конца не будет понят и принят, неизбежны критика и давление. Всегда человек бу-

дет ощущать: все, что в нем есть, не нравится кому-то, чему-то противоречит.

– Возвращаясь к теме мифов и символов, хочется поговорить о комплексе бедности. Он отягощает нашу жизнь и порой приводит к фатальным последствиям. В чем его причины?

– Человек рождается совершенно нищим: абсолютно беспомощным, у него нет ничего, никакого багажа. Он все получает через воспитание, как бы заимствует, берет напрокат. И когда он умирает, то ничем уже не воспользуется. Хотя фараонам в гробницу клали все, что им могло бы потребоваться в загробном мире, но все понимали, что это – финал. Смерть ограничивает владение человека материальным миром. Получается, что начало жизни и конец – абсолютная бедность, нищета – пустота. Человек изначально обречен на это. Кто осмелится, тот копит богатства, хотя понимает, что все временное, неизвестно кому останется. Я создаю, а кто будет пользоваться? Это трудный вопрос. У богатых свои комплексы.

– Получается, комплекс бедности обусловлен тем, что человек подспудно понимает: нет смысла суетиться, увеличивая материальные блага?

– В греческой мифологии родители Эроса – Бедность и Богатство. С одной стороны, любовь – это щедрость, умение все отдать, все, что имеешь, стать абсолютно бедным. В то же время это богатство – ты принимаешь огромный подарок. Поэтому любовь, с одной стороны, – бедность, а с другой, – богатство. Мифология нам объясняет смысл этого явления: человек должен быть одновременно и бедным, и богатым.

– Многие люди до старости накапливают духовные богатства, занимаются активно творчеством и тем самым про-длевают себе жизнь...

– Скорее всего, это вызвано любопытством. Но духовное богатство другое – это полная максимальная духовная связь с Абсолютом. Духовное богатство – полная нищета и

бедность, отказ. У всех странников, пустынников ничего не было, но они были духовно самыми богатыми.

— Но это, наверное, скучная жизнь? А как быть с тягой к познанию?

— Тяга к познанию — первая стадия взросления, потому что людям, приобщенным к Богу, знания не нужны. Зачем все знать, если все знает Бог?

Само по себе знание тоже может быть греховным. Если речь идет о технологиях, то от этого знания сейчас задыхаются. Да, мы поняли, изучили, как все устроено, но лучше бы мы это не открывали. Мы скоро узнаем досконально, как устроен человек, но было бы лучше, если бы этот путь был для нас закрыт, потому что к счастью он не приведет. Мы поняли, допустим, от чего умирает человек, победили смерть и заставили жить вечно. А человек не хочет, ему скучно, он устал, хочет умереть, желает быть смертным. Его сделали несчастным. Только присутствие смерти дает ощущение полноты жизни. Тогда зачем знание о тайнах жизни и смерти? Чтобы разрушить человека как духовный элемент полностью?

Сейчас высказывается идея: необходимо научиться отказываться от высоких технологий, поскольку они могут привести человечество к гибели. Пока об этом рассуждают немногие, большинство уверено: чем больше будем знать, тем лучше. Но со временем это будет тема номер один — сознательный отказ от технологий.

Беседу вела Н. И. ИВАНОВА

