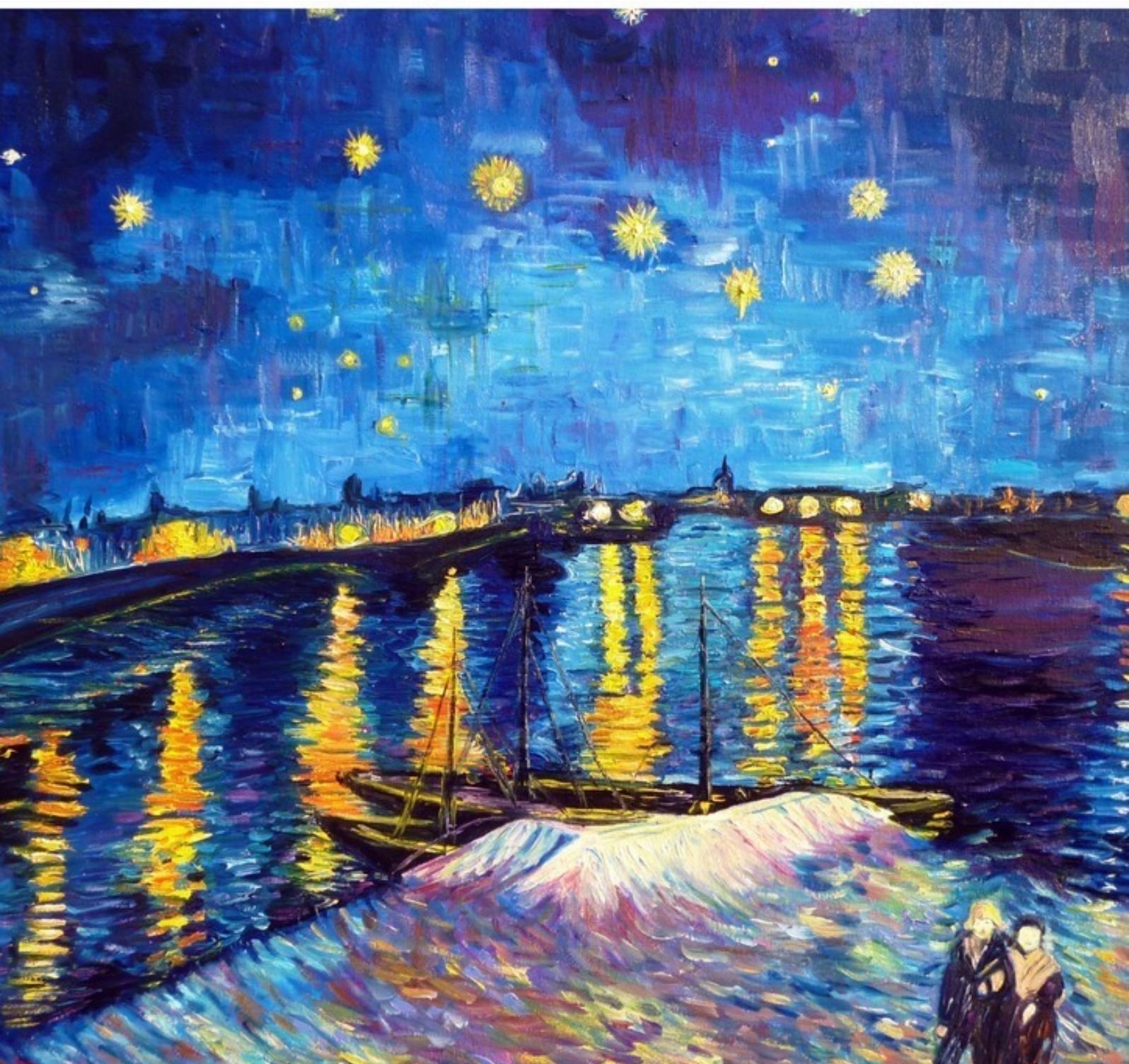


ЮРИЙ ВАГИН

---

**Страх. Тифоаналитическая  
концепция**



Юрий Вагин

**Страх. Тифоаналитическая  
концепция**

«Издательские решения»

**Вагин Ю.**

Страх. Тифоаналитическая концепция / Ю. Вагин —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-903946-0

Монография кандидата медицинских наук Юрия Вагина посвящена актуальной проблеме страха. Автор рассматривает страх как один из механизмов системы хронификации жизни в рамках оригинальной монистической тифоаналитической теории влечений. Адресовано психотерапевтам, психологам, антропологам.

ISBN 978-5-44-903946-0

© Вагин Ю.  
© Издательские решения

# Содержание

Введение	6
Глава первая. Страх	13
Конец ознакомительного фрагмента.	18

# Страх. Тифоаналитическая концепция

**Юрий Вагин**

*Редактор* Л. В. Паршина

© Юрий Вагин, 2018

ISBN 978-5-4490-3946-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Монография научного руководителя Пермского образовательного научно-исследовательского центра авитальной активности, кандидата медицинских наук Ю. Р. Вагина посвящена актуальной проблеме страха. Автор рассматривает страх как один из механизмов системы хронификации жизни в рамках оригинальной монистической тифоаналитической теории влечений.

Адресовано психотерапевтам, психологам, антропологам.

## Введение

Я собираюсь здесь и далее представить на суд читателей концепцию, которая может послужить определенным подспорьем специалистам прежде всего в сфере практической психологии и психотерапии. Я не исключаю ее полезность для специалистов других сфер деятельности и, сверх того, даже допускаю ее ценность для неспециалистов, но должен предупредить, что во всех перечисленных случаях ее восприятие, усвоение и использование требует особого, специфического склада ума, включающего в себя философский материализм с вытекающим из него атеизмом, разумную долю естественнонаучного цинизма (в лучшем смысле этого слова) и живую непосредственную детскую любознательность. Я не знаю, как люди попадают на эту мировоззренческую платформу, но уверен, что лишь с нее стоит садиться в поезд, который называется *тифоаналитической концепцией*. У человека глубоко и искренне верующего эта теория и общее направление наших мыслей вызовет здоровое раздражение, и скорее всего, отторжение, и потому, если такие славные слова, как «Бог», «вера», «любовь», «духовность», «гуманизм», «бессмертие», «нравственность» и т. п. наполнены для вас особым нуминозным смыслом и элементами святости – эта книга попала в ваши руки в недобрый час.

Вера по причинам возникновения и механизмам функционирования близка к систематизированным монотематическим бредовым вариантам защиты личности от витальной несостоятельности – и поэтому практически никогда не поддается рациональной коррекции.

Потребность в любви как безусловной, бескорыстной и беззаветной заботе о ближнем (то есть о себе) может возникнуть лишь в субъективной схеме реальности (голове) такого ближнего, который ничем эту заботу не заслужил, не способен за нее заплатить и не способен позаботиться о себе сам. По этой причине безусловная любовь и «альфонсизм» всегда идут рука об руку. Настоящая любовь – это отношение человека к объектам и субъектам окружающей реальности, которые качественно удовлетворяют его (человека) потребности. К сожалению, сегодня это редкость, и все большее количество цивилизованных людей печально едет по жизни в инвалидной коляске неразделенной любви, которую катит слепая на оба глаза вера, потряхивая облупившейся от старости погремушкой надежды.

По этим соображениям, с точки зрения человека верующего, духовного и нравственного, мы собираемся здесь «попусту усердствовать, испытывая то, что под землёю, да и то, что в небесах, выдавая ложь за правду и других научая тому же...»<sup>1</sup>. Может быть, это и так, хотя на самом деле мы собираемся исследовать здесь человека и его психику не просто в неразрывной связи с объективным миром, но, по сути, как нечто единое: как взаимосвязанный и детерминированный общими законами единый материальный континуум, в котором ни человек, ни его психика не имеют привилегированного положения. Жизнь человека и его психика закономерны в той же степени, в которой закономерен и весь доступный нам мир. Уникальности в человеке не больше, чем в воронке воды, возникающей в ванне, когда из нее выпускают воду (одна диссипативная система — человек – порождает другую диссипативную систему — воронку). Поэтому наша теория по своей природе противоположна и вере, и любой религии, и близким к ним по духу гуманистической психологии и психотерапии. Мы категорически отказываемся вырывать человека из единой ткани материального мира, равно как и рассматривать его как уникальное и неповторимое в любом отношении высшее творение.

---

<sup>1</sup> Из обвинительной речи Мелита в Афинах во время суда над Сократом.

Если в гуманистической психологии и психотерапии «все объективно происходящее для субъекта ни в коей мере не обязательно»<sup>2</sup>, если в философском идеализме «жизнь – это отрицание второго начала термодинамики, которому подчинена неорганическая материя»<sup>3</sup>, то для нас все объективно происходящее для субъекта *обязательно*. Все те самые результаты и принципы точных естественнонаучных исследований, которые, по мнению представителей гуманистической психологии, уже якобы не заслуживают более уважения, составляют основу материалистического естествознания (включая научную биологию, медицину и психологию), и подчиненность им на всех (включая высшие) уровнях функционирования личности составляет основной предмет наших исследований. Мы готовы к обвинениям в вульгарном материализме, механицизме, редукционизме, детерминизме, биологизме и тому подобных «пережитках XIX века». Каждое из этих слов значит для нас несоизмеримо больше, чем вся гуманитарность, гуманистичность, нравственность и духовность современной науки вместе взятые. Те, кто наивно полагают, что современная психология имеет поступательное развитие и современный гуманистический уклон есть на самом деле гуманистическая вершина, быстро вернутся на землю, как только речь пойдет о практической ценности гуманистических миражей и о персональной ответственности за гуманистическое совращение несовершеннолетних. Потому что если религия – это опиум для народа, то гуманизм с духовностью – это марихуана и гашиш.

\*

С физической точки зрения человек представляет собой самоорганизующуюся систему, осуществляющую обмен веществом и энергией. Для этого человек, как и любая открытая неравновесная система, должен постоянно поглощать вещество и энергию из окружающей среды и выделять их обратно. Качественное функционирование этой системы наполняет жизнь и радостью, и смыслом. Этому меня научила отнюдь не термодинамика и не Илья Пригожин, а родная мне медицина, потому что еще Платон писал, что «врачевание – это, по сути, наука о вожделениях тела к наполнению и к опорожнению»<sup>4</sup>, а Гиппократ писал, что «медицина есть прибавление и отнятие: отнятие всего того, что излишне, прибавление же недостающего»<sup>5</sup>. Не удивительно, что, имея высшее медицинское образование, я привык понимать человека как систему, основная функция которой заключается в обмене веществ: поглощении и выделении. Лишь позднее я узнал, что подобные системы в физике называются диссипативными, и понял, что термодинамика имеет неопределимое и неопцененное значение для психологии и психотерапии. Именно здесь располагается та надежная точка опоры, которая позволит нам с помощью рычага тифоанализа выкорчевать последний заплесневевший булыжник антропоцентризма с пути современного научного естествознания.

Именно эти феномены – антропоцентризм, нарциссизм и солипсизм – на протяжении столетий мешали и мешают трезвому и объективному взгляду человека на себя, природу и мир. Невзирая на все открытия науки, люди упорно пытаются поместить себя и свое бытие в центр Вселенной и нескромно объявляют себя образом и подобием ее мифического творца. Психогенез этого процесса изучен достаточно хорошо, но почему-то до сих пор, когда подобные вещи высказывает один отдельно взятый человек, это является основанием для диагностики у него расстройства психической деятельности и мыслей о госпитализации,

<sup>2</sup> Франкл В. Психотерапия на практике. СПб., 2001. С. 24—25.

<sup>3</sup> Суворов О. В. Сознание и Абсолют (философский трактат). М.: Логос, 1999. С. 167.

<sup>4</sup> Платон Пир: Собр. соч.: В 4 тт. М., 1993. Т. 2. С. 95.

<sup>5</sup> Гиппократ О ветрах, 1. Избранные книги. М., 1936.

а когда подобные вещи высказывает большое количество людей – это уважительно называется верой и религией.

Из 6 миллиардов населения Земли на сегодняшний день 33% исповедуют христианство, 19,6% – ислам, 13,4% – индуизм, 5,9% – буддизм, 3,8% – этнические религии, 0,2% – иудаизм. Итого: 75,9%, или более трех четвертей населения Земли, *на сегодняшний день по факту не способны жить спокойно и счастливо* без твердой уверенности в том, что о них заботится некая высшая сила, что у них есть некое иное, нежели земная жизнь, предназначение и что по окончании этой жизни им может светить что-то еще.

Печальная и, в общем-то, жалкая картина. Жалкая – потому что жалко, потому что обычная земная жизнь предоставляет человеку столько безвозмездной радости, столько удовольствия, столько счастья, что сознательно лишать себя всего этого во имя неизвестно чего – просто глупо. Представьте себе Винни-Пуха, который соблюдает пост, Тигру, который обрезал себе хвост, Пятачка, который ушел в монастырь, Кролика, читающего проповедь, молящуюся Алису, Карлсона с Питером Пэном, летящих в церковь, — разве это не грустно? Представьте себе Гарри Поттера, который в Хогвартсе по вечерам молится на коленях в углу: «Господи, иже еси на небеси, избави меня от Волдеморта». Это смешно и грустно, и, к счастью, ничего этого нет. Есть дети, которые радуются жизни, и есть взрослые, большая часть которых радоваться жизни не умеет и поэтому страшно боится ее (жизнь) и всегда мечтает о двух вещах: о своем детстве и о жизни после смерти.

Взрослые готовы поверить чему угодно, только не тому, что нормальная человеческая жизнь способна принести человеку полноценную радость и полноценное удовольствие. Илья Мечников писал в начале XX века, что ощущение счастья часто служит только признаком прогрессивного паралича. В начале XXI века говорят: если у тебя все замечательно – значит хорошо подобраны антидепрессанты.

Удивительно прекрасная жизнь, полная до краев красок и звуков, запахов и прикосновений, удовольствия и блаженства, радости и счастья, всегда вокруг нас – и вчера, и сегодня, и, *может быть*, завтра, и это *может быть* совсем не омрачает праздник, и то, что *завтра* может быть, *а может и не быть* – на самом деле не так уж важно. Когда у тебя есть вчера и есть сегодня – не важно, будет ли у тебя завтра. Замечательный учитель истории и журналист Ирина Колущинская часто говорила мне: «Язык – он никогда не обманывает», а наш язык, как известно, говорит: «Так хорошо, что и умереть можно».

\*

Скромность украшает не только человека, но и человечество. Не обмен веществ является обязательным условием для нашего существования (смысл которого якобы трансцендентен), а мы являемся качественной системой, позволяющей оптимальным образом переводить максимальное количество вещества из одного состояния в другое. Этот процесс мы называем жизнью. Но нам ли нужна эта жизнь? Не разумнее ли предположить, что мы являемся лишь одной из форм существования материи, наряду с другими формами, и жизнь как процесс возникает при определенных условиях закономерно и неизбежно, как и огромное количество других процессов в этом мире? Мы не являемся исключением ни с точки зрения физики, ни с точки зрения химии.

Российский биофизик М. В. Волькенштейн пишет: «сегодня имеются все основания утверждать, что современная физика не встречается с границами своей применимости к рассмотрению биологических явлений»<sup>6</sup>. Огромный и неопределимый вклад в изучение термодинамических аспектов функционирования живых систем внес замечательный российский ученый А. И. Зотин, который совершенно справедливо писал, что «главный вопрос, кото-

---

<sup>6</sup> Волькенштейн М. В. Биофизика. М.: Наука, 1988. С. 13.

рый встает при рассмотрении биологических явлений... сводится в самом общем виде к следующему: является ли это явление естественным процессом, то есть процессом перехода системы из менее вероятного в более вероятное состояние, или оно осуществляется под влиянием особых причин или законов нефизического характера, то есть является неестественным процессом. В рамках материалистических представлений кажется очевидным, что эволюция организмов представляет собой естественный процесс»<sup>7</sup>.

Из истории известно: когда Наполеон во время беседы выразил автору «Трактата о небесной механике» Пьеру Лапласу недоумение, что в его системе мира не нашлось места для Бога, ученый ответил, что у него не было нужды в этой гипотезе. Если бы нас аналогичным образом спросили: почему в нашей теории личности не нашлось места влечению к жизни, мы бы тоже ответили, что у нас нет нужды в такой гипотезе. Есть историческая традиция, основанная на очевидных, но поверхностных наблюдениях, и есть результаты практических исследований и терапии расстройств витальной активности, и эти результаты приводят нас к однозначному выводу, что не человек и не живая система обладает влечением к жизни, а окружающая нас неорганическая среда (которую в этом отношении можно назвать, если кому-то угодно, Богом) обладает тенденцией к жизни. Сама материя творит жизнь и человека из праха земного, но отнюдь не для того, чтобы он парафренно и маниакально «владевал над рыбами морскими и над птицами небесными, и над всяким животным, пресмыкающимся по земле», а лишь для того, чтобы он этот прах земной вместе с рыбами морскими и птицами небесными и всякими животными качественно переводил из одного энергетического состояния в другое. Для этого человек должен вдыхать и выдыхать, поглощать и выделять, пить и мочиться, плодиться и размножаться. Для этого человек, изгнанный из рая неорганического существования, должен, как справедливо пишет Библия: «в поте лица есть хлеб свой, доколе не возвратится он в землю, из которой взят, ибо прах он и в прах возвратится».

Изгнанный из рая неорганического существования, человек всю свою жизнь туда же и стремится. Рай этот есть смерть, и поэтому любая религия – это мысли о смерти и влечение к смерти, и любая философия – это наука умирания (Платон), и медицина – это наука о поддержании здорового умирания, и психотерапия – наука о качественном умирании, и тифоанализ – их современное, здоровое дитя, которое учит радоваться жизни как хроническому умиранию, ибо «жизнь – это упражнение в смерти. И тот, кто плохо упражняется, умирает неудачно»<sup>8</sup>, ибо «в сущности, любая жизнь имеет хороший конец – смерть. Но не каждая жизнь имеет хорошую середину»<sup>9</sup>.

*Мы за хорошую середину!* Начало жизни не зависит от нас. По поводу ее конца мы можем не переживать: смерть у нас не отнимет никто. Как бы плохо человек ни жил, один только вечный Жид, как гласит легенда, до сих пор скитается по Земле, проклиная свое бессмертие, да пара-другая сотен ученых маниакально пытаются разработать средства продления жизни и остановки смерти. С нашей наивной точки зрения, это так же глупо, как строить горку, с которой можно скатиться или очень медленно, или, в идеале, вообще нельзя скатиться. Кому нужна такая горка? И горку, и жизнь нужно строить так, чтобы они приносили максимум удовольствия – и дело здесь не в продолжительности движения по ним. Изначально наша жизнь устроена так, имеет такой «наклон», что просто обязана приносить нам хроническое удовольствие. Страдание есть признак отклонения от естественного пути,

---

<sup>7</sup> Зотин А. И., Зотин А. А. Направление, скорость и механизмы прогрессивной эволюции: термодинамические и экспериментальные основы. М., 1999. С. 6.

<sup>8</sup> Павел Флоренский (цит. по: Хиллман Дж. Самоубийство и душа. М., Когито-Центр, 2004. С. 74).

<sup>9</sup> Руднев В. Словарь культуры XX века.

и задача любого врача – избавление пациента от страдания и возвращение его к нормальной жизни.

Фрейд говорил, что задача психоанализа заключается в том, чтобы заменить невротическое страдание обычной человеческой болью. Тифоанализ имеет намерение пойти немного дальше. Нам мало заменить невротическое страдание обычной человеческой болью – мы хотим вернуть человеку радость хронического умирания, то есть радость нормальной человеческой жизни.

Влечение к смерти (как направляющая) и система хронификации жизни (как определяющая) обуславливают суть нашей экзистенции – и более в ней нет ничего. Система хронификации жизни (которую мы неверно называем инстинктом самосохранения) в необходимой степени замедляет процесс умирания, не позволяя нам приблизиться к конечному стационарному состоянию максимально быстро, но нисколько не портит нам (хотя и может) праздник жизни, а лишь растягивает удовольствие, позволяя ему (удовольствию) разливаться максимально вокруг. Влечение к смерти является той единственной движущей силой, которая директивно толкает нашу жизнь всегда в одном и том же направлении, и лишь попытки сопротивляться этому естественному движению приводят к повреждению качества жизни и усилению (как это ни парадоксально) влечения к смерти, возникновению желания умереть, мыслям о самоубийстве и другим формам саморазрушительного поведения.

\*

Так размышляя о жизни и смерти, я должен здесь отнести себя к наиболее ортодоксальным последователям Зигмунда Фрейда – создателя психоанализа и теории влечения к смерти. Ни один из ученых не оказал столь сильного влияния на мое мировоззрение, как он. До настоящего времени чтение работ Фрейда вызывает у меня ощущение глубокого удовлетворения, умиротворения и желание дальнейшего кропотливого поиска «результатов исследования или основанного на нем рассуждения и не стремиться ни к чему другому, как к достоверности»<sup>10</sup>. Ни одна из существующих теорий не объяснила мне так много и не предложила адекватного по универсальности ключа для открытия скрипучих замков симптомов и синдромов, которые гроздьями висят на дверях темниц неврозов и психозов.

Фрейд, как известно, высказывался в том смысле, что конечную цель всякого органического стремления узнать совсем не трудно: здесь просто нужно поискать старое исходное состояние, которое живое существо однажды оставило и к которому оно стремится обратно всеми окольными путями развития: «Если мы примем как не допускающий исключений факт, что все живущее, вследствие внутренних причин, умирает, возвращается к неорганическому, то мы можем сказать: целью всякой жизни является смерть»<sup>11</sup>.

«Этот король не только голый и вожделеющий к своей матери, но он еще и стремится к своей смерти», — заявил Фрейд. Эта его позиция оскорбила прогрессивное человечество еще в большей степени, чем обнаружение им элементов сексуальности у невинных младенцев. Она вошла в существенное противоречие с уже существующей на тот момент психоаналитической теорией влечений и заставила Фрейда существенно модифицировать ее. Большинство психоаналитиков вежливо отказалось от теории влечения к смерти и рассматривает ее не более чем интересную метапсихологическую спекуляцию, не имеющую ни теоретической ценности, ни практического применения.

С тифоаналитической точки зрения это далеко не так, и наша задача заключается не только в том, чтобы разрешить противоречия первой и второй дуалистической теории влечений, но и в том, чтобы показать теоретическую и практическую ценность теории вле-

---

<sup>10</sup> Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия. Харьков: Фолио; М.: ООО «Издательство АСТ», 2001. С. 408.

<sup>11</sup> Там же. С. 409.

чения к смерти. Мы предлагаем взамен дуалистической теории влечения к жизни и влечения к смерти *монистическую теорию влечения к смерти*.

Мы рассматриваем влечение к смерти не просто как биологическую, психологическую и клиническую реальность, сосуществующую в человеке наряду с влечением к жизни или противопоставленное ему, но как единственное влечение и единственную движущую силу, которые существуют в человеке, равно как и любом другом живом существе. Ни человек, ни любое другое живое существо не обладают влечением к жизни, и влечение к жизни при этом нисколько не уничтожается, но лишь выносится за скобки живого организма. Окружающая неорганическая среда обладает влечением к жизни, и лишь она при определенных условиях обязательно и неизбежно порождает жизнь как одну из форм своего существования. Однажды порожденная, жизнь влечением к жизни не обладает и не должна обладать. Процесс жизни направляется влечением к смерти, и движение в этом направлении (от зачатия к смерти) мы и называем жизнью.

Тифоанализ в целом, как совокупность специфических гипотез и точек зрения относительно психического функционирования, занимает пограничное положение между психологией (наукой о нормальном функционировании психики) и психопатологией (наукой о психической патологии). В силу своего пограничного положения тифоанализ (как и психоанализ, и аналитическая психология) выполняет две функции: он является (1) научной концепцией, которая наименее противоречиво пытается объяснить наибольшее количество фактов психической деятельности, и (2) лечебной техникой или, скорее, лечебной стратегией, поскольку технические средства нашей терапии мало чем отличаются от технических средств психоанализа и аналитической психологии. Тифоанализ возник и получил свое развитие в результате перманентной клинической практики. Психоанализ и аналитическая психология были положены в основу тифоаналитической теории не в силу случайного стечения обстоятельств или произвольного выбора, а в силу того, что из всех возможных теоретических концепций, так или иначе описывающих законы функционирования человеческой психики, эти две теории позволяли оказывать оптимальную, наиболее эффективную практическую помощь пациентам с расстройствами психической деятельности и поведения.

Будучи практиком, живущим за счет своей деятельности, я физически не могу позволить себе пользоваться техниками и теориями, которые не способны доказать своей эффективности. Большую часть своего рабочего времени я провожу в непосредственном контакте с людьми, страдающими различными расстройствами психики. Это не мешает, а возможно — и помогает, мне замечать, что не только мои пациенты, но и значительное число людей, с которыми я не работаю как психотерапевт и которые не считают, что у них есть какие-либо психические расстройства, тем не менее, не удовлетворены своей жизнью, часто не хотят жить и иногда даже хотят умереть. Я вижу, что в основе этой неудовлетворенности и саморазрушительных желаний у нормальных людей лежат те же самые причины и механизмы, что приводят к серьезным расстройствам психического функционирования и повреждениям качества жизни у моих пациентов.

Я достаточно хорошо отдаю себе отчет в том, что говорю, и смею заявить: опираясь на теорию влечения к смерти, качество жизни человека можно восстановить. Человек, который хорошо дышит, — *не хочет* дышать, человек, который хорошо ест, — *не хочет* есть, человек, который хорошо пьет, — *не хочет* пить, человек, который хорошо умирает, — *не хочет* умереть.

Теория влечения к смерти приносит нам и теоретическое удовлетворение, и практическую пользу. Мы предлагаем здесь свое видение проблемы и ее решение — решение очень необычное и противоречащее общепринятым взглядам, но мы полагаем, что прогрессивный рост в популяции авитальной активности — активности, направленной на сокращение и прекращение собственной жизни, — в большей степени, нежели мнимый прогресс науки,

способен подтолкнуть специалистов к усвоению новых знаний, которые реально помогают не заблудиться в собственной жизни и распутать клубки жизни наших пациентов.

Я не могу претендовать здесь на право вносить какие-либо предложения в сферу фундаментальных дисциплин, ибо для этого не имею достаточного образования, но могу опытом своей практической работы, своим заинтересованным отношением, своим *выбором* теоретических конструктов, необходимых для практической лечебной деятельности, внести посильную лепту в их развитие. В конце концов, для того, чтобы произошел переворот в науке и окончательная замена птолемеевой системы мира на гелиоцентрическую, понадобилась не четкая и ясная система аргументации Коперника (отсутствующая якобы у Аристарха Самосского в III веке до н.э.), а потребности межконтинентальной и кругосветной навигации. Опираясь на теорию Птолемея, невозможно совершить путешествие из Европы в Америку и вернуться живым назад. Опираясь на теорию Коперника – можно.

По ряду субъективных и объективных причин тифоаналитическая концепция далека от завершения, но не думаю, что это обстоятельство должно перевесить обоюдную полезность знакомства читателей с уже имеющимися результатами работы. Открывающиеся в свете тифоаналитической концепции перспективы исследований велики, и мы не имеем возможности даже охватить их все взглядом. Результаты применения тифоаналитической концепции на практике также оправдали наши самые смелые надежды, и возможно, что новые исследования принесут плоды, о которых мы сегодня даже не подозреваем. Мы приглашаем всех заинтересованных лиц принять участие в интересной (с нашей, разумеется, точки зрения) работе, которой нам видится непочатый край.

## Глава первая. Страх

Если в основе тифоаналитической теории и можно усмотреть некое подобие краеугольного камня, то этот камень имеет самое непосредственное отношение к страху. Можно сказать, что тифоаналитическая теория в буквальном смысле слова базируется на страхе. Этот камень был с трудом добыт в каменоломнях клинического опыта, и теперь ежедневная опора на него на протяжении вот уже нескольких лет позволяет развивать тифоаналитическую теорию и разрешать с ее помощью многие, до этого запутанные и малопонятные, теоретические и практические проблемы. Одной из таких проблем был когда-то сам страх.

Привычка по ходу чтения записывать возникающие вопросы на полях книги дает мне теперь возможность проследить ход своих размышлений. Перечитывая посвященный смерти раздел «Экзистенциальной психотерапии» Ирвина Ялома, я обнаружил на полях свои старые записи: «Почему страх?», «Почему смерть вызывает страх?». Я помню, что эти вопросы мучили меня, и ни экзистенциальная теория, ни психоанализ, ни когнитивно-поведенческая психотерапия, ни я сам не могли тогда вразумительно ответить на них. Теперь можно сказать, что ответы на эти вопросы получены. Я не убежден, что они окончательны, но уверен, что теперь лучше могу объяснить, почему возникает страх вообще и страх смерти в частности. Правда, эти ответы таковы, что сами могут вызвать страх у человека, не привыкшего к анализу глубинного устройства психики. Такая опасность есть, но здесь я могу лишь сказать, что не считаю, будто каждому человеку необходимо знать внутреннее устройство своей психики, равно как и внутреннее устройство своего тела, изнанка которого может вызвать у неподготовленного человека и страх, и шок, и отвращение.

Итак, что мы знаем о страхе? По существу, не так уж много. Что он включен в основу человеческого существования, что он естественен, что он имеет непосредственное отношение к так называемому инстинкту самосохранения, что он позволяет нам избегать опасностей, угрожающих жизни и, таким образом, полезен нам. Что, вместе с тем, разрастаясь, страх может существенно понизить качество жизни и даже повредить ей. Что борьба со страхом ставится в ряд основных задач психофармакологии и психотерапии. Что над проблемой страха размышляли выдающиеся умы человечества, и тем не менее, до настоящего момента мы не можем сказать, что имеем окончательный ответ на вопрос о природе страха. Экзистенциальный психотерапевт Антон Кемпински писал, что, несмотря на широту распространения страха, до сих пор трудно решиться не только на попытку его объяснения, но даже на попытку его рациональной классификации<sup>12</sup>.

В период учебы в институте в свободное время я иногда приходил в областную библиотеку и наугад открывал один из нескольких тысяч каталожных ящичков и выбирал в нем одну из нескольких сотен карточек. После этого я заказывал то, что мне попадалось, и читал – вне зависимости от того, что это было. Благодаря этому занятию я не только понял, насколько разнообразен мир и сколько людей в нем отдает значительную часть своей жизни разработке оптимальных вариантов строительства свинокомплексов. Иногда мне попадались любопытные вещи. Однажды «методом тыка» я обнаружил не известного мне тогда автора по имени Мишель Монтень. Сейчас мне, разумеется, смешно, потому что я хорошо понимаю, что при подобном подходе к самообразованию вероятность наткнуться на что-либо аналогичное даже при ежедневных усилиях близка к нулю – я мог бы «тыкать» всю оставшуюся жизнь. Но тогда, «проглотив» Монтеня и заучив особо понравившиеся мне латинские изречения, я очень плотоядно смотрел на оставшиеся каталожные стойки, наивно полагая, что каждая из них скрывает от меня еще тысячу Монтеней.

---

<sup>12</sup> Кемпински А. Экзистенциальная психиатрия. М., 1998. С. 124.

Убедившись в обратном, я с тех пор всегда обращаюсь к Монтеню за впечатлениями и историями, накопленными человечеством по тому или иному вопросу за много сотен лет. Монтень похож на диспетчера, который занимается регулировкой основных потоков человеческой мысли, и он неповторим в совокупности своей энциклопедичности, здравого смысла и юмора. Замечательно, что отдельная, хотя и не очень большая, глава его «Опытов» посвящена страхам, и он ссылается в ней в первую очередь на врачей, которые говорят, что нет другой такой страсти, которая выбивала бы наш рассудок из положенной ему колеи в большей мере. Монтень склонен с ними согласиться и считает, что «страх ощущается нами с большею остротой, нежели остальные напасти»<sup>13</sup>.

Разумеется, до Монтеня не только врачи обращали внимание на страх. О нем много и хорошо писал Сенека: его «Письма к Луциллию» от начала до конца проникнуты убежденностью в суетности страха, в бессмысленности страха перед смертью, в необходимости избавления от страха для человека, который хочет получать настоящее удовольствие от жизни. Живи здесь и сейчас, не печалься о прошлом, не тревожься о будущем, надежда порождает страх, а страх отравляет нашу жизнь, и ни одно реальное событие не может соперничать в этом с ним – вот основные мысли Сенеки по поводу страха, актуальные и сейчас.

В середине XIX века датский философ Серен Кьеркегор придал страху статус настоящей философской категории. Более полутора столетий тому назад вышли две его работы: «Страх и трепет» в 1843 г. и «Понятие страха» год спустя. Не углубляясь в анализ этих произведений, заметим лишь, что Кьеркегор, как позже и Фрейд, счел необходимым достаточно четко дифференцировать реальную, привязанную к внешним опасностям, боязнь и более общий экзистенциальный страх. «Почти никогда не случается, – пишет Кьеркегор, – чтобы понятие страха рассматривалось в психологии, а потому мне приходится обратить внимание на то, что оно совершенно отлично от боязни и подобных понятий, которые вступают в отношение с чем-то определенным: в противоположность этому страх является действительностью свободы»<sup>14</sup>.

Страх-тоску как «действительность свободы» Кьеркегор отделил от страха-боязни на основании своих взглядов на динамику человеческой экзистенции. Выдвинув (после столетий теоцентрической философии) тему человеческой личности и ее судьбы на первый план, он сделал центральной проблемой человеческую субъективность и проблему выбора в процессе жизни. С религиозной точки зрения жизнь человека рассматривалась в динамическом аспекте – как некий подготовительный этап для последующей вечной жизни, которая по смыслу и есть конечная цель земного бытия, когда смерть, как писал Бальмонт:

*...начало жизни,  
Того существованья неземного,  
Перед которым наша жизнь темна,  
Как миг тоски – пред радостью беспечной,  
Как черный грех – пред детской чистотой...*

На этом фоне Кьеркегора больше интересовала динамика именно земного бытия человека, проблемы, связанные с этой динамикой, и даже те вопросы, которые только в последние десятилетия нашли свое отражение в психологии и психопатологии жизненных кризисов. Глубина прозрения Кьеркегора и точность описаний действительной динамики личностного бытия удивительны. Кьеркегора смело можно считать основоположником не только экзистенциальной философии, но и динамической персонологии – столь значительный пласт проблем, касающихся динамики бытия человеческой личности, затронул в своих работах

---

<sup>13</sup> Монтень М. Опыты: В 3 кн. Кн. 1. М., 1991. С. 116.

<sup>14</sup> Кьеркегор С. Понятие страха // Страх и трепет. М., 1993. С. 144.

этот удивительный человек, в которого при жизни мальчишки бросали камни, когда он шел по улицам Копенгагена.

В работе «Понятие страха» Кьеркегор, задолго до Шпильрейн и Фрейда, заподозрил тесную связь между экзистенциальным страхом и человеческой сексуальностью (первородным грехом), и, что еще интереснее, он один из первых, кто обратил внимание на некую «сладостность», некую притягательность страха, и определил эту загадочную амбивалентность страха как «симпатическую антипатию и антипатическую симпатию». В своем дневнике тогда же Кьеркегор пишет: «страх – это желание того, чего страшатся, это симпатическая антипатия; страх – это чуждая сила, которая захватывает индивида, и все же он не может освободиться от нее, – да и не хочет, ибо человек страшится, но страшится он того, что желает»<sup>15</sup>. Именно так: *человек страшится того, чего он желает*. И в этом та самая суть любого страха, на которую никто ранее не обратил должного внимания. Кьеркегор пишет далее: «В страхе содержится эгоистическая бесконечность возможного, которая не искушает, подобно выбору, но настойчиво страшит (*ængster*) своим сладким устрашением (*Beængstelse*)»<sup>16</sup>. Даже наблюдая за детьми, которые жадно стремятся к приключениям, всему ужасному и загадочному, Кьеркегор замечает в этом проявления притягательности страха: «Такой страх столь сущностно свойственен ребенку, что тот вовсе не хочет его лишиться; даже если он и страшит ребенка, он тут же опутывает его своим сладким устрашением»<sup>17</sup>.

Я не знаком хорошо с исследованиями в этой области, но знаю, что в современной детской психологии есть отдельное направление, которое исследует культуру детских страшных историй<sup>18</sup>. Однако я точно знаю, что такая культура существует. Когда мы ложились спать летом в пионерском лагере, у нас в комнате устраивались соревнования – кто лучше расскажет страшную историю. Были признанные специалисты в этой области. Истории эти всегда касались совершенно ужасных тем: бабушек и мам, которые готовили из своих детей котлеты, а потом люди находили в них маленькие детские ноготки; черных рук, которые летали по ночам и душили детей; различных монстров и изуверов. Истории эти всегда касались тем смерти, разрушения, мучений и вызывали у всех нас, слушателей, удивительно приятное ощущение страха. Насколько более примитивными в этом плане выглядят взгляды тех современных исследователей, которые, замечая притягательность страха, и даже будучи знакомы (судя по ссылкам) с трудами Кьеркегора, считают страх лишь случайным сопровождением интереса и все удовольствие выводят из интереса, а не из страха<sup>19</sup>.

\*

К парадоксальной мысли о том, что страх может прикрывать собой желание, пришел позднее и Фрейд. Пришел, правда, вне рамок своей теории страха и даже не включил эти наблюдения ни в первую, ни во вторую теорию страха. Если бы это произошло, если бы Фрейд понял, что в основе *любого страха* всегда лежит желание, которое, собственно, и прикрывает собой страх, у него никогда не было бы повода переживать о том, что клиническая практика предоставляет мало примеров внешних проявлений влечения к смерти. Страх смерти – лучший пример и лучшее доказательство существования влечения к смерти. И здесь не нужна клиническая практика – для наблюдения этого страха и влечения, скры-

<sup>15</sup> Кьеркегор С. Понятие страха. Комментарии // Страх и трепет. М., 1993. С. 367.

<sup>16</sup> Там же. С. 161.

<sup>17</sup> Кьеркегор С. Понятие страха. Комментарии // Страх и трепет. М., 1993. С. 144.

<sup>18</sup> Осорина М. В. Черная простыня летит по городу, или зачем дети рассказывают страшные истории // Популярная психология: Хрестоматия. М., 1990. С. 280–289.

<sup>19</sup> Изард К. Э. Психология эмоций. СПб., 2000. С. 139.

того за ним, достаточно выйти на улицу. Когда я читаю в трудах не только гуманистических психологов, но и в работах современных «психоаналитиков» о том, что клиническая реальность предоставляет мало доказательств существования влечения к смерти, мне всегда смешно. С тем же успехом человек, который едет на поезде, может заявлять, что у него есть мало оснований полагать, что он куда-либо едет, скорее наоборот – это все вокруг мчится навстречу ему. Со своей точки зрения он, может быть, и прав, и нет большой необходимости уверять его в обратном, пока он при остановке поезда не станет выходить наружу и толкать назад «остановившуюся» действительность.

Впервые к мысли о том, что страх каким-либо образом может быть связан с желанием, Фрейд пришел в работе «Анализ фобии пятилетнего мальчика» (1909). В этой работе Фрейд проводит заочный анализ болезни пятилетнего сына одного из своих приверженцев, который предоставил Фрейду подробную информацию о динамике состояния мальчика. У Маленького Ганса (это имя Фрейд дал герою своего аналитического эссе) в возрасте пяти лет появился страх, что его укусит на улице лошадь. Отец мальчика считает, что этот страх может быть связан с тем, что мальчик видел однажды половой член лошади и испугался его. Заметим, что это предположение совершенно ни на чем не основано. В предыдущих описаниях отца мы видим Маленького Ганса, разглядывающего половые органы лошади, льва и других животных. Он с удовольствием пририсовывает половой член жирафу и свободно размышляет о размерах половых органов у матери и сестры.

Другое предположение отца связано с тем, что мальчик мог где-нибудь видеть эксгибициониста и испугаться, но и это предположение ни на чем не основано. В анамнезе мальчика информации о такой встрече нет.

Страх укуса лошади перерастает далее у Маленького Ганса в страх выходить на улицу, страх, что лошадь может упасть и уронить свой фургон, и страх, что лошадь может прийти к нему в комнату. В это же время ему начинают сниться страшные сновидения, в которых ему кажется, что мать ушла от него и никогда больше не вернется. Отец отмечает повышенную нежность мальчика к матери и навязчивое желание проводить как можно больше времени с ней в постели.

Фрейд совершенно справедливо рассматривает все эти мелкие детали в общей совокупности, увязывая между собой повышенную нежность и тягу к матери и страх потерять ее. Единственный вопрос, который он не задает себе здесь (но этот вопрос будет задан позднее), — с какой целью психика мальчика во время сна (функция которого – компенсировать неудовлетворяющую дневную реальность) так настойчиво разрывает связь с матерью, почему мать во снах так настойчиво бросает его? Удовлетворением какого желания в данном случае выступает сновидение мальчика и почему? Фрейд не задает себе здесь и другой вопрос: почему ненормально повышена нежность мальчика к матери? Он лишь констатирует это как факт, как «основной феномен болезненного состояния», и с него начинает анализ случая.

Фрейд считает, что повышенная нежность к матери Маленького Ганса подвергается вытеснению и превращается в страх. Не трудно заметить в тексте сомнения, одолевающие Фрейда. Он не сомневается в том, что в основе страха лежит механизм вытеснения, но не совсем понимает его суть:

...мы не знаем еще, откуда идет толчок к вытеснению; может быть, здесь играет роль интенсивность возбуждения, которая не по силам ребенку, может быть, здесь принимают участие другие силы, которых мы еще не знаем<sup>20</sup>.

---

<sup>20</sup> Фрейд З. Анализ фобии пятилетнего мальчика // Психология бессознательного: Сб. произведений. М.: Просвещение, 1990. С. 49.

Единственное, в чем Фрейд уверен: данный случай является хорошим подтверждением его теории ранней детской сексуальности, и страх Ганса соответствует вытесненному эротическому влечению к матери. Именно в этом месте Фрейд делает свой первый вывод о том, что страх связан с желанием:

Итак, страх соответствует вытесненному желанию (*Sehnsucht*)»<sup>21</sup>.

Это, кстати, понимает и сам отец мальчика. Он правильно догадался, что *страх сына потерять его* («Когда тебя нет, я боюсь, что ты не придешь домой») связан с неосознаваемым желанием Ганса *потерять его*: «Так как Ганс любит мать, он, очевидно, хочет, чтобы меня не было, и он бы тогда был на месте отца. Это подавленное враждебное желание становится страхом за отца, и он приходит рано утром ко мне, чтобы видеть, не ушел ли я»<sup>22</sup>.

К истории Маленького Ганса Фрейд еще вернется через 17 лет, когда будет разбирать проблему страха в работе «Торможение, симптом и страх».

\*

На связь между страхом и удовольствием Фрейд обращает внимание в четырнадцатой лекции «Введения в психоанализ». В связи с темой исполнения желания Фрейд пишет следующее: если мы предполагаем, что психическая деятельность подчиняется принципу удовольствия, а сновидение всегда есть исполнение желания, то как быть с теми многочисленными сновидениями, которые вызывают неприятные чувства, и в том числе «гнетущий страх»? На самом деле, если мы не всегда можем управлять окружающей реальностью, которая не спешит заботиться об удовлетворении наших желаний, то что может помешать нашей психике, если она подчиняется принципу удовольствия, во время сна, когда мы практически не зависим от этой внешней реальности, воспроизводить в своих сновидениях только самые приятные и доставляющие только наслаждение картины? Почему не работает та компенсаторная функция сновидений, которая так наглядно проявляется в детских сновидениях?

---

<sup>21</sup> Там же. С. 49.

<sup>22</sup> Там же. С. 60.

## **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.