**Смысл жизни**

Елена Сикирич

Осознанные или неосознанные, вечные вопросы «почему?», «зачем?» и «ради чего?» постоянно сопровождают нас и требуют ответа. И с того момента, когда начинается длинный путь поиска этого ответа, осознанной становится и сама жизнь.

Смысл жизни — тема вечная и столь же важная, как и сама жизнь. Предчувствие скрытой тайны миров, существ, событий и явлений в Природе и Вселенной, этого загадочного «нечто», дающего обоснование нашим побуждениям и поступкам, пронизывает всю нашу жизнь.

Стремление к смыслу свойственно всем людям — это врожденное и естественное качество, заложенное в каждом из нас. Часто оно так и остается глубоко запрятанным в нашем подсознании, и нам бывает трудно объяснить и четко сформулировать, к чему, собственно, мы стремимся и что хотим понять.

**Жизнь без смысла**

Когда в поступках и действиях человека отсутствует смысл, это автоматически сказывается на качестве самой его жизни. Жизнь без смысла означает, что человек лишен глубокой внутренней мотивации, внутреннего стержня и мощного «мотора», которые позволили бы ему взять собственную судьбу в свои руки. В результате он становится слабым, теряет опору, любая неблагоприятная жизненная ситуация, любая проблема выводит его из равновесия.

Он также становится легко управляемым — отсутствие смысла лишает прочных жизненных критериев и устремлений. В результате страдают его индивидуальность, его способности, таланты и потенциалы. Человек становится легкой добычей тех, кому подобная слабохарактерность нужна для достижения собственных корыстных целей и интересов. Его можно убедить в чем угодно, а любое чужое мнение, представление или мировоззрение он тут же воспринимает как свое собственное. Вместо того, чтобы самому распоряжаться своей судьбой, человек позволяет управлять собой другим людям и даже внешним обстоятельствам.

Жизнь без смысла часто является тревожным признаком того, что человек устраняется от ответственности за других людей. Появляется своего рода «слепота» и «глухота» по отношению к чужой боли, к чужим потребностям. Раз не видится другого смысла, все силы сосредоточиваются на единственном объекте, который становится центром жизни, — на себе самом. Это хорошая диагностика: видимо, человеку все еще не удалось ответить на вопрос, кому он нужен, какое применение могли бы иметь его силы и способности. А именно это всегда является основным источником растерянности, внутренних проблем и нестабильности.

Кто хочет принять смысл жизни как внешний авторитет, тот кончает тем, что за смысл жизни принимает бессмыслицу своего собственного произвола.

Владимир Соловьев

**Вопросы, вопросы**

Так или иначе, жизнь человека должна иметь смысл. Но за этой, на первый взгляд простой, констатацией стоит очень много вопросов, еще не получивших однозначного ответа.

Человек должен дать своей жизни определенный смысл. Но может ли это быть любая цель и любое устремление, лишь бы была «соломинка», за которую можно было бы ухватиться? Можно ли любую цель, любую задачу назвать «смыслом жизни»? Бывает ли смысл жизни «хорошим» или «плохим»?

Смысл жизни — это нечто сугубо внутреннее, формирующееся благодаря опыту самого человека или это что-то приходящее «извне»?

Какое влияние на формирование смысла жизни может оказать та эпоха, мировоззрение или религия, которой человек принадлежит? Какую роль в этом играют его образованность, его таланты и способности? Можно ли сказать, что у каждого свой собственный смысл жизни и, сколько людей, столько же существует и «смыслов жизни»?

Или все же, говоря о смысле существования, мы обращаемся к чему-то более глубокому и более сокровенному, к чему-то выходящему за рамки жизни конкретного человека, его личных проблем, целей, наклонностей и потенциалов? Возможно, независимо от эпохи, от мировоззрения или религии существуют некие всеобщие «вечные ценности» и «вечные знания», объединяющие совершенно разных людей? Тогда можно ли сказать, что именно в стремлении к этим вечным ценностям, именно в попытках постичь их формируется смысл жизни каждого отдельного человека?

Вопросов гораздо больше, чем возможных ответов, что закономерно. И это даже не сами ответы, а намек на длинный и не имеющий конца путь поисков — поисков самого себя, своего места в мире, своей причастности ко всему, что происходит в Природе и Вселенной. Этот путь имеет свои этапы, свои трудности и испытания, на нем нет ни однозначных, ни готовых решенийѕ Главное — не останавливаться, не переставать искать.

Среди нехоженых путей один путь — мой, среди не взятых рубежей один — за мной!

Владимир Высоцкий

**Ценный подарок**

В философии понятие смысла рассматривается как суть, основная Идея, основной Закон, определяющий назначение любой вещи, события или явления. Истинную суть можно так и не увидеть, она не всегда доступна для восприятия. Тем не менее у людей всегда складывается определенное представление и мнение о том, что их окружает. Чаще всего смыслом принято считать именно то значение, которое предметам, событиям и явлениям придает сам человек — в зависимости от степени его собственного понимания и от того, какую важность имеет для него это событие или этот предмет.

Например, невзрачная на вид вещица одному человеку ни о чем не скажет, с ней не будет связано ничего, а для другого она наполнится особым смыслом, потому что напомнит о дорогом сердцу существе или о важном событии либо переживании. Классический пример тому традиция дарить друг другу подарки. Ведь подарок ценен не тем, сколько денег мы на него потратили или насколько модна эта вещь, а тем, что мы в него вложили. Именно наша любовь, потребность передать что-то от сердца к сердцу и вся остальная гамма чувств, пожеланий и размышлений «заряжают» подарок особой силой.

Точно так же ценность каждого нашего действия, каждого поступка, каждого принятого решения заключается не в них самих, а в том, что мы в них вкладываем, и только тогда они приобретают смысл. С одной стороны, этот особый смысл складывается из того, ради чего совершаются те или иные действия и поступки, принимаются те или иные решения. С другой стороны, он складывается из всей палитры чувств, состояний, преодолений и соответствующих осознаний, которые из этого рождаются.

Если ты сделал добро, а другой испытал добро, то чего же ты, уподобляясь глупцам, стремишься еще к чему-то третьему, вроде славы доброго человека или награды?

Марк Аврелий

**Приносить благо**

Вот, кажется, первый маленький ответ на вопрос, в чем может открыться смысл жизни.

Он открывается через значение, которое я придаю каждому своему действию, поступку или принятому решению. Это значение не умозрительное, его прежде всего создают стремления и потребности сердца. Богатства моего сердца огромны, и любое значение, которое может придать сердце моим мыслям, решениям и шагам, когда оно руководит ими, можно уже назвать смыслом.

Важно, чтобы это значение всегда было или чтобы, по крайней мере, подразумевалось, хотя бы подсознательно. Чем оно шире, тем богаче и многограннее смысл.

Одна притча рассказывает о путешественнике, встретившем рабочего с доверху нагруженной тяжелыми кирпичами тачкой. «Что ты делаешь?» — спросил его путешественник. «А ты разве не видишь? Везу кирпичи», — ответил тот. Пройдя какое-то расстояние, путешественник увидел другого рабочего, который катил такую же тачку, и повторил свой вопрос. В ответ он услышал: «Зарабатываю себе на хлеб». Через некоторое время путешественник повстречал еще одного рабочего с тачкой и снова поинтересовался, что тот делает. «Строю кафедральный собор», — был ответ.

Как видно из этой притчи, одни и те же действия могут иметь совершенно разный смысл — все зависит от того, какое значение человек придает им, от того, почему и ради чего их совершает.

Смысл жизни тем богаче и тем многограннее, чем больше смысл действий человека выходит за пределы его собственных мелких и корыстных интересов, за пределы повседневной борьбы за выживание, ради самоутверждения. Когда этот смысл чем-то соприкасается с «Вечным», тогда и смысл жизни становится иным, видится в служении высшему началу, высшему благу и всему живому, и уже не важна форма, в которой это служение проявляется. Это может быть религия, философия, наука, искусство или что-то другое, но сам факт, что ты живешь не ради себя, а ради того, чтобы «служить» и «приносить благо», раскрывает такие грани жизни, которые для большинства так и остаются загадкой.

Такое значение невозможно навязать извне. Это результат глубокого и искреннего внутреннего убеждения и, прежде всего, осознанного выбора своего жизненного пути и предназначения.

То ли ты сделал, что нужно делать, — получает огромную важность, потому что единственный смысл жизни твоей только в том, то ли ты делаешь в этот короткий, данный тебе срок жизни, что хочет от тебя Тот, Кто послал тебя в жизнь. То ли ты делаешь?

Талмуд (по Л. Толстому)

**Система ценностей**

Так человек создает свою собственную систему ценностей, свое мировоззрение, свою картину мира. Часто эта картина заключает в себе нечто мифологическое, так как создается на основании взглядов на мир многих поколений, которые жили на определенном месте до и после нас. Как правило, в нее также входят «мифы», лозунги, стереотипы и предрассудки, созданные не в прошлом, а в настоящем времени, в ту эпоху, в которой живем мы сами. Очень часто человек строит свою систему ценностей на основании ценностей, которые проповедуются господствующей идеологией, политической системой или религией, и в подобном случае трудно говорить об осознанном смысле жизни. Если нет своего опыта, своего проживания, если чужое мировоззрение принимается как нечто само собою разумеющееся, если человек не задается никакими вопросами, — можно говорить об определенной доле духовной «слепоты», чреватой последствиями, с которыми выдающиеся личности и здравомыслящие люди сражались на протяжении многих веков: это догматизм и фанатизм, всегда ведущие к опровержению и разрушению тех самых ценностей, за которые фанатики с таким рвением сражаются.

История подтвердила один почти трагический факт: чем проще идея, предлагаемая как лозунг или символ идеологии, тем больше у нее шансов собрать армию приверженцев. Но, к сожалению, при упрощении идеи всегда приносится в жертву Истина и те люди, которые ее глубоко понимают и стараются донести до своих современников. История свидетельствует, что их палачами всегда были приверженцы той или иной идеологической или религиозной системы, выросшей на догматизме и фанатизме, или озверевшая толпа, руководимая ими. За что преследовали и казнили выдающихся личностей? Как правило, за то, что они не позволили ни запятнать, ни исказить Истину, в чем бы она ни проявлялась и какую бы грань смысла жизни ни раскрывала.

Делать добро и пользоваться в то же время дурной славой — в этом есть нечто царственное.

Марк Аврелий

**Ключи к познанию**

Альтернативу «системе ценностей» и «картине мира», которые создаются на основании слепого принятия чужого мировоззрения, могла бы предложить Философия. Для нашей темы интересна та ее грань, которую тысячелетия назад выделил Пифагор, — Философия как любовь к Мудрости.

Философский поиск смысла жизни — это непрекращающаяся внутренняя работа, для которой вопросы важнее, чем ответы. С одной стороны, согласитесь, всегда интересно приобретать те или иные знания, даже когда они представляют собой набор фактов, воспринимающихся как «прописная истина» или как очередная теория, требующая обсуждения и подтверждения.

Но, с другой стороны, знание как накопление фактов рано или поздно доходит до своего предела, после которого человек должен признаться, что изучаемая им тема исчерпана либо что он мало чему научился, так как накопленные факты требуют бесконечного расширения, совершенствования или подтверждения. Так или иначе, любые факты — это ответы на вопросы, которые задал и «выстрадал» кто-то другой. Для человека, получившего их «бесплатно», эти факты так и будут теорией — до тех пор, пока не затронут ту или иную струну его души или пока хотя бы в чем-то не станут для него актуальными и не будут им прожиты.

Именно по этим соображениям Философия предлагает более глубокий и более мудрый подход: искать не только знание, а «ключи» к познанию, познавать не только накапливая факты, а в первую очередь ища смысл, принципы или законы, которые отражаются в этих фактах. Когда ты находишь «ключ», раскрывающий смысл любого факта или теории, это означает, что тот же принцип и закон ты можешь найти в других фактах из совершенно разных областей.

Более того, любой принцип или закономерность, которые ты открываешь, являются «ключами» именно потому, что ты их можешь узнать и применить к самому себе и к своей собственной жизни. Они могут объяснить причины и смысл многого, что происходит в тебе и вокруг тебя, они помогают понять, как действовать в той или иной ситуации, и многое другое.

И самое главное — речь не идет о сухом теоретизировании. Когда посредством такого «ключика» открывается тот или иной смысл, это похоже на озарение, когда начинают вибрировать тонкие струны души и сердца. Сначала ты «проживаешь», а лишь потом понимаешь; сначала душа, сердце, интуиция, а лишь потом ум раскладывает по полочкам то, что на первых порах невозможно объяснить словами. Когда впоследствии этот смысл еще и подтверждается твоим собственным опытом, в самых разных формах и ситуациях, тогда уже можно говорить не о толике «знаний», которые ты получил, а о толике «внутреннего познания» или «Мудрости Души», которую ты в себе разбудил.

И еще одна констатация: всегда открывается лишь тот смысл, принцип или «ключик», который в данный момент почему-то для тебя особенно актуален и важен.

Поэтому Философия утверждает, что вопросы «почему?» и «ради чего?» гораздо важнее, чем полученные ответы. Они играют роль постоянного «внутреннего мотора», не было бы их, не работал бы тонкий механизм, вернее, «таинство», заложенное в нас Природой, — раскрывать смысл жизни в собственном сердце и раскрываться самому благодаря «смыслу», который твое сердце не только открыло, но и прожило. Смысл жизни и убеждения, к которым человек пришел сам, выносил в себе, тверже любого знания и любой теории, преподнесенной ему «на блюдечке».

Кто не жаждет, того не просвещаю. Кто не горит, тому не открываю.

Конфуций

**Через века**

Разные эпохи и культуры, разные религии и философские течения через века давали свою концепцию смысла жизни. В той или иной форме все пытались ответить на вопрос, ради чего стоит жить, что в жизни главное и как построить свою жизнь, чтобы это «главное» не упустить. В религиозных системах и во многих философских концепциях смысл жизни раскрывался в контексте Высшего Начала и его проявлений — Бога и богов, в контексте законов Вселенной и эволюции всего сущего, в контексте Высшего Блага для человека и исходящих из него добродетелей. Это порождало особую систему высших этико-моральных ценностей, высших законов или, для кого-то, «заповедей», которым должен следовать человек. Принимая разные формы, за каждой системой высших ценностей стояла одна и та же сокровенная задача, один и тот же сокровенный смысл жизни: стать ближе к Богу — для одних, или к богам — для других, или к Божественным Законам — для третьих, а для немногих — даже слиться с Богом или Божественным в единое целое.

Высшие ценности и пути, по которым можно приблизиться к Богу или Божественному, формулировались по-разному, но, как кажется, без существенных противоречий, так как они раскрывали разные грани одного и того же сокровенного смысла. Каждая религия или философская система ставила свои акценты, выделяла то, что считала важнее всего, — ведь путей, ведущих к Божественному, много. Это мог быть путь совершенствования через освобождение от власти материи и материального, от власти иллюзии или зла. Это мог быть путь осознания Вселенских Законов и Божественной Гармонии, путь усилий, цель которых — жить «в унисон» со Вселенной и Природой, не нарушать гармонии, развивать добродетели, благодаря которым эта гармония могла бы восстановиться в самом человеке и в его окружении. Это мог быть путь Любви и Жертвы, отречения от личных интересов и от личного блага. Это мог быть путь «спасения Души» через соблюдение божественных заповедей, через праведную и благочестивую жизнь в соответствии с принципами, переданными религией. Если рассматривать по отдельности и пытаться понять более глубоко любой из этих путей, то становится ясным, что каждый из них в той или иной мере содержит аспекты всех остальных.

Смотри: даю тебе отличные советы. Почувствуй их своим сердцем. Живи ими в своем сердце. Действуя так, ты преобразишься в истинного человека, и любое зло будет тебя сторониться.

Папирус Ани. Древний Египет

**Экзистенциальный недуг**

Справедливости ради надо отметить, что не все философские течения и не все философы искали смысл жизни так высоко и так глубоко. К примеру, античные философы-гедонисты считали, что жить надо ради удовольствий, приверженцы эвдемонизма провозглашали смыслом жизни счастье, а утилитаристы даже в наши дни считают, что высшей ценностью жизни является непосредственно ощутимый конкретный результат и польза, которую можно извлечь из любой вещи.

На рубеже XIX–ХХ веков инициативу в изучении проблемы смысла жизни перехватили психологи, потеснив философов и теологов. «Планка» вновь сместилась: с высот Вселенских Законов и прикосновения к Вечному она спустилась к отдельной личности, к индивидуальности. Психологи, изучая данный вопрос, основываются на анализе того, как конкретный человек пытается найти смысл жизни, что происходит, если этот смысл найти не удается, и какие общие выводы, полезные для всех, можно извлечь из всего этого. В сферу интересов психологии попадает также вопрос о том, как и благодаря каким факторам происходит формирование смысла жизни и какое влияние оказывает на личность обретение или, напротив, утрата смысла жизни.

На основании многочисленных опросов разными психологами была сделана классификация «смыслов жизни» и жизненных приоритетов. Хотя ответы различались в зависимости от возраста и уровня образования, полученные результаты были в рамках ожидаемого: в качестве приоритетов лидируют здоровье, взаимоотношения, разные хобби и увлечения (в особенности у молодежи). Деньги и материальное благополучие, к счастью, не на первом месте, но, к сожалению, далеко не на последнем. Лишь у выдающихся людей на первом месте были выделены любимое дело и вера.

Многие ученые исследовали в наше время довольно распространенную проблему — жизнь без осознанного смысла. Оказывается, отсутствие смысла в жизни человека создает особые проблемные ситуации, а также существенно влияет на внутреннее ощущение и психический склад человека. Итальянский психолог Сальваторе Мадди предлагает назвать эту проблему «экзистенциальным недугом» или «экзистенциальным неврозом». Эту специфическую болезнь Мадди описывает как состояние, в котором в результате отсутствия смысла жизни появляются скука, общая незаинтересованность и явно выражена пассивность в ситуациях, когда нужно сформировать собственное мнение и взгляд на что-либо, сделать сознательный выбор, принять самостоятельное решение. Психолог даже выявил группу риска: это, как правило, люди-конформисты, лишенные индивидуальности, с мало развитой работой сознания. Им свойственно принимать тот смысл жизни, который внушается извне

Мадди описал три формы «экзистенциального недуга». Крайний случай — когда для человека ничто не имеет смысла. Вторая форма — «нигилизм», стремление агрессивно дискредитировать все, что может претендовать на смысл. Третья форма — «фанатизм»; в его основе — потребность постоянно действовать, чтобы не осталось времени на размышления. Не рискуют заболеть «экзистенциальным недугом» те, кто имеет ярко выраженную индивидуальность. Это, как правило, люди, ясно понимающие, к чему стремятся и в чем их цели и задачи, имеющие широкий кругозор и многогранные интересы или желающие этого, склонные к работе над собой и к творчеству в любой форме, к размышлениям, особенно если к этому добавляется работа воображения и интуиции.

В чем смысл жизни? Служить другим и делать добро.

Аристотель

**Виктор Франкл: исцеление смыслом**

Подлинный прорыв в понимании смысла жизни произошел в 40–50 годы XX столетия. Он связан с именем австрийского психолога Виктора Эмиля Франкла (1905—1997), основателя особого направления в психологии — логотерапии (от греческого логос, «смысл»), учения о смысле, можно даже сказать: об «исцелении» благодаря смыслу.

Именно в этот период психологи и психиатры обратили внимание на то, что стали появляться специфические психологические недуги и расстройства, прогрессирующие с особой силой, все они были связаны с утратой смысла жизни и, соответственно, с утратой душевного равновесия: депрессия, алкоголизм, неврозы, наркомания. Интересно, что подобные расстройства с одинаковой силой поражали людей весьма успешных в карьере и в бизнесе, обладавших большим материальным состоянием. Американские психологи описали «воскресные неврозы», когда после недели напряженной работы успешный менеджер просыпался в выходной в своем благоустроенном доме и ощущал непонятную пустоту, которую не могли заполнить ни жена, ни дети, ни домашние заботы. Такое состояние, многократно повторяясь, в конце концов нередко развивалось в тяжелое психическое расстройство. Стало отчетливо заметно, что карьерный рост и благосостояние отнюдь не гарантируют душевного равновесия. «Мне 22 года, — писал Франклу один американский студент. — У меня есть ученая степень, у меня шикарный автомобиль, я полностью независим в финансовом отношении, и в отношении секса и личного престижа я располагаю бо/льшими возможностями, чем я в состоянии реализовать. Единственный вопрос, который я себе задаю, — какой во всем этом смысл?»

«Логотерапия» Франкла не просто теория и не просто одно из направлений психологии. Это не учение о каком-то абстрактном и теоретическом смысле, а прожитое и доказанное убеждение, что человеческая сила духа превыше всего. Она пробуждается тогда, когда человек знает, ради кого и ради чего живет, и когда за это сражается. Она дает возможность сохранить свою совесть, индивидуальность и достоинство в любых условиях, не сдаваться перед самыми страшными обстоятельствами и не ломаться под самыми сильными ударами, которые обрушиваются на тело и душу. Больше всего трогает то, что сам Франкл все это прожил и подтвердил собственным примером. Его логотерапия — это не только плоды исследования ученого, а «мудрость души» человека, который, испытав величайшие страдания, понял, что нет более великого смысла жизни, чем помогать людям его обрести. Вряд ли в минувшем столетии удастся найти хотя бы одну психологическую теорию личности, за которую ее создатель заплатил столь высокую цену.

Согласно Франклу, человеком движет в первую очередь стремление найти смысл своего существования. Утрата смысла, нежелание или невозможность его найти лежит в основе многих психических расстройств и болезней, многих самоубийств и является одной из причин преступности, насилия, алкоголизма, наркомании.

Для Франкла стремление к поиску смысла и стремление осуществить его в жизни — это потребность, от рождения присущая каждому человеку. Она является основным двигателем развития личности, души, сердца и ума человека и направляет все его мечты, решения и поступки. Отсутствие смысла жизни ввергает человека в состояние, названное Франклом «экзистенциальным вакуумом». Именно экзистенциальный вакуум — причина, порождающая в широких масштабах специфические неврозы и расстройства, которые выражаются в пассивности, апатии, равнодушии, мыслях о самоубийстве.

Франкл предлагает особый подход к поиску смысла, основанный на философии человеческой ответственности: если ты знаешь, ради кого и ради чего живешь и сражаешься, тогда ты находишь силу преодолевать любые препятствия. Когда ищешь смысл и особенно когда его находишь, нужно пробудить и поддерживать в себе особое внутренне состояние. Психолог назвал его «трагическим оптимизмом». Оптимизмом — поскольку это вера в возможности человека, вера в лучшее в нем. Трагическим — поскольку надо отдавать себе отчет в том, что часто зло оказывается сильнее или даже предпочтительнее для человека.

Смысл нужно не просто искать, за него приходится бороться, и борьба эта нелегка. Смысл жизни человек не изобретает, а находит его в мире и в той реальности, в которой живет, и часто сама судьба указывает путь. Обрести его способен каждый, независимо от пола, возраста, интеллекта, образования, характера, среды и религиозных убеждений.

Хотя смысл жизни каждого уникален, существуют универсальные ценности, которые всегда делают жизнь осмысленной. Это могут быть любимые и близкие существа, сильные переживания и осознания, пробуждение способностей и добродетелей, творчество в любой форме, осмысленный и вдохновенный труд, любимое дело и многое-многое другое.

Но каким бы ни был наш смысл жизни, самое главное — это позиция, которую мы занимаем по отношению к судьбе, особенно когда находимся во власти обстоятельств, которые мы не в силах изменить. Человек не всегда может изменить обстоятельства, но он волен занять осмысленную и достойную позицию по отношению к самой тяжелой ситуации и открыть во всем, что проживает, глубокий жизненный смысл, великую пользу для собственной души. Страдания, если они выпадают на нашу долю и неотвратимы, лучше принять и использовать во благо, поскольку, как учит Франкл, «мы мужаем и растем в страданиях. Они делают нас богаче и сильнее». Интуитивно отыскивать глубокий смысл, кроющийся в важной или трудной ситуации, по Франклу, способна совесть. Совесть — это «смысловой орган», «высший судья», она помогает человеку найти смысл, даже противоречащий сложившимся ценностям, когда это требуется для сохранения своего достоинства и своих жизненных принципов. Человек свободен, если в своей жизни и в своих поступках руководствуется тем смыслом и теми ценностями, которые не поддаются давлению ни жизненных обстоятельств, ни окружения. Найти смысл — полдела; необходимо жить в соответствии с уникальным смыслом своей жизни. Человек несет за это ответственность.

Метод Виктора Франкла вместе со своим создателем прошел уникальную «проверку на прочность» в самых чудовищных условиях фашистских концентрационных лагерей. Франкл не только выжил сам, но и помог десяткам других заключенных уцелеть и сохранить человеческое достоинство.

Логотерапия, или «исцеление смыслом», cтала откликом на душевные и человеческие потребности эпохи, в которой было, как и в наше время, полно несчастных и растерянных людей. Потому она смогла помочь миллионам не только больных, но также и здоровых вернуть утраченное душевное равновесие.

Стремись не к тому, чтобы добиться успеха, а к тому, чтобы твоя жизнь имела смысл.

Альберт Эйнштейн

\*\*\*

Как бы то ни было, ответы на вопрос о смысле жизни может дать только сама жизнь. Опыт многих поколений показал: поиск смысла — это не вопрос построения теорий о собственной жизни или о жизни вообще. Смысл открывается постепенно, благодаря самому стремлению жить, благодаря стремлению постичь величайшее из всех искусств — искусство жить по-настоящему. Любые попытки сконструировать смысл жизни искусственным способом будут быстро опровергнуты самой жизнью...

К этому остается только добавить мудрые слова писателя Уильяма Джеймса: «Поверь в тот факт, что есть ради чего жить, и твоя вера поможет этому факту свершиться».

Все пройдет. Страдания, муки, кровь, голод и мор... а вот звезды останутся, когда и тени наших тел и дел не останется на земле... Так почему же мы не хотим обратить свой взгляд на них?

Михаил Булгаков

**Жизнь Виктора Франкла**

В молодости Виктор Франкл, практикуя в психиатрической клинике, несколько лет работал с людьми, которые пытались покончить с собой. После насильственного присоединения Австрии к фашистской Германии, ему, как и сотням тысяч австрийских евреев, грозила отправка в лагеря смерти. Но Франклу, уже известному психиатру и психологу, удалось получить визу на выезд в США.

После долгих колебаний он отказался от визы и решил остаться, чтобы поддержать престарелых родителей, которые не могли с ним уехать. Все они вместе попали в концлагерь. Но жертва Франкла не была напрасной — его отец и мать умерли хотя и в концлагере, но на руках у сына. Франкл провел в концлагерях четыре года, причем большую часть времени в одном из самых страшных — в Освенциме. Все эти годы он разделял чудовищные страдания с тысячами людей и, помогая многим, стал свидетелем того, как люди умирали и как боролись за жизнь. Он убедился: в чудовищных, нечеловеческих условиях долго держались отнюдь не самые крепкие физически. Держались те, кто не потерял надежды и старался выжить ради кого-то и ради чего-то: вернуться к любимому человеку или к любимому делу, найти и вырастить ребенка, веря, что он уцелел, вновь увидеть родных и близких... Сам факт, что у людей был смысл, оказался важнее и сильнее здоровья, физической силы или попытки выжить любой ценой. В концлагере Франкл был свидетелем удивительных примеров силы духа, силы любви и дружбы, способных творить чудеса, но также тысячу раз убеждался, как низко может пасть человеческое существо, когда звереет. У него тоже был смысл, было ради чего бороться за жизнь: в концлагере он хранил рукопись книги с первым вариантом учения о смысле и заботился сначала о том, чтобы она уцелела, а потом, когда это не удалось, надеялся восстановить утраченный текст. Кроме того, Франкл верил, что жена, которую он очень любил и с которой его разлучили в лагере, жива и что после освобождения они встретятся.

Франкл выжил благодаря силе своего духа и своих надежд, и, может быть, именно это заставило саму судьбу вмешаться и изменить ход событий, чтобы не случилось самое страшное: по счастливой случайности он не попал ни в одну из групп, отправленных на уничтожение. После освобождения он узнал, что одна из его надежд не оправдалась — его жена погибла в концлагере. Оставшись один, Франкл нашел для себя новый смысл жизни — помогать другим людям обрести смысл, ибо, как он писал, «каждому времени требуется своя психотерапия». Он много выступал, и постепенно его имя стало известно всему миру; его книги выходят миллионными тиражами на десятках языков. Встречи с ним искали президенты великих держав, философы, ученые и религиозные деятели.

Я уверен, что смысл жизни для каждого из нас — просто расти в любви.

Лев Толстой