

Бертран Рассел Стоицизм и душевное здоровье filosoff.org
Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!

Бертран Рассел

Стоицизм и душевное здоровье

П
РИ помощи средств современной психологии многие проблемы образования, над которыми бились прежде (весьма неудачно) посредством чисто морального наказания, сейчас решаются менее прямыми, но все же более научными методами. Возможно, это лишь тенденция, особенно среди наименее информированных фанатиков психоанализа, думать, что более нет нужды в стоическом самообладании. Я не разделяю этого взгляда и в данной статье хочу рассмотреть несколько ситуаций, где оно необходимо, и несколько методов, которыми оно может быть воспитано в молодежи, а также кое-какие опасности, которых следует избегать в этом воспитании.

Давайте начнем с наиболее трудной и наиболее существенной проблемы, поднятой стоицизмом: я имею в виду Смерть. Существуют различные попытки совладать со страхом смерти. Мы можем попробовать игнорировать и никогда не говорить о смерти или всегда пытаться повернуть наши мысли в ином направлении, когда обнаруживаем себя лицом к лицу со смертью. Это метод «людей-бабочек» в «Машине времени» Уэллса. Мы можем вести себя совершенно иначе и постоянно размышлять о краткости человеческой жизни в надежде, что фамильярность в отношении к смерти вызовет к ней презрение; то был курс, выбранный Карлом V в монастыре после своего отрешения. Был такой член Совета Кембриджского колледжа, который зашел так далеко, что поставил в своей комнате гроб и выходил на лужайки колледжа с лопатой резать червей пополам, говоря при этом:

«Нет, вы еще до меня не добрались!» Существует и третий путь, широко распространенный: убедить себя и других, что смерть не есть смерть, а врата в новую и лучшую жизнь. Эти три метода, смешанные в различных соотношениях, покрывают большую часть способов человека приспособиться к тому неудобному факту, что мы умираем.

Однако для каждого из этих методов существуют возражения. Попытка избежать размышлений об эмоционально интересующем предмете, как заметили фрейдисты в связи с сексом, определенно будет неудачной и приведет к различным видам нежелательных искажений. Сейчас, конечно, можно скрыть в сознании ребенка знание о смерти в какой-либо мучительной форме в течение ранних лет. Получится это или нет – дело случая. Если умирает кто-либо из родителей, брат или сестра, ничто не может оградить ребенка от обретения эмоционального осознания смерти. Даже если благодаря удачному совпадению событий факт смерти не станет очевидным для ребенка в ранние годы, это произойдет рано или поздно; и для тех, кто совсем не подготовлен, факт смерти, когда он случится, может стать довольно серьезным ударом. Мы должны, следовательно, постараться выработать некоторое иное отношение к смерти, чем простое игнорирование ее существования.

Практика постоянного размышления о смерти, по крайней мере, столь же пагубна. Ошибочно долго думать исключительно об одном предмете, тем более когда наше размышление не может завершиться действием. Мы можем, конечно, поступать так, чтобы отсрочить собственную смерть, и, в какой-то мере, так поступает любой нормальный человек. Но, в конечном счете мы не можем оградить себя от смерти; стало быть, это бесполезный предмет размышления. Более того, это ведет к ослаблению интереса человека к другим людям и событиям, а только реальные интересы помогут сохранить душевное здоровье. Страх смерти заставляет человека чувствовать себя рабом внешних сил, а рабская психология ни к чему хорошему не приведет. Если путем размышления человек может по-настоящему излечить себя от страха смерти, то он может и перестать размышлять над этим предметом; пока же смерть поглощает его мысли, это доказывает, что он не перестал бояться ее. Следовательно, этот метод не лучше, чем предыдущий.

Вера в то, что смерть есть врата в лучшую жизнь, логически должна предохранять человека от ощущения какого-либо страха перед смертью. К счастью для медицинской профессии, на самом деле, она не оказывает такого воздействия, за исключением нескольких редких случаев. Еще никто не установил, что верующие в будущую жизнь меньше боятся болезней или более отважны в битве, чем те, кто думает, что смерть

Бертран Рассел Стоицизм и душевное здоровье filosoff.org
есть конец всего. Покойный Ф. В. Г. Майерс, бывало, рассказывал, как он спросил одного человека за обеденным столом, что он думает о том, что случится с ним, когда он умрет. Мужчина попытался проигнорировать этот вопрос, но, под нажимом, ответил:

«О, полагаю, что я должен унаследовать вечное блаженство, но мне бы не хотелось говорить с Вами о таких неприятных вещах». Причина этой очевидной непоследовательности состоит, конечно, в том, что религиозная вера для большинства людей существует только в сфере сознательного мышления, но не проникает на уровень измененных бессознательных механизмов. Если со страхом смерти можно победить, то нужно действовать с помощью метода, который влияет на поведение в целом, а не только на ту его часть, которая обычно называется сознательным мышлением. Религиозная вера может воздействовать на некоторую, но не на большую часть человечества. Помимо причин, названных бихевиоризмом, существуют два других источника этой несостоятельности: один – это некое сомнение, которое сохраняется, несмотря на пылкое вероисповедание, и демонстрирует себя в виде скептического гнева; другой – тот факт, что верующие в будущую жизнь склонны скорее подчеркивать, чем преуменьшать ужас, которым будет сопровождаться смерть, если наша вера окажется непрочной, и таким образом укреплять страх тех, кто не переживает ее с абсолютной уверенностью.

Что же тогда должны мы делать с молодыми людьми, чтобы приспособить их к миру, в котором существует смерть? Мы должны достичь трех целей, которые очень трудно совместить. (1) Мы не должны дать им почувствовать, что смерть – это тот предмет, о котором мы не хотим говорить или поощрять их думать о нем. Если мы дадим им это почувствовать, они сделают заключение, что это интересная тайна, и будут думать о ней еще больше. С этой точки зрения нам подходит обычное современное отношение к половому воспитанию. (2) Мы должны, тем не менее, вести себя так, чтобы оградить их, если можно, от долгих или частых размышлений над проблемой смерти. В отношении погружения в размышления о смерти существует возражение, подобное тому, что выдвигается в отношении увлечения порнографией, а именно то, что оно снижает эффективность действий и всестороннее развитие личности и ведет к поведению, неудовлетворительному как для самой личности, так и для остальных. (3) Мы не должны надеяться создать в ком-либо удовлетворительное отношение к предмету смерти с помощью аргументов, апеллирующих только к сознанию; в частности, ни к чему хорошему не приведут намерения показать, что смерть менее ужасна, чем какие-либо другие события, если (как это обычно и бывает) это убеждение не проникает на уровень бессознательного.

Чтобы добиться этих разнообразных целей, мы должны принять несколько разных методов, соответствующих опыту ребенка или юноши. Если человек близко не общался с умирающим ребенком, то ему довольно легко принять смерть как общий факт, не вызывающий большого эмоционального интереса. До тех пор, пока смерть абстрактна и внеличностна, о ней говорят обычным тоном, а не как о чем-то ужасном. Если ребенок спрашивает: «Я умру?» – надо ответить: «Да, но не скоро». Необходимо не допускать любого намека на тайну в отношении смерти. Ее надо отнести к той же области, что и испорченную игрушку. Но, конечно, желательно, если можно, сделать ее кажущейся более отдаленной, пока дети еще малы.

Когда умирает кто-то близкий для ребенка, ситуация иная. Предположим, например, что ребенок теряет брата. Родители несчастны, но несмотря на то, что они могут не желать, чтобы ребенок знал, как они несчастны, правильно и необходимо, чтобы он воспринимал отчасти их страдание. Очень важна естественная привязанность, и ребенок должен чувствовать, что его родители испытывают ее. Более того, если путем нечеловеческих усилий они скрывают от ребенка свое горе, он может подумать: «Они не будут беспокоиться, если я умру». Такая мысль может подтолкнуть развитие разного рода психических заболеваний. Следовательно, хотя шок от такого происшествия очень серьезен, если оно случается во время позднего детства (в раннем детстве оно не переживается так сильно), тем не менее, если оно случилось, мы не должны слишком минимизировать его значение. Этой темы не надо ни избегать, ни акцентировать ее; то, что можно сделать без какого-либо явного умысла, так это создать новые интересы, и, прежде всего, новые привязанности. Я думаю, что невероятная привязанность ребенка к какому-либо одному человеку довольно часто является признаком того, что что-то неладно. Такая привязанность может возникнуть к одному родителю, если другого родителя не очень любят, или к учителю, если не сложились отношения с обоими родителями. В общем это – следствие страха: предметом привязанности является только та

личность, которая дает чувство безопасности. Но сама привязанность такого типа в детстве – нездоровое явление. Если такая привязанность существует, то смерть любимого человека вдребезги разбивает жизнь ребенка. Даже если внешне кажется, что все хорошо, каждая последующая любовь будет переживаться с чувством ужаса. Муж (или жена) и дети будут окружены чрезмерной заботой и будут восприниматься бессердечными, когда они будут просто жить своей собственной жизнью. Родители, следовательно, не должны чувствовать удовольствия, если станут предметом такой привязанности. Если ребенок в целом счастлив и имеет дружеское окружение, он без больших трудностей переживет боль любой потери, которая может с ним случиться. Воля к жизни и надежда будут достаточными, чтобы обеспечивать нормальные условия для роста и счастливой жизни.

В юности, однако, необходимо нечто более позитивное в способе отношения к смерти, чтобы взрослая жизнь молодого человека была удовлетворительной. Взрослый человек не должен много думать о смерти, ни о своей собственной, ни о смерти тех, кого он любит, не потому, что он специально направляет свои мысли к другим вещам ибо это бесполезное упражнение, которое никогда не будет действительно успешным, а потому, что у него много разнообразных интересов и занятий. Когда он думает о смерти, лучше делать это стоически, осторожно и хладнокровно, не пытаясь убавить ее значения, но чувствовать своего рода гордость в возвышении над ней. Принцип тот же, что в случае с любым другим неприятным чувством: спокойное размышление над ужасающим – единственно возможное отношение. Нужно сказать себе: «Да, это может случиться, но что из того?» Люди достигают аналогичного состояния в случае смерти в бою, потому что тогда они полностью убеждены в обоснованности того, за что они отдают свою жизнь или жизнь дорогого им человека. Нечто похожее на это чувство желательно иметь человеку в любом возрасте. В любом возрасте человек должен чувствовать, что есть важные вещи, ради которых он живет, и что его смерть, или смерть его жены или ребенка не положит конец всему, что его интересует в этом мире. Чтобы это отношение в жизни взрослого человека было искренним и глубоким, необходимо, чтобы в юности он все делал с искренним энтузиазмом, и таким образом строил свою жизнь и карьеру. Юность есть период великодушия, и она должна быть использована для формирования благородных привычек. Это может быть достигнуто под влиянием отца или учителя. В лучшем обществе чаще всего это будет делать мать, но в настоящее время жизнь женщин, как правило, такова, что делает их мировоззрение слишком узким и недостаточно интеллектуальным для того, что я имею в виду. По той же самой причине молодые люди (как юноши, так и девушки) должны, как правило, иметь в качестве учителей мужчин, пока не вырастет новое поколение женщин, у которых будут более широкие интересы.

Вплоть до недавнего времени роль стоицизма в жизни, возможно, недооценивалась, в частности передовыми воспитателями. Когда угрожает несчастье, существует два способа справиться с ситуацией: мы можем попытаться избежать несчастья, или мы решим встретиться с ним стоически. Первый способ замечателен, если его можно применить, не запятнав себя трусостью; но последний необходим рано или поздно для каждого, кто не хочет быть рабом страха. Это отношение и есть стоицизм. Большой трудностью для воспитателя является то, что внушение стоицизма молодежи дает выход садизму. В прошлом принципы наказания были настолько свирепые, что воспитание открывало путь для жестокости. Возможно ли привить необходимый минимум дисциплины без появления удовольствия от причиненного ребенку страдания? Люди старой закалки будут, конечно, отрицать, что они испытывали подобное удовольствие. Всем известна история о мальчике, чей отец, ударив его розгами, сказал: «Мальчик мой, это причиняет мне большую боль, чем тебе!» На что мальчик ответил:

«Тогда разреши мне, папа, сделать то же самое с тобой». Самуэль Батлер в книге «Путь всего живого» изобразил садистское наслаждение злых родителей способом, убеждающим любого современного студента-психолога. Что же тогда мы должны с этим делать?

Страх смерти – только один из многих, которые наилучшим образом преодолеваются стоицизмом. Есть страх перед нуждой, страх физической боли, страх деторождения, распространенный среди состоятельных женщин. Все эти страхи можно ослабить и, в какой-то мере, презреть. Но если мы выберем точку зрения, согласно которой люди не должны замечать такие вещи, мы должны будем также принять ту точку зрения, что не надо уменьшать зло. Долгое время думали, что женщины не должны пользоваться анестезией при деторождении; в Японии это мнение существует и по сей день. Доктора-мужчины говорят, что анестезия вредна; не существует причин

Бертран Рассел Стоицизм и душевное здоровье filosoff.org
для такого мнения, кроме, несомненно, бессознательного садизма. Но чем слабее становятся родовые муки, тем меньше остается у богатых женщин желания их претерпевать: их храбрость уменьшается быстрее, чем требуется. Очевидно, здесь должно существовать какое-то равновесие. Невозможно прожить всю жизнь легко и приятно, и, следовательно, люди должны быть способны соответствующим образом относиться к неприятностям; при этом мы должны постараться не одобрять жестокость настолько, насколько это возможно.

Кто имеет дело с маленькими детьми, скоро начинает понимать что слишком много симпатии по отношению к ним – это ошибка. Слишком мало симпатии, конечно, еще большая ошибка, но здесь, как и везде, плоха любая крайность. Ребенок, который неизменно встречает симпатию, будет плакать при малейшей неудаче. Обычный самоконтроль обычного взрослого человека достигается только через знание, что симпатию по пустякам не получишь. Дети с готовностью понимают, что взрослый, который иногда немного строг, лучше для них; их инстинкт подсказывает им, любят их или нет; и с теми, кто, как они чувствуют, любит их, они будут мириться, несмотря на всю строгость требований, исходящих от этих людей. Таким образом, теоретически решение просто: пусть воспитателей будет воодушевлять мудрая любовь, и они будут поступать правильно. Фактически, однако, вопрос более сложен. Усталость, раздражительность, беспокойство, нетерпение осаждают родителей или учителей, и опасно придерживаться теории воспитания, которая позволяет взрослому выплеснуть эти чувства на ребенка ради его отдаленного благополучия. Тем не менее, если теория верна, она должна быть признана, и эти опасности должны предстать перед сознанием родителей или учителей, чтобы сделать все возможное и принять меры предосторожности против них.

Сейчас мы суммируем заключения, предложенные предыдущей дискуссией. Что касается тяжелых жизненных опасностей, знание о них не должно ни скрываться от детей, ни навязываться им; оно должно приходить, когда обстоятельства делают его неотвратимым. О тягостных вещах, когда на них обращают внимание, надо говорить правдиво и без эмоций, за исключением случаев, когда смерть случается в семье и когда скрывать горе будет неестественно. Взрослые должны показать своим поведением определенное мужество, которое молодые должны бессознательно воспринять как пример. В юности молодому человеку нужно представить широкий спектр имперсональных интересов, и образование должно осуществляться таким образом, чтобы дать ему идею (через предложение, а не путем строгого увещивания) жизни во имя целей, находящихся за пределами него самого. Он должен быть научен выносить несчастье, когда оно случается, через понимание, что еще есть вещи, ради которых стоит жить. Он не должен с грустью размышлять о возможных несчастьях, даже с целью быть готовыми их встретить. Те же, чья работа связана с молодежью, должны особо следить за собой, чтобы быть уверенными, что они не получают садистского удовольствия от необходимого в воспитании элемента наказания; мотивом наказания может быть только развитие характера или мышления. Интеллект также требует дисциплины, потому что без нее никогда не будет достигнута правильность мышления. Но дисциплина ума – это отдельная тема и лежит за пределами этой статьи.

Я хочу сказать еще лишь одно: дисциплина лучше, когда она исходит из внутреннего импульса. Для того чтобы это было возможно, необходимо, чтобы у ребенка или у юноши было стремление (*ambition*) достичь чего-то сложного и воля совершать усилия для достижения этой цели. Такое стремление обычно вырабатывается кем-то из окружающих. Таким образом, даже самодисциплина зависит, в конечном счете, от стимулов воспитания.

Спасибо, что скачали книгу в бесплатной электронной библиотеке
<http://filosoff.org/> Приятного чтения!
<http://buckshee.petimer.ru/> форум Бакши buckshee. Спорт, авто, финансы, недвижимость. Здоровый образ жизни.
<http://petimer.ru/> Интернет магазин, сайт Интернет магазин одежды Интернет магазин обуви Интернет магазин
<http://worksites.ru/> Разработка интернет магазинов. Создание корпоративных сайтов. Интеграция, Хостинг.
<http://dostoevskiyfyodor.ru/> Приятного чтения!