

Фантасты прошлого века радовали нас рассказами о будущем человека. Будущее было идеальным: путешествия на другие планеты, полная автоматизация, отсутствие болезней, абсолютное здоровье, в том числе и психическое. В романе Герберта Уэллса «Люди как боги» абсолютное здоровье и отсутствие иммунитета даже становится проблемой из-за вторжения англичан, принёсших собственные, земные, болезни. Ещё во времена СССР были актуальны такие прогнозы: «Я очень хорошо помню прогнозы того периода, которые делали серьёзные эксперты и у нас, и на Западе. На 1971-й год планировался полет на Луну, через 10 лет – на Венеру, ещё через 10 – на Марс. 2001 г. – крупная космическая станция на орбите Земли. В 2011 г. должна была заработать обитаемая станция на Луне. В 2021-м – полёт на фотонном звездолёте к ближайшей к нам звезде Альфа Центавра. Кроме того, на 2020-е годы планировалось достижение практического бессмертия. Человек должен был жить 200–300 лет. Победа над всеми болезнями и т. д. Но всё произошло иначе»¹ Андрей Фурсов:

<https://usprus.ru/component/k2/item/4593-kak-prevratit-okhotnika-v-dich-i-ustroit-supostata-m-kholmngang-sud-bogov>.

На конец 2019 года в целом по России было зафиксировано 5,8 млн. пациентов с психическими заболеваниями. Показатель распространенности этих расстройств по стране составил 3939,5 случая на 100 тыс. населения² Минздрав назвал регионы-лидеры по распространенности психических болезней:

<https://www.rbc.ru/rbcfreenews/5f08219f9a794770214a2458> — то есть каждый 25-й человек в нашей стране был нездоров психически. Пандемия ещё больше увеличила число психически больных³ Число психически больных подростков увеличилось во время пандемии: <https://lenta.ru/news/2021/08/14/podrostki/>. Непрерывный рост психических заболеваний рисует другую, абсолютно нефантастическую картину: психически больным рискует оказаться в итоге каждый человек.

Не будем отрицать, что психическое здоровье человека, как общественного существа, формируется в окружающем его обществе. Начинается ещё во внутриутробном периоде развития ребёнка как части материнского организма. Затем — встреча с матерью и отцом; близкими родственниками; двором; детским садом и школой; обществом. В процессе этого человек решает, быть ему быть индивидуальностью, личностью, независимой более или менее от других — или утрачивать самого себя, свою индивидуальность, личность, вести такую же жизнь и такое же существование, как и все другие индивиды.

Один из крупных мыслителей двадцатого века Мартин Хайдеггер обозначает это «неподлинным существованием» и так описывает это: «Занимаясь чем-либо с другими, для других и против других, постоянно проявляют заботу о том, чтобы отличаться от других, будет ли это только стремление сгладить различия, или стремление собственного наличного бытия – при отставании от других – сравняться с ними, или

стремление наличного бытия, превосходящего других, сдерживать их»⁴ Heidegger M. *Sein und Zeit*. Max Niemeyer Verlag. Tübingen, 1960. S. 1., S. 126. «Мы наслаждаемся и развлекаемся так, как наслаждаются другие; мы читаем, смотрим и судим о литературе и искусстве так, как смотрят и судят другие; но мы стремимся отстраняться от «больших толп» так, как сторонятся другие; мы «возмущаемся» тем, чем возмущаются другие. Способ бытия повседневности предписывает Ман, которое не есть что-то определённое и которым являются все, хотя и не как сумма»⁵ Heidegger M. *Sein und Zeit*. Max Niemeyer Verlag. Tübingen, 1960. S. 1., S. 126-127. Хайдеггер считал, что люди совершенно не осознают, что значит жить. За повседневными заботами и проблемами люди забывают, как удивителен сам факт нашего существования, тогда как лишь в определённые моменты жизни мы обращаем внимание на удивительные явления окружающего нас мира.

Хайдеггер определяет понятие «*Dasein*», «вот-бытие» — феноменологическое определение того, что мы называем «человеческой реальностью», «человеком». Это определение является логическим следствием первичности бытия по сравнению с сущим: дерево «есть», животное «есть», небо «есть», но только человек «есть» в специфическом аспекте — как единственное сущее, которое может задавать себе вопрос об этом «есть» — о смысле бытия. Человек реализует свой проект, направленный вовне, осуществляемый в других как открытие для них возможностей свободы — бесконечный, преодолевающий смерть на этой земле. Жить для других, для осуществления свободы других — это, по Мартину Хайдеггеру, есть подлинная экзистенция.

Не вещи определяют человека, не внешнее бытие, как говорили марксисты, определяет сознание, а человек как бытие определяет вещи, потому что вещи могут менять свои функции или вообще могут не иметь никаких функций. Бытие вещей мира определяется лишь в той степени, в которой они могут «быть используемыми человеком». Человек, используя вещи мира, изменяет и сам мир, а меняя мир, формирует и изменяет самого себя. Да и сам человек, проживая день за днём, проживает его не так, как проживают домашние животные или скот; человек реализует свой проект, будь он последним бомжом под мостом или руководитель высшего звена. И, в отличие от французских экзистенциалистов, свой проект, осуществлённый в других, как открытие для них возможностей свободы — бесконечен, он преодолевает смерть на этой земле. В этой парадигме теряется и проблема мира и бытия. «Человек — не монада, и вовсе не на познании зиждется его отношение к миру. Он — просвет, раскрытие мира, поэтому проблема, есть ли мир и как его бытие может быть доказано, в качестве проблемы, поставленной человеком, лишена смысла»⁶ см. выше. То, что человек дал своей семье, своим ученикам, своему народу, какие открыл возможности — его деятельность не исчезнет после смерти, хотя его экзистенция

прекратится здесь, на земле. «Стать свободным перед лицом собственной смерти — значит распознать среди суетных такие возможности, которые, будучи правильно выбранными, окажутся недостижимыми для смерти»⁷ Марков Б. В. Философская антропология: очерки истории и теории. СПб., 1997., с. 391.

Так жить для себя или других? Реализовывать свой Проект или нет? Как, в конце концов, это может повлиять на психическое здоровье? На Dasein-аналитике М. Хайдеггера основан экзистенциальный анализ Людвиг Бинсвангера. Его идеи также вращаются вокруг попытки понять, что такое человек и его существования вне биологической определённости. Способностью вопрошать о смысле бытия обладает одно сущее — Dasein, «моё конкретное существование», а вовсе не мозг. Бытие-в-мире выступает у Бинсвангера первичным основанием, говорящим о целостности субъекта. «Заброшенность» — ещё одна экзистенциальная хайдеггеровская категория, которая возникает в попытке ответить на вопрос «Как Я существую в этом мире?».

Следовательно, в психологической категории, в момент помощи человеку и вскрытия его личностных возможностей, которые он способен обнаружить в момент осознания своего бытия, и возникает вопрошание, а в фокусе его внимания будут две экзистенциальные точки — жизнь и смерть.

Людвиг Бинсвангер был одним из врачей Эллен Вест — пациентки с диагнозами психопатической конституции, обсессивно-компульсивного расстройства, шизофрении, депрессии. Однако, он не стал акцентировать внимание на диагностике или терапии, а постарался символически понять мир своей пациентки. Проводя позже экзистенциальный анализ, он акцентирует внимание на «Мире» (с разделения телесного и окружающего мира в факте отказа от молока до застывания в 20 лет экзистенциальных противоположностей в страхе стать толстой); «Смерти» как старения Эллен ещё в юном возрасте, реализации противосмысла, чтобы не быть самой собой, как последней попытки «вот-бытия» прийти к себе самому; «Времени» как отрезания от будущего⁸ ТРИ ВЗГЛЯДА НА СЛУЧАЙ ЭЛЛЕН ВЕСТ: ЛЮДВИГ БИНСВАНГЕР, РОЛЛО МЭЙ, КАРЛ РОДЖЕРС:

https://psyjournals.ru/files/25784/mpj_1993_n3_sluchay_Ellen_West_Binswanger_May_Rogers.pdf. Здесь антиреализация Проекта закончилась более, чем печально: мучительная рвота, сильнейший понос, отказ от пищи, попытки самоубийства и, наконец, смерть. Давно уже доказано, что активный и целеустремлённый человек, стремящийся к наиболее полной самореализации, как правило, добивается в жизни более весомых результатов, нежели индивид, идущий на поводу у складывающихся обстоятельств. Реализация своего потенциала способствует активному долголетию, и не только физическому, но и социальному, личностному, профессиональному, что подтверждено экспериментальными данными⁹ Психология личности в трудах отечественных психологов / сост. Л. В. Куликов. СПб.: Питер, 2000. 480 с., с. 306.