

УДК 1(091)

## **ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ И УЧЕНИЕ Э. ФРОММА О ЛЮБВИ**

**В.В. Буланов**

ФГБОУ ВО «Тверской государственный медицинский университет», г. Тверь

В центре внимания автора статьи – совместимость экзистенциальной психотерапии с учением Э. Фромма о любви. Данное учение может выступать одной из концептуальных основ экзистенциальной психотерапии, если в него будет включены три важных дополнения.

**Ключевые слова:** *любовь, нарциссизм, ответственность, уважение, экзистенциальная психотерапия.*

Сложно не согласиться с утверждением И. Ялома, по которому одной из фундаментальных проблем экзистенциальной психотерапии является мучительное ощущение каждым отдельным человеком изоляции от других субъектов и от мира. Каждый обречен одиноко родиться, самостоятельно жить и индивидуально встретить свою смерть. Эта мука вызвана универсальной экзистенциальной «потребностью в контакте, в защите, в принадлежности к большему целому» [7, с. 13]. Самым эффективным средством удовлетворения данной потребности является любовь. И. Ялом одобрительно относится к работе Э. Фромма «Искусство любить», ведь её автор справедливо замечает: «Любовь возможна, только если два человека общаются из глубин своего существования. Только на таком уровне и обретается человеческая реальность» [6, с. 172]. В другой работе («Анатомия человеческой деструктивности») Э. Фромм даёт наивысшую оценку биофилии (любви к жизни и ко всему живому) как ценностного ориентира человеческой экзистенции [5, с. 462]. Такое его отношение к любви тоже совместимо с экзистенциальной психотерапией. Недаром А. Лэнгле исходит из того, что человеческая жизнь является базовой ценностью [1, с. 93–94], а В. Франкл утверждает, что пациента необходимо в первую очередь убедить, что «у жизни есть смысл» [4, с. 40], что ей надо сказать «да» [там же, с. 195].

Но если проанализировать концепцию любви Э. Фромма, то можно прийти к выводу, что она может быть применена в экзистенциальной психотерапии лишь после внесения нескольких важных дополнений.

Рассмотрим отношение Э. Фромма к нарциссизму (иными словами, к себялюбию). По Э. Фромму, нарциссизм допустим лишь в детстве, себялюбие в зрелом возрасте эгоцентрично и не совместимо с любовью, человек с нарциссизмом самодоволен и необъективен, а «в экстремальном случае... безумен» и деструктивен [5, с. 249, 291; 6, с. 103, 198–199]. Однако, как отмечает Ф. Ницше, следует выделить два вида себялюбия – «больное себялюбие» и «здоровое себялюбие». «Больное себялюбие» – «чувство, которое говорит: “всё для меня”» и «которое всегда хочет красть» из-за сущностной неполноценности человека с таким видом нарциссизма (его «себялюбие... бедное и голодающее») [2, с. 66]. Такое себялюбие вызывает у Ф. Ницше ужас и осуж-

дение как проявление вырождения воли к жизни в человеке, как симптом его экзистенциального неблагополучия. Отношение Ф. Ницше к «больному себялюбю» похоже на отношение Э. Фромма к нарциссизму. Но, в отличие от Э. Фромма, Ф. Ницше также пишет о «здоровом себялюбии» – о виде нарциссизма, проявлением которого является «дарящая любовь» – желание преподнести другим людям «дары... любви» из-за эгоистического побуждения, присущего человеку с таким видом себялюбия («ненасытна ваша добродетель в желании дарить») [там же, с. 65–66]. У человека со «здоровым себялюбием» избыток экзистенциального благополучия (физической силы, полезных знаний, хорошего настроения и т.п.), и он испытывает потребность поделиться этим благополучием с другим человеком. Причина подобной щедрости не связана с любовью. Но проявление «здорового себялюбия» с любовью совместимо: в понимании Э. Фромма, любящий человек также совершает «акт самоотдачи» [6, с. 50]. Поэтому концепцию любви Э. Фромма стоит скорректировать делением нарциссизма на два вида – алчный нарциссизм (недопустимый) и дарящий нарциссизм (допустимый). Алчный нарциссизм является препятствием на пути обучения искусству любить (в том числе себя самого и жизнь) и должен устраняться у пациента при помощи экзистенциального психотерапевта. А к дарящему нарциссизму пациента экзистенциальный психотерапевт должен относиться позитивно, потому что привычка делиться своим благополучием содействует принятию решения обучаться искусству любить, в частности, себя самого и жизнь.

Сравним два утверждения Э. Фромма, по которым для того, чтобы любить человека, нужно его уважать [там же, с. 50], и если ты любишь человека, ты одновременно любишь всех людей [там же, с. 81–82]. Так как, по наблюдению Э. Фромма, «уважение означает озабоченность тем, чтобы другой человек мог развиваться, сохраняя верность себе» [там же, с. 53], оно на самом деле является неотъемлемым компонентом любви. Но не получится уважать всех людей, потому что их большинство не склонно к саморазвитию при сохранении верности самим себе. Этот печальный факт обнаружил другой психоаналитик – К. Ясперс, заметив, что каждый «человек расщеплен в своей сущности» и, стремясь избавиться от мук противоречивости, всегда «решает, что он есть» [8, с. 378], выбирая между двумя альтернативами. Одна из них – стремление «снять напряжение посредством отождествления бытия с сознанием», снять с себя ответственность и муки экзистенциального выбора путем самоидентификации с одним из предметов познания (с расой, с нацией, с классом, с партией, с религией, с государством и т.п.) [там же, с. 378–379]. Такой выбор означает предательство самого себя, и потому человек, совершивший его, не достоин уважения и, тем самым, любви. Другая из этих альтернатив – принятие сущностной расщепленности человека и готовность к пребыванию «в напряжении пограничных ситуаций... неустранимых в существовании» во имя самопознания и саморазвития личности [там же, с. 379]. Лишь человека, открытого пограничным ситуациям, т.е. верного своей сущности, можно уважать, а потому и любить. Поэтому экзистенциальный психотерапевт должен стремиться не к уважению пациента как одного из людей, а к воспитанию в пациенте стремления быть достойным уважения и потому сохранять верность своей человеческой сущности.

Отметим противоречие между призывом Э. Фромма к братской любви, исходящим из того, что «если я развил в себе способность любить, я не могу не любить своих братьев» [6, с. 83], и его утверждением, что «любовь... это постоянный вызов, ... развитие, сотрудничество» [там же, с. 172–173]. С тем, что любить – это постоянно преодолевать себя, трудиться над собой и сотрудничать со своим любимым человеком, не поспорит ни один человек, который любил или любит. Если бы каждый человек был способен на любовь в этом понимании, то можно было бы с радостью согласиться с Э. Фроммом в том, что «все человеческие существа равноценны. ...Раз это так, не должно составлять разницы, кого мы любим» [там же, с. 98–99]. Но люди качественно не равноценны, и различие между ними проявляется в их отношении к ответственности, являющейся, согласно Э. Фромму, столь обязательным компонентом любви, как уважение [там же, с. 50]. Как отмечает Х. Ортега-и-Гассет, меньшинство людей готовы брать на себя ответственность и даже само «на себя взваливает тяготы и обязательства», а представитель большинства людей от себя «не требует ничего» и стремится «жить... оставаясь таким, каков ни есть, и не силясь перерасти себя» [3, с. 46]. Для первой категории людей ответственность является ценностью, а для второй – нет, поэтому между ними неизбежен ценностный конфликт. Невозможно по-братски любить человека, пребывая с ним в ситуации ценностного конфликта. Экзистенциальный психотерапевт должен не проповедовать пациенту братскую любовь, а убедить пациента в том, что любящий (и достойный любви) человек считает ответственность ценностью.

Учение Э. Фромма о любви во многом совместимо с экзистенциальной психотерапией. И Э. Фромм, и экзистенциальные психотерапевты стремятся к тому, чтобы человек умел любить и себя, и других людей, и жизнь. Вместе с тем можно выделить три причины, по которым представления Э. Фромма о любви могут вызвать скепсис у экзистенциального психотерапевта. Первая из них – упрощенное понимание нарциссизма (а он может быть как алчным, так и дарящим). Вторая – призыв уважать всех людей, хотя поведение многих из них не достойно уважения. Третья – призыв к братской любви, хотя она предполагает взаимную ответственность между всеми людьми, а большинство людей стремятся избежать ответственности. Если же взять во внимание предлагаемые уточнения, то учение Э. Фромма о любви может стать одной из концептуальных основ экзистенциальной психотерапии.

### **Список литературы**

1. Лэнгле А. Эмоции и экзистенция. Харьков: Гуманитарный центр, 2007. 332 с.
2. Ницше Ф. Так говорил Заратустра. Книга для всех и ни для кого // Ницше Ф. Так говорил Заратустра; К генеалогии морали; Рождение трагедии, или Эллинство и пессимизм: сб. 2-е изд. Минск: Попурри, 2001. С. 3–297.
3. Ортега-и-Гассет Х. Восстание масс // Ортега-и-Гассет Х. Избр. произведения. 2-е изд. М.: Весь мир, 2000. С. 43–163.
4. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 366 с.

5. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. Минск: Попурри, 1999. 624 с.
6. Фромм Э. Искусство любить. М.: АСТ, 2017. 224 с.
7. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Независимая фирма «Класс», 1999. 576 с.
8. Ясперс К. Духовная ситуация времени // Ясперс К. Смысл и назначение истории. М.: Республика, 1994. С. 288–418.

## **EXISTENTIAL PSYCHOTHERAPY AND E. FROMM'S INTERPRETATION OF LOVE**

**V.V. Bulanov**

Tver State Medical University, Tver

The author examines the compatibility of existential psychotherapy with E. Fromm's interpretation of love. The author comes to the conclusion that this teaching can contribute to the conceptual basis of existential psychotherapy if it includes three important additions.

**Keywords:** *love, narcissism, responsibility, respect, existential psychotherapy.*

*Об авторе:*

БУЛАНОВ Владимир Владимирович – доктор философских наук, доцент кафедры философии и психологии с курсами биоэтики и истории Отечества ФГБОУ ВО «Тверской государственный медицинский университет», г. Тверь. E-mail: althotas3111978@mail.ru

*Author information:*

BULANOV Vladimir Vladimirovich – PhD, Assoc. Prof of the Dept. of philosophy and psychology with the courses of bioethics and Russian history, Tver State Medical University, Tver. E-mail: althotas3111978@mail.ru