



А ЕСЛИ ПОДУМАТЬ?

Думать — это немодно

«А если подумать?» — любимая фраза моей школьной учительницы. Она никогда не говорила: «Ответ неправильный». О, нет! Она улыбалась улыбкой змеи, смотрящей на кролика, и железным тоном задавала свой издевательский вопрос: «А если подумать?»

Прошли не то что годы — десятилетия, страшно сказать: больше 30 лет минуло с той поры! Однако и сейчас, когда возникает непростая ситуация, я спрашиваю себя: «А если подумать?»

Хорошее дело: подумать, не так ли?

Но немодное.

⋮ Мы живем в такое время, когда размышления не в моде.

Сегодня время скоростей, время бесконечного бега. А думать на ходу невозможно.

Попробуйте, быстро шагая, обдумать какую-нибудь серьезную проблему, например разговор с начальником, ребенком или просто планы на то, как провести будущее лето. Ничего не получится: ноги сами остановятся.

Думать на бегу невозможно. А наблюдать — пожалуйста, сколько угодно!

Как мы уже говорили: наша энергия познания направлена вовне, а не внутрь.

Мы предпочитаем рассматривать окружающий нас мир; результаты же этих наблюдений, выводы, которые можно сделать из них, нам неинтересны.

Энергия, направленная вовне, тренирует умение смотреть, но убивает умение размышлять — нет времени: взглянул, увидел, побежал дальше.

⋮
Сегодняшний мир — это мир наблюдателей, а не мыслителей.

Для огромного количества жителей XXI века наблюдение — это даже не способ познания мира. О, нет! Наблюдение самоценно. Оно — калейдоскоп: мелькание городов, людей, лиц, телепередач, ярких страниц журналов, кадров фильмов...

Если мы с Вами выяснили, что для современного человека огромной проблемой является умение сосредоточиться, то очевидно, что и думать ему недосуг.

Что же делать? Вообще, что ли, не думать?

Но Господь (Природа, если Вам так нравится больше) ведь зачем-то наградил нас умом, значит, надо как-то его использовать, не так ли?

Люди XXI века нашли из этого чудесный выход — они думают чужим умом.

Очень точно об этом пишет Эрих Фромм: «Обычный человек сегодня очень мало думает сам. Он запоминает информацию, предоставленную школой и массмедиа, и практически ничего не использует из того, что получает путем собственных наблюдений и обдумывания... Сегодня можно наблюдать, как люди хотят избежать напряжения мысли даже в малых дозах; например, когда

продавец в магазине складывает три цифры на калькуляторе вместо того, чтобы сделать это в уме»¹.

Получается, мы создали такой мир, в котором размышлять не просто немодно, но *как бы* и не нужно.

Зачем? Если за тебя это сделают другие, а ты просто воспользуешься их выводами.

И все бы ничего, только вот, пользуясь *чужими* выводами, невозможно построить *собственную* жизнь.

Сегодня модно рассуждать о всяких-разных свойствах мозга, о том, как он сложно устроен, и даже о том, что мозг невероятно важен для человека и вполне можно использовать формулу: мозг = человек.

Однако забавно: мы не хотим использовать мозг по его прямому назначению — неохота нам думать.

Недавно в книжном магазине я рассматривал книги о мозге. Их было много. Подавляющее большинство из них рассказывало про всякие интересные свойства мозга. Некоторые учили тому, как тренировать память. Но на этой полке я не нашел ни одной книжки, которая учила бы человека думать.

Представьте себе абсолютно здорового человека, который передвигается ползком только потому, что его не научили использовать ноги по назначению. Люди иногда напоминают мне индивидуума, у которого есть мозг, но он не знает, как его применять.

Умный человек как у нас называется? Ботаник.

А пронира, сумевший вписать себя в ту картину мира, которую он наблюдает? Успешный.

Такова система ценностей.

Ну и зачем тогда, собственно говоря, думать?

¹ Фромм Э. Искусство быть. — М.: АСТ, 2013. С. 306, 308.

Есть ли смысл в размышлениях?

Великий Сенека заметил: «Люби разум — и эта любовь даст тебе оружие против жесточайших испытаний»¹.

Слова эти не просто красивые, но и абсолютно справедливые.

Возможно, Вы будете удивлены, но они имеют к Вам прямое отношение.

Что заставляет человека прийти к Вам за советом? Те самые жизненные испытания.

Но мы, увы, не всегда отдаем себе отчета в том, что, как только в нашей жизни случается беда, у нас, в сущности, есть три варианта.

Первый. Пустить все на самотек, мол, пусть идет как идет.

Второй. Довериться чужому уму, то есть жить по чужой указке, исполняя чужие желания.

Третий. Самому все обдумать, сделать выводы, найти выход.

Плюсы есть во всех трех вариантах.

Однако если человек обратился к Вам за помощью в решении его проблем, значит, он уже не хочет все пускать на самотек. И вряд ли он жаждет бездумно довериться кому-то, иначе бы к Вам не пришел.

Он хочет разобраться сам вместе с Вами.

Как ему помочь?

Есть удивительная притча про рассеянного мальчика, который постоянно все терял. И вот однажды вечером, чтобы помочь своей беде, он записал в тетрадку, что где лежит, дабы утром найти вещи без проблем. Так и написал: куртка — на вешалке, ручка — в портфеле, портфель — в шкафу, и так далее...

¹ Сенека Л. А. Нравственные письма к Луцилию. — СПб.: Азбука, 2013. С. 170.

Потом лег в постель и оставил последнюю запись: «Я — в кровати».

Проснувшись утром, он все быстро и радостно собрал, подошел к постели, посмотрел запись в тетрадке и удивленно спросил: «А где же я?»

Я практически убежден в том, что человек, пришедший к Вам за советом, по сути, очень похож на мальчика, который себя потерял.

Что это значит?

Это значит, что он заблудился на пути к построению гармоничной жизни, а это «заблуждение» — всегда внутри человека.

Надо постараться помочь другому человеку (а иногда и самому себе) понять: для чего в жизни случилось то или иное испытание.

Именно понимание смысла любого испытания дает возможность выхода из него.

Человека уволили с работы, и он, опечаленный, пришел к Вам.

Почему уволили — понятно: скажем, не сработался с начальником.

А вот *зачем* это произошло?

Затем, что старую работу уже давно пора было менять на какую-то более интересную? Затем, что на самом деле давно уже стоило заняться чем-то иным, но не хватало сил бросить привычное? Затем, что работа с таким начальником бессмысленна и следует искать другую?

Понимание смысла поможет отыскать выход.

И тут мы возвращаемся к Сенеке: только с помощью размышлений, с помощью ума можно понять смысл свалившегося на голову испытания и таким образом отыскать выход.

Однако возникает вопрос: а что такое, собственно говоря, ум?

Что такое ум

Интересно, что биологи, изучающие животных и даже насекомых, определяют их интеллект как умение с пользой для себя совершать противоестественные вещи.

Почему?

Животное влечет к цели либо инстинкт, либо интеллект. Когда животное делает что-то для себя естественное — значит, его влечет инстинкт. Скажем, рыбы идут на нерест в определенное место не потому, что понимают: оно хорошее, а потому, что у них такой инстинкт.

А вот когда зверь совершает нечто не соответствующее его природе, но тем не менее для него полезное — его ведет интеллект.

Так, например, был выявлен интеллект у пчел. Исследователи установили три экрана: красный, синий и желтый. Корм для пчел лежал только у желтого экрана. Довольно скоро пчелы стали летать к нему, им помог инстинкт: желтый цвет привычно указывает, что тут есть чем поживиться.

Но затем корм разместили у красного экрана. По поводу красного цвета инстинкт молчит. Но пчелы переучились! Инстинкт вел их к желтому, но в конце концов они начали летать к красному.

Итак, получается, что

в животном мире интеллект — это умение бороться со своим естеством, преодолевать собственный опыт для достижения важной цели.

Мы, люди, тоже привыкаем принимать решения, основываясь лишь на своем опыте. Сложные ситуации, вообще говоря, чаще всего и возникают в тот момент, когда опыт дает сбой: прежние решения не работают, и необходимо проторить новую дорогу.

У умного человека это получается. У глупого — нет.

Кто же такой умный человек? Можно ли ему дать определение?

* * *

Остановитесь на этом месте!

Подумайте, что слово «умный» означает лично для Вас? Дайте не расплывчатое, а абсолютно четкое определение.

Когда Вы называете кого-то умным, на какие критерии Вы ориентируетесь?

Вспомните двух-трех людей, которых Вы считаете умными. Что их объединяет?

Понятно, что уже в следующей строке я дам то определение, из которого исходит психофилософия.

Интересно, совпадет ли оно с Вашим? И какое из двух определений покажется Вам наиболее точным: Ваше или то, что дает психофилософия?

Эта остановка в нашем разговоре поможет Вам поразмышлять, что никогда не бывает лишним, правда?

.....

Итак, психофилософия исходит из того, что

умный человек — это тот, кто умеет самостоятельно делать самостоятельные выводы об окружающей жизни и о людях, эту жизнь создавших.

Получается, что психофилософия не включает в определение «умный человек» такой, казалось бы, важный критерий, как верность сделанного вывода.

Это ошибка?

.....

Давайте *подумаем*.

Если человек самостоятельно сделал неверный, но самостоятельный вывод, он все равно, что ли, умный? Так, получается?

Так.

Вот пришел к Вам человек со своими проблемами. Очень важно помочь ему *самостоятельно* их оценить. То есть поспособствовать тому, чтобы Ваш собеседник *сам* понял смысл сложной ситуации, уяснил *собственные* желания и *собственные* устремления. Желательно помочь ему сделать *самостоятельные* выводы о том, как можно данную ситуацию изменить.

А если эти выводы оказались неверными?

Задам встречный вопрос: а каков, собственно говоря, критерий верности-неверности? Ведь нередко то, что сегодня кажется неверным, завтра оказывается единственно правильным, не так ли?

..... Умный человек — это тот, кто находит самостоятельные пути в решении проблемы. Правильные они или нет — может показать только время.
.....

Значит ли это, что человек не должен слушать ничьих советов и всех игнорировать? Разумеется, нет.

Слушать можно всех. Слушаться — только себя.

Понятно, что любое решение может долго не приводить к ожидаемым результатам или же вовсе к ним не привести.

Однако умный человек исходит из того, что самостоятельно принятое решение будет осуществляться более осознанно и смело, нежели когда оно продиктовано кем-то.

По этой же причине — самостоятельности и продуманности решения — на пути его осуществления будут сделаны выводы, которые непременно пригодятся в жизни.

Как разобраться в сложной ситуации

Часто (если не сказать чаще всего)

мы становимся *без-умными* не потому, что у нас нет ума, а потому, что нам недосуг пользоваться собственным разумом.

Уверю Вас: почти наверняка в подобной ситуации находится и тот, кто пришел к Вам за советом. Ему никто не объяснил, что надо пользоваться собственным разумом и как это необходимо делать.

Он растерялся, то есть растерял себя, другими словами: растерял свой ум.

Одна моя подруга, когда кто-нибудь начинает излишне суетиться или говорить явные глупости, просит:

— Ты в ум-то войди.

Тому, кто пришел к Вам в состоянии растерянности, Вы можете помочь сделать самостоятельные выводы из той ситуации, в которую он попал. Помочь ему *войти в ум*.

Иногда необходимо помочь *войти в ум* и себе самому. Мы ведь и сами нередко оказываемся в ситуации, в которой необходимо разобраться.

Что для этого надо сделать?

Во-первых, успокоиться, не впадать в истерику.

Во-вторых, понять философию ситуации, ее смысл и суть, исходя, как мы только что говорили, из философии человека.

В-третьих, попробовать найти выход из ситуации.

Именно и сугубо в такой последовательности.

Увы, часто мы не делаем ни первого, ни второго, ни третьего не потому, что не умеем, а потому, что не хотим.

Разве нам не известны способы собственного успокоения? Разве мы не умеем обдумывать ситуацию? Разве нам выдали справку, что мы — дураки, неспособные самостоятельно делать самостоятельные выводы?

Разумеется, нет.

Просто мы допускаем слишком много суеты и страха, которые не позволяют собраться и спокойно искать выход из сложной ситуации.

Всем известен императив Декарта: я мыслю — следовательно, существую. Однако это лишь финал фразы.

На самом деле логика великого француза была несколько другой: я сомневаюсь — следовательно, я мыслю, я мыслю — следовательно, я существую.

Человек, который приходит к Вам, обуреваем сомнениями. Они его гложут и мучат, иногда угрожают раздавить.

Пришедший не понимает:

сам факт того, что человек сомневается, неоспоримо свидетельствует о том, что он думает.

Не стоит бояться ситуации, когда сомнения терзают Вас. Совершенно справедливо заметил Маяковский: «Тот, кто постоянно ясен, — тот, по-моему, просто глуп».

Что посоветовать тому, кто обратился к Вам, находясь в такой ситуации?

Что делать самому, если случилось в нее попасть?

Успокоиться. Осознать суть ситуации. Постараться найти из нее самостоятельный выход.

Не могу утверждать, что это совсем просто. Но и не так сложно, как нам подчас кажется.

Недавно ко мне «на поговорить» пришел человек. Назовем его Артур. Проблема его была схожа с той, что едва не развела героев чудесного фильма «Москва слезам не верит».

Артур — художник, а его жена — бизнесвумен. У них хорошая семья, растет сын.

Артуру иногда удается продать свои картины, бывает, что он работает по заказу, но всегда зарабатывает меньше, чем жена. И это является поводом для ощущения им серьезной внутренней дисгармонии.

Пока сын был маленький, Артур успокаивал себя тем, что он много внимания уделяет ребенку. Сейчас сын достаточно вырос и не нуждается в постоянной опеке. И Артур начал сильно переживать из-за того, что «висит на шее у жены».

Жену, как я понял, это не смущает. Сын гордится своим отцом, которого считает гением, «пока непризнанным». А Артур мается.

По ходу нашего разговора выяснилось, что Артур никогда не думал над этой ситуацией. Никогда! Никогда всерьез не обсуждал ее ни с женой — было неловко, ни с сыном — мал еще.

Он знал чужим умом, чужими представлениями, что когда жена зарабатывает больше мужа — это плохо. И это (чужое!!!) знание его вполне удовлетворяло.

Вопрос: «Зачем Вам менять Вашу семейную ситуацию, если она устраивает всех?» — застал его врасплох. Он не думал над этим.

Я не возьму на себя смелость называть Артура глупым человеком, мне вообще кажется, что такие оценки раздавать не следует. Однако в данной ситуации он вел себя неумно.

Что это значит?

Он не хотел анализировать создавшееся положение, не хотел самостоятельно делать самостоятельные выводы. Он покорно шел на поводу чужой точки зрения.

Это дорога в никуда.

Увы, но человек, который обращается к Вам, часто похож на этого Артура: у него не хватает времени, а чаще всего просто нет желания обдумать ту ситуацию, в которую он попал, хотя бы попытаться проанализировать ее.

Значит, надо ему в этом помочь.

Или себе, если в таком положении оказались Вы.

Что такое мысль

Удивительное дело, но тот самый разум, который мы, увы, не так часто используем по назначению, не может не работать!

Возникает странная ситуация: с одной стороны, мы все время вроде бы о чем-то думаем, а с другой — у нас довольно редко получается самостоятельно делать самостоятельные выводы.

Мы не так часто, как хотелось бы, рождаем мысль.

Задумывались ли Вы когда-нибудь над вопросом: а что такое, собственно говоря, мысль? Все ли то, что приходит в нашу голову и без перерыва там роится, можно назвать этим благородным словом?

Эрих Фромм в своей книге приводит невероятно красивые размышления о мысли, которые принадлежат великому английскому философу Берtrandу Расселу.

Попробуйте прочитать эту цитату внимательно и главное — понять, имеет ли она к Вам прямое отношение.

«Люди боятся мысли больше, чем чего-либо на земле: больше катастрофы, даже больше смерти. Мысль имеет подрывной и революционный характер, она деструктивна и ужасна; мысль безжалостна к привилегиям, установлениям, удобным привычкам; мысль анархична и незаконна, безразлична к авторитетам, бесцеремонно

обращается с проверенной веками мудростью. Мысль без страха заглядывает в глубины ада. Она видит человека — крохотную песчинку, окруженную невообразимыми глубинами молчания, но несет себя гордо, непреклонная, словно повелительница вселенной. Мысль величественна, быстра и свободна, она — свет мира, величайшая слава человека»¹.

Здорово, правда? Не знаю, каково Вам было этот текст читать, а мне приятно было его перепечатывать.

Но какое отношение эти красивые, возвышенные слова имеют к Вам, ко мне, к каждому человеку? Неужели все, что беспорядочно кружится в нашей голове, определяется возвышенными словами Рассела?

Психофилософия исходит из того, что

мысль — это личное, индивидуальное открытие в понимании мира, во взаимоотношениях в мире, в других людях.

Мысль — это открытие.

Всем известный вскрик: «Хорошая мысль!» рождается именно тогда, когда необходимо что-то изменить, то есть *открыть*: либо в своем восприятии жизни, либо в своем движении по жизни.

Больше всего мыслей рождается не в головах ученых, философов или писателей.

Больше всего мыслей рождается в головах детей.

Каждый день они совершают открытия. Поэтому не следует относиться к детям высокомерно и снисходительно. К их мыслям стоит прислушаться, ведь до поры им не известно, что такое банальность.

¹ Фромм Э. Искусство быть. — М.: АСТ, 2013. С. 67–68.

А там, где банальность, где повтор общеизвестных истин — там мысли нет.

Человек, который пришел к Вам за советом, пришел именно за мыслью, за открытием, которое позволит ему иначе взглянуть на ситуацию, в которую он попал.

Когда мы сами попадаем в сложную ситуацию, мы часто склонны страдать и переживать. Это нормально.

Но все равно, в какой-то момент стоит прекратить это, увы, милое для многих занятие.

И вместо страданий попробовать обдумать, что случилось, постараться родить мысль — открытие, благодаря которому мы сможем взглянуть на ситуацию по-новому.

Мысли о сущностном и о насущном

Однако если мы договариваемся, что мысль — это открытие, мы должны согласиться с тем, что открытия эти бывают весьма и весьма разные.

Можно, скажем, обнаружить, что тебе идет черный цвет или что если наедаешься на ночь, плохо спишь.

А можно понять, в чем смысл твоей жизни, или осознать однажды, что ты можешь простить ребенку любой проступок, лишь бы дитя было счастливо.

Психософия предлагает все мысли, рождающиеся в нашей голове, разделить на насущные и сущностные.

Насущные мысли — открытия, связанные с решением насущных, актуальных, практических, чаще всего сиюминутных проблем.

Насущные мысли рождаются в голове человека как ответ, например, на такие вопросы: «Где провести отпуск?», «Хватит ли денег до полочки?», «Есть ли у меня зимняя обувь?» и так далее...

Насущные мысли помогают нам в решении бытовых проблем.

Сущностные мысли — открытия, связанные с решением проблем фундаментальных, определяющих суть и смысл нашей жизни.

Эти мысли составляют фундамент, теоретическую основу нашего самовосприятия и восприятия жизни. Думаю, что в своих красивых рассуждениях Бертран Рассел имел в виду именно их.

Сущностные мысли рождаются в голове человека как ответ, например, на такие вопросы: «Зачем я живу?», «Почему я живу с этим человеком, а не с тем?», «Дает ли мне моя работа возможность самореализации?», «Является ли мой ребенок свободным человеком?» и тому подобные.

Если мы дадим себе труд провести ревизию собственных мыслей (то есть попытаемся зафиксировать то, о чем думаем), мы убедимся:

основную часть наших размышлений составляют мысли о насущном.

О сущностном мы размышляем гораздо реже и, как правило, в ситуации, когда жизнь нам представляется печальной, а то и беспросветной.

Согласимся, что вопрос: «За что мне все это?» практически никогда не задаст себе человек, находящийся в свободном и легком состоянии души.

Между тем

научиться самостоятельно делать самостоятельные выводы можно, только размышляя над вопросами сущностными.

Почему?

Потому что, решая проблемы насущные, Вы почти всегда опираетесь на чужой опыт.

Как правило, нам советуют, в каком магазине лучше покупать продукты и одежду; где лучше проводить отпуск и пр. В любом случае, когда перед нами стоит практическая проблема, мы чаще всего выслушиваем чужие советы, а дальше — либо принимаем их, либо отвергаем.

Но отвечать на вопрос: «Зачем Вы живете?» Вы можете только лично. При решении проблемы: «До какой степени самостоятельной личностью является Ваш ребенок?» Вы можете опираться на чей-то опыт, а можете с легкостью его отринуть: отвечать все равно надо самому.

Решая насущные проблемы, вполне возможно, что называется, пойти по чьему-то следу. Отвечая на сущностные вопросы, рассчитывать придется только на себя.

Именно поэтому поиски ответов на сущностные вопросы тренируют наше умение размышлять.

Тренировка сущностного мышления

Помните знаменитые строки Бориса Пастернака:

*Во всем мне хочется дойти
До самой сути.
В работе, в поисках пути,
В сердечной смуте.
До сущности протекших дней,
До их причины.
До оснований, до корней,
До сердцевины.*

Речь идет именно о сущностном мышлении, то есть о понимании философии любого явления, дела, поступка.

Очевидно, что когда мы осознаем суть чего-то — будь то поступок близкого человека или вся наша жизнь, — наше существование становится более легким.

Можно ли научиться так мыслить?

Разумеется.

Что нужно делать для того, чтобы, скажем, научиться варить борщ или водить машину?

Правильно: надо начать варить борщ или водить машину.

Хорошо, если в этом деле у Вас есть учитель, — это сильно облегчит обучение. Но даже если учителя нет, Вы все равно в конце концов научитесь делать то, чем занимаетесь регулярно.

Если Вы действительно хотите натренировать свое сущностное мышление, Вам очень помогут философы. В том случае, если Вы будете не просто читать их книги, а дискутировать с ними.

Приведу только один пример.

Вам нравится путешествовать? Думаю, да. Большинство современных людей любят менять пейзаж за окном и набираться новых впечатлений.

Между тем один из моих любимых философов — Сенека — не просто не одобрял, а презирал путешествия.

Он считал, что «частые переезды — признак нестойкости духа, который, пока не перестанет блуждать да озираться вокруг, не сможет утвердиться в привычке к досугу»¹. Представляете?

¹ Сенека Л. А. Нравственные письма к Луцилию. — СПб.: Азбука, 2013. С. 152.

Сенека страстно восклицал: «Менять надо не небо, а душу! Пусть бы ты уехал за широкие моря... — за тобой везде, куда бы ты ни приехал, последуют твои пороки»¹.

Вот оно как!

У Вас есть возражения по сути? В чем лично для Вас заключена философия путешествия, его глубинный смысл? *Зачем* Вы уезжаете за тридевять земель? Что Вы ищете там такого, чего нельзя найти дома? Новые впечатления? А впечатления Вам для чего нужны? Потому что так принято или потому что у Вас есть некая собственная, личная цель?

Это все сущностные вопросы — вопросы *сущности* Ваших путешествий, над которыми полезно подумать.

Подобные размышления не только развивают умение мыслить сущностно, но и создают фундамент, *философию путешествий*, стоя на котором Вы будете иначе относиться к своим поездкам.

В цитате Сенеки появилось слово «пороки». А что это такое, если вдуматься? Что Вы считаете пороком, а что не считаете? Боритесь ли Вы с ними или привыкли? Хотите их уничтожить или Вам хорошо с ними жить?

«А если подумать?» — предлагала моя учительница.

Думать над фундаментальными, главными, сущностными вопросами нужно не только для того, чтобы помочь другому (или себе) решить какие-то конкретные проблемы. Хотя это тоже очень важно.

Такие размышления меняют Вас. Меняют Вашего собеседника, если Вы сумели его к ним подвигнуть. В конечном счете меняют жизнь.

¹ Сенека Л. А. Нравственные письма к Луцилию. — СПб.: Азбука, 2013. С. 178.

Если человек любит и умеет размышлять над сущностными вопросами, то его жизнь движется его собственными открытиями — мыслями, а не суетным течением. Его жизнь не бежит по кругу.

Без сомнения, думать — это в наше время немодное занятие. Но, уверяю Вас, как только Вы начнете размышлять над сущностью чего-либо, Вы убедитесь, что это не только очень полезное, но и весьма интересное дело.

И если Вы сможете объяснить это пришедшему к Вам человеку, я убежден: он будет Вам благодарен.

* * *

Очень, я бы сказал, удобно заниматься сущностными размышлениями во время разговора с самим собой.

А что, с самим собой можно разговаривать? Прямо разговаривать вслух?

Можно. Прямо. Вслух.

Об этом и поговорим в следующей главе.