



Е. Е. САПОГОВА

# ЛАБИРИНТЫ АВТОБИОГРАФИИ

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-  
НАРРАТИВНЫЙ  
АНАЛИЗ ЛИЧНЫХ  
ИСТОРИЙ

**Елена Евгеньевна Сапогова**  
**Лабиринты автобиографии.**  
**Экзистенциально-нарративный**  
**анализ личных историй**

*Текст предоставлен издательством*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=36309389](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=36309389)*

*Лабиринты автобиографии. Экзистенциально-нарративный анализ  
личных историй: Алетейя; Санкт-Петербург; 2017  
ISBN 978-5-906980-59-5*

### **Аннотация**

В рамках теоретического синтеза экзистенциального и нарративного подходов в монографии осуществлена трактовка жизненного и экзистенциального опыта, рассмотрены процессы личностной герменевтики и проблемы персональных тезаурусов автобиографических нарративов. Автобиографирование рассмотрено как своеобразная мета-деятельность субъекта по отношению к собственному сознанию, описаны его функции и структура. Выявлены характеристики личностных нарративов, рассмотрены смысловые конструкции и психологические форматы составляющих их эпизодов. Книга адресована научным работникам, преподавателям, аспирантам, студентам и магистрантам философских и психологических специальностей, исследователям других

гуманитарных направлений, всем, кто интересуется проблемами психосемантики автобиографических текстов.

# Содержание

Введение	6
Глава 1. «Забота о себе»: автопостроение жизни как смысловой системы[1]	23
Конец ознакомительного фрагмента.	62

**Е. Е. Сапогова**

**Лабиринты автобиографии.**

**Экзистенциально-  
нарративный анализ  
личных историй**

© Е. Е. Сапогова, 2017

© Издательство «Алетейя» (СПб.), 2017

# Введение

*С историями всё по-другому: они оживают, лишь когда их рассказывают. Без человеческого голоса, читающего их вслух, без широко раскрытых глаз, бегущих по строкам при свете фонарика под одеялом, они не существуют в нашем мире. Они – как зерна в птичьем клюве, ожидающие возможности упасть в землю и прорасти. Или ноты, жаждущие инструмента, способного дать жизнь музыке. Они дремлют в надежде на случай, который пробудит их. Если кто-то их читает, они получают возможность пустить корни в воображении читателя и изменить его. Истории желают быть прочитанными <...> Им это необходимо. Вот почему они устремляются из своего мира в наш. Они хотят, чтобы мы дали им жизнь.*

*Дж. Коннолли, «Книга потерянных вещей»*

*Учи, каждый раз, осознанно или нет, ты изменяешь то, что вспоминаешь...*

*К. Маккарти, «Дорога»*

Хотя бы раз в жизни любой взрослый человек сталкивался с необходимостью написать или рассказать кому-то фрагменты своей автобиографии. Из чего состоит наш жизненный путь, каким он был или должен был бы быть, что и как рассказать о себе, мы обдумываем в очень разных ситуациях:

когда при поиске работы пишем curriculum vitae; когда при знакомстве хотим произвести на кого-то необходимое впечатление; когда читаем чужие биографические тексты (даже романизированные); в хронотопах больничных палат или вагонных попутчиков, слушая квазибиографические личные истории («Навру с три короба – пусть удивляются...»), как писал Ю. И. Визбор); и даже когда читаем чужой некролог, листаем «светскую» прессу или обращаемся к справочникам «Кто есть кто?».

**Автобиография** в широком смысле слова – это текстовая идентификация жизненного пути личности, самописание, выстроенное на канве определенных жизненных событий, свидетелем или участником которых был человек, являясь сверстником определенных поколений и проживая жизнь в определенных временных и пространственных рамках. Фактически, любая жизнь, изложенная устно или написанная на бумаге, становится *текстом*, а текст – своеобразным литературным продуктом, подчинённым определённым правилам и ориентированным на социальные задачи.

Интроспективно-рефлексивная природа автобиографирования, принципиальная неустрашимость «Я» автора из любого повествования («Я» выступает и как предмет и как способ повествования) является интересным предметом для психологического анализа. Это аутентичный и семантически полноценный материал для анализа жизненной истории личности. В свое время Г. Райл обратил внимание, что челове-

ческое сознание способно «смотреть» и «видеть», но лишь последнее становится основой автобиографирования. В книге Р. Пэскала «Design and Truth in Autobiography» был аргументирован тезис, что автобиография – это не только реконструкция автором своего прошлого, но одновременно и его *интерпретация*, обусловленная задачами самопознания, самопрезентации, саморазвития и демонстрирующая другим систему жизненных ценностей и идеальный образ «Я» рассказчика.

Под влиянием постмодернистской теории, лингвизировавшей психологический анализ автобиографий и превратившей их в «словесный артефакт», вопрос о правдивости или исторической достоверности содержания личного нарратива почти не ставится. Полагается, что автобиография есть не что иное, как *специфический «Я-дискурс»*, позволяющий получить контекстуальную и ситуативную информацию о текущем отношении рассказчика к своему жизненному опыту и событиях своей жизни, а исследовательские акценты переносятся на текстовые характеристики рассказа о себе и на взаимодействие, конвенции между участниками коммуникации.

Иногда сложно отказаться от идеи видеть в автобиографическом нарративе прямое сходство с исповедью, мемуарами, в которых человек конструирует, закрепляет и выговаривает собственную сущность и тем самым, среди прочего, познаёт себя-подлинного. Тем не менее, между ними есть некоторая

разница.

Если автобиография может рассматриваться как повествование об обстоятельствах и событиях прожитой к данному моменту времени жизни, то *исповедь* обычно «выхватывает» из неё лишь один ключевой момент, одну сторону, представляющую для рассказчика субъективную значимость (об этом одним из первых заговорил И. Г. Гердер). Неудачное действие, проступок, промах, ошибка выбора, даже просто драматическое стечение обстоятельств, которые накладывают отпечаток на дальнейшую жизнь человека, лишая её экзистенциальной полноты и бытийной радости, косвенно присутствует в исповеди, постоянно требуя возвращения к обсуждению, покаянию, оправданию, прощению. Иногда это становится результатом столкновения двух значимых на конкретный момент жизни желаний, ценностей, обретенных. Будучи пойманным в паутину трудного, экзистенциально окрашенного выбора, человек часто не думает о дальнейших последствиях совершаемого и впоследствии на долгие годы оказывается в неудовлетворяющих его, а порой и во все трагических обстоятельствах. Консультирующей психолог нередко имеет дело именно с исповедальной стороной автонаррации, хотя понимание проблем клиента требует содержательно более полного изложения им и других обстоятельств своей жизни.

Автобиографический нарратив, в принципе, отличается от *мемуаров*, которые ориентированы преимущественно на

внешнесоциальную сторону жизни личности – на упоминания о том, как она участвовала в значимых общественных событиях, с кем из знаменитостей современности встречалась, что выдающегося совершила, на что повлияла и пр. Здесь наверняка неизбежны социальное декорирование, передергивание фактов, смещение акцентов, гиперболизация случайных деталей. Автобиография же предполагает акцентирование подлинной внутренней жизни человека, его развития и становления именно тем, кем и каким он мыслит себя сейчас. В этом плане автобиография всегда есть не просто логическая сцепка жизненных эпизодов, но некое *смысловое единство*, принятое личностью и характеризующее её. Автобиографией человек действительно хочет высветить что-то значимое о себе и своей «авантюре саморазвития» (Э. Фромм).

Вероятно, есть смысл различить также записанный автонарратив и от традиционно понимаемых *дневниковых записей*, также выполняющих функцию общения субъекта с самим собой, хотя это различие уже не носит столь принципиального характера. Дневниковые записи часто делаются если не с откровенно утилитарной целью («домашние хроники», «записки для памяти», «девичьи альбомы» и пр.), то, как минимум, с внутренней интенцией «оставить себя самого потомкам» как «памятник образу жизни», достойному подражания. Ориентированность на имплицитное «автобиографическое соглашение» с читателем заставляет автора кон-

тролировать содержание «дневниковой биографии», исходя из этой цели – и тогда уже нежелательно выглядеть непредусмотрительным, смешным и пр.; всё это должно быть исправлено и скомпенсировано средствами нарратизации, чтобы не «потерять лицо». Да и сам факт записывания автоповествования уже семантически «выпрямляет» его содержание, делает его более социально-нормативным и линейным. Тем не менее, сказанное не исключает написание дневников и в исповедальной форме, «для себя» (именно поэтому на их чтение и/или публикацию часто накладывается запрет на много лет или они уничтожаются самим автором в конце жизни, не доходя до потенциального читателя).

В этом плане автобиографическая наррация, актуализируясь для разных целей, являет собой многоуровневое психологическое образование. И не случайно в последние десятилетия само слово «автобиография» замещается терминами «эго-документы» (ego-documents), «свидетельства о себе» (Selbstzeugnissen), «жизнеописания» (life-writings), «сочинения о своей душе» (le secrets du for privé), «автодокументы» и пр.

Вообще, сам автобиографический жанр возникает как следствие общественного осознания *единичности конкретной жизни, её уникальности*. Психологически автобиография больше нужна рассказчику, чем слушателю: она стартует от самой себя и возвращается к себе, замыкается на самой себе, хотя в «середине пути» может фрагментарно в том или

ином объёме рассказываться другим.

Мне всегда было интересно, как человек самоопределяется собственными значениями, как создаёт структуру и образы самого себя, как выстраивает концепцию своего «Я» и своей жизни, на каких основаниях начинает считать свой жизненный путь истинным и предназначенным единственно ему.

Несколько лет назад, читая одну из работ О. Э. Мандельштама, я наткнулась на термин «семантическая удовлетворённость», обозначавший своеобразное личностное переживание, возникающее в творческом «проясняющем акте понимания-исполнения». Фактически, он говорил о том, как поэту удаётся «схватить», удержать, обозначить и вербализовать некие непрерывно скользящие во внутреннем плане сознания текучие переживания, мгновенно вспыхивающие и тут же сменяющиеся новыми осознаниями «себя-в-происходящем». И хотя он имел в виду, в первую очередь, поэтическое творчество, такие *проясняющие акты* принципиально свойственны любому субъекту в актах автобиографирования – они являются одним из способов «схватывания» и фиксации собственной сущности.

Обозначить нечто, дать имя чему-то уникальному, родившемуся глубоко внутри тебя как отклик на бытие тебя и мира вместе – значит дать ему право на жизнь, сделать его достоянием социальных практик, ввести в повседневные дискурсы. Но взаимодействия человека с внешней и внутренней ре-

альностью рождают многочисленные переживания, для которых часто бывает недостаточно усвоенных в социализации обозначений. Особенно это касается экзистенциальных («мойных», «яйных») переживаний (взаимности, отчаяния, откровения, смыслоутраты и пр.), устанавливающих для человека субъективную значимость, внутренний статус неких жизненных впечатлений. Кроме того, далеко не каждый человек в состоянии схватывать эти текущие «состояния *себя*» (термин М. К. Мамардашвили и А. М. Пятигорского), мгновения самосозерцания, опредмечивать их и выражать словами – иными словами, *относиться к себе герменевтически*.

Способность к самообозначению – своеобразное свидетельство зрелости личности, ведь очень долго всё то, что человек может отрефлексировать как *переживаемое им самим*, находит имя вовне и имеет характер «своего-чужого» (термин М. М. Бахтина) – мы как бы «узнаём» свои переживания и – косвенно – самих себя вовне. Но чем более объёмным и разнообразным становится жизненный опыт, чем больше граней обнаруживает взаимодействие человека с разными сферами реальности, чем развитее рефлексия, тем сильнее осознаётся собственное своеобразие и – вместе с ним – необходимость фиксировать себя вовне, обозначать уникальные феномены своего внутреннего мира.

Способность к созданию *личностной герменевтики*, то есть способность улавливать, дифференцировать и обозна-

чать уникальные события и характеристики своего внутреннего опыта, не соскальзывая к привычным шаблонам и клише, подсказанным социализацией, и образует то, что мы обозначили термином «*семиотическая компетентность*» личности.

Вполне очевидно, что ее рождает некая внутренняя необходимость говорить о себе, конституировать и верифицировать себя и свою жизнь.

Консультирующие психологи давно заметили, что люди с бóльшим трудом говорят о своём *внутреннем опыте*, чем о своем поведении или совершенных действиях. И это объяснимо. Для любого субъекта непрерывная континуальность и непосредственно наблюдаемая данность собственного существования очевидна и не требует ни особого подтверждения, ни сколько-нибудь специфического анализа – внутри себя субъекту всегда и так про себя «все ясно». В этом внутреннем пространстве самосознание соотносится только с самим собой и для самоуверенности ему не требуется никаких других верификаций. Тем не менее повседневные дискурсы полны разнообразных «историй о себе», рассказываемых людьми друг другу, а автобиографирование является одной из весьма распространённых социальных практик. Почему?

В том, чтобы открывать себя для других, есть своеобразная внутренняя потребность, для которой М. К. Мамардашвили и А. М. Пятигорский предложили термин «*ментальная необходимость самовываривания*». Они говорили о

ней как о своеобразном тяготении взрослого человека к тому, чтобы эксплицировать собственные внутренние характеристики, «высвечивать» себя для других (М. Хайдеггер), выносить свой персональный опыт в «пространство между» (В. П. Зинченко). Стремление интерпретировать самого себя для других, рассказывая истории о себе, помогает личности *верифицировать себя, удостоверять и укоренять своё присутствие в мире* путем соотнесения познанной аутентичности с социальными требованиями, темпоральными канонами и принятыми в данных этносах и культурах эталонами и архетипами.

В автобиографировании самовыговаривание получает свою наиболее завершённую форму, а его результатом становится удовлетворяющая рассказчика *текстовая идентификация его жизни*. Но еще больше автобиографирование необходимо человеку для того, чтобы фиксировать итоги постоянно текущего во внутреннем плане сознания герменевтического *процесса индивидуации* – построения, складывания собственного самобытного «Я». В нем появляется возможность выделять в непрерывном жизненном пути отдельные, субъективно завершённые фрагменты и *придавать им смысл*, тем самым постепенно охватывая процессом осмысления всё больший объём собственного жизненного пути.

Семиотическая компетентность позволяет не только систематизировать и упорядочивать эпизоды жизненного опыта, но и *создавать новые субъективные семантические един-*

*ства, новые смысловые синтагмы, отражающие пристрастное отношение человека к собственной жизни. Тем самым автобиографирование выполняет житнетворческую функцию, а сама личность «принуждает смыслы существовать через себя» (А. Бадью).*

В этом контексте самовывговаривание (автонаррация) может быть понято как частный вариант более широкого психологического феномена – «заботы о себе» (термин М. Фуко). В идею «заботы о себе» входит всё то, что человек способен отрефлексировать как *необходимое именно ему*, совершаемое исключительно «ради самого себя» – и не только на уровне поддержания здоровья и жизнедеятельности, но и для переживания внутреннего благополучия, конгруэнтности с миром, для своей самости, в том числе для «жизни духа». Это не просто самосовершенствование, но *деятельное отношение к себе и своей жизни*, следование добровольно принятому на себя обязательству (внутреннему выбору) такого продуктивного способа существования, который субъект соотносит с собственным пониманием себя, своих возможностей и интенций.

Деятельное отношение к себе и семиотическая компетентность, лежащие в основании самодетерминации и самоорганизации, вполне могут претендовать на то, чтобы считаться *специфическими новообразованиями взрослого возраста*. Более того, обнаружение этих феноменов во внутреннем плане сознания можно отнести к *индикаторам личност-*

ной зрелости субъекта.

Семиотическая компетентность отражает также способности человека к построению *личностной герменевтики*. Мы определяем её как специфическую *функцию самосознания* (или *особый режим работы сознания*), посредством которой совершаются процессы самоистолкования, схватывания собственной подлинности (аутентичности).

Личностная герменевтика связана с: 1) изживанием не оправдавших себя, но прочно усвоенных в ранней социализации правил, табу, идей, идентификационных образцов и пр.; 2) экзистенциальной рефлексией уникального опыта проживания жизни, особенно его отклонения от привычных и «ожидаемых» сюжетов и сценариев; 3) нарастающей когнитивной сложностью личности, персональным развенчанием фикционных идей, выработкой индивидуального жизненного стиля, столкновением с такими жизненными событиями и обстоятельствами, для которых не найдено аналогий и клише в семиотических ресурсах первичной социализации; 4) обращением личности к амплифицирующим контекстам существования (духовному, экзистенциальному, метафизическому), позволяющим расширять личностные горизонты и позиционировать собственную жизнь не только на шкале индивидуального, но и на шкале исторического времени.

Герменевтически ориентированное автобиографирование конструирует и конституирует «Я» (*порождает его как смысловую систему*) путём отбора из непрерывно текущего

опыта тех фрагментов, которые что-то для человека значат, говорят о нём самом, детерминируют его поступки и мысли, задевают его чувства, имеют к нему отношение. Одновременно он пропускает, не замечая, отсеивает всё то, что не попадает в *индивидуальную область означивания*. Рассказывая о себе, субъект *сам* строит и «схватывает» своё «Я».

Семиотическая компетентность создаёт возможность трансформации фрагментов жизненного опыта в единицы опыта экзистенциального, которые составляют персональный *смысловой тезаурус личности*.

*Жизненный опыт* рассматривается в монографии как универсальный комплекс упорядоченных и доступных сознанию воспоминаний, переживаний, представлений и выводов, извлечённых из повседневного существования, а под *экзистенциальным* – комплекс индивидуально извлечённых и персонально значимых концептов, *семантически соотнесённых с самой личностью*.

Единицы экзистенциального опыта постепенно, на всём протяжении осмысленной жизни личности, складываются в индивидуальный *смысловой тезаурус*, в пределах которого личность предпочитает думать и рассказывать о себе и мире. *Смысловой тезаурус* мы понимаем как индивидуальный комплекс соотнесённых с экзистенциальным опытом значимых концептов, которые насыщены эмоционально личным содержанием и максимально точно соотнесены с рефлекслируемыми фрагментами жизни личности и её собственными

возрастными и характерологическими особенностями. По определению М. Н. Эпштейна, это *срез нашего сознания и видения жизни как целого*, куда на равных правах включаются личные и географические имена, термины родства, исторические и календарные события, социальные и профессиональные роли, усвоенные понятия, архетипические конструкции и пр. Почему это так?

Нам всем со студенческой скамьи знакома семантическая диалектика означивания и осмысления, составляющих процесс понимания. Но при обращении к пониманию собственного жизненного пути для человека часто важно не столько *обобщённое значение* пережитого, сколько само *переживание смысла* некоего процесса и обстоятельств его достижения, в котором обнаруживаются объяснения, оправдания, преимущества, принятие, удовлетворение, любование, отступление, экзистенциальные находки, надежды, хамартии и другие *субъективно насыщенные* аспекты жизни.

Они *персонализируют* жизнеописание, удерживая потенциальность раскрытия личностного смысла в рамке определённой событийности, открывая прежде всего самому рассказчику новые значения и измерения собственного существования и осознания прожитого. Так, к примеру, «война» для конкретного человека предстаёт вовсе не как «конфликт между политическими образованиями, происходящий в форме боевых действий между их вооружёнными силами», а как «холод», «огонь», «стыд», «страх», «боль»,

«страдание», «бой», «кураж», «злость», «трусость», как «хлеб», «баня», «контузия», «ранение», «письмо», «утрата», «тишина» и т. д.

Именно в этих концептах автобиографической памяти осуществляется своеобразное «микширование» опыта субъективного *восприятия* реальности с реальностью *знаемого*, которым задаётся их дальнейшая нераздельность, слиянность. За счёт неё человек принимает своё *переживание* жизни за *знание* проживаемой жизни в целом (так, для пережившего блокаду человека «война» – это всегда прежде всего «голод», «утрата близких», «безнадёжность», а вовсе не «бой», «сражение» и т. п.). И тогда каждая единица индивидуального тезауруса (событие текста) есть *не столько событие само по себе, сколько нераздельная слитность «Я-в-событии», «Я-этого события».*

М. Н. Эпштейн предложил называть такие единицы повествований о себе *биограммами*, понимая под ними «структурные единицы жизненного целого». Вероятно, основу для этого составила идея Р. Барта о *биографемах* – Р. Барт, по аналогии с фотографиями, понимал под ними искусственное припоминание, приписываемое любимому автору. Мы вводим понятие «*автографема*», понимая под ним «событие жизни», которое конкретная личность превратила в «событие текста», преломив его через собственный жизненный опыт, смыслы, ценности, переживания и пр., то есть через фазу «события сознания».

Тезаурус состоит из автографем, которые могут сцепляться в смысловые синтагмы, совокупность которых выстраивает общий жизненный модус (жизнь есть борьба, жизнь есть приключение, жизнь есть страдание...) личности, потенциально реконструируемый из биографического описания. Автографема выступает как превращённая форма индивидуального жизненного факта, наилучшим образом раскрывающая личности самое себя и самобытность её жизни. Это семантически свёрнутый, сжатый микросюжет, ядро которого составлено неким событием, а периферия – оценками, переживаниями, представлениями, образами, домыслами субъекта.

Думая и рассказывая о себе, личность может использовать разные виды автографем: доминирующие, прецедентные, уникальные и альтернативные. Владение всем комплексом биографем и автографем, широта экзистенциального словаря характеризует высокий уровень семиотической компетентности личности, глубину её самопонимания. Рассказывая о себе и своей жизни с разными целями, человек располагает необходимыми ему био- и автографемами в определённом временном порядке и сцепляет их в потребные ему семантические единства в зависимости от ретро- и проспективной интерпретации, которой подверглись прожитые эпизоды жизни.

Сцепка автографем и создание новых семантических единств при автобиографировании подчиняется *собствен-*

ному смысловому алгоритму (центральной теме, экзистенциальной самоконцепции) личности, связанному с основным экзистенциальным вопросом, на который субъект отвечает собственной жизнью – *жизненному модусу*. Нам удалось выделить и описать ряд различающихся между собой модусов, которым может следовать личность: «жизнь как процесс постоянных утрат», «жизнь как процесс постоянного приобретения», «жизнь как испытание», «жизнь как долг» и др.

Сказанное очерчивает контекстный и тематический круг авторских изысканий последних лет, отраженный в представленной монографии.

# Глава 1. «Забота о себе»: автопостроение жизни как смысловой системы<sup>1</sup>

*Для экзистенциалиста человек потому не поддается определению, что первоначально ничего собой не представляет. Человеком он становится лишь впоследствии, причем таким человеком, каким он сделает себя сам.*

*Ж.-П. Сартр*

*Твои мысли становятся твоей жизнью.  
Марк Аврелий*

Любой взрослый человек является центром собственной жизни и, осознавая свою единичность и временность/конечность существования в мире, испытывает необходимость закреплять, верифицировать, удостоверять собственное бытие (Мамардашвили, 1996; Мамардашвили, Пятигорский, 1971). Один из возможных путей для этого – конструирование и рассказывание автобиографических и квазибиографических личных историй, совокупно образующих *текстовую идентификацию жизни* рассказчика.

---

<sup>1</sup> Данные эмпирического исследования, приведенные в данной главе, получены в работе, выполняемой при финансовой поддержке гранта РФФИ (Отделения по гуманитарным и общественным наукам), проект № 15-06-10028.

Автобиографирование выступает как процесс и результат постоянно текущего во внутреннем плане сознания герменевтического процесса *индивидуации* – выстраивания и фиксации собственного самобытного «Я, часто – в форме гипоплеписа (Ассман, 2004) – непрерывно продолжающегося внутреннего диалога. В нём человек не просто систематизирует и упорядочивает амплифицированные в смысловом и эмоциональном плане эпизоды жизни, но «принуждает смыслы существовать через себя» (Бадью, 2004), создавая *новые субъективные семантические единства (словесные синтагмы)*, отражающие его пристрастное отношение к собственной жизни и жизни вообще («Я как субъект собственной жизни»).

Каждая из биографических историй, о чём бы в ней не повествовалось, в своей основе является последовательностью реальных эпизодов прожитой жизни, пристрастно отобранных, семантически обогащенных, наделенных личностными смыслами, отражающих и презентующих другим текущие представления субъекта о том, что есть «Я» и что есть «моя жизнь». Эти эпизоды очень разнообразны по своему психологическому содержанию. Они могут включать как происшествия жизненного пути и реальные ситуации взаимодействия, так и возникающие по их поводу и вне повода мысли, чувства, ассоциации, впечатления, аллюзии, переносы, литературные прецеденты, воспоминания, образы сновидений, чужие идентификационные образцы и пр. – пережитые или

просто заимствованные и впоследствии ставшие неразличимыми от собственного «Я» – «своим-чужим» (Бахтин, 1979, с. 371).

Осуществляемый во внутреннем плане сознания, в процессе повседневной коммуникации или в ходе диалога с консультантом рефлексивно-герменевтический процесс автобиографирования упорядочивает, фиксирует и «высвечивает» (термин М. Хайдеггера) для самого субъекта и его социального окружения результаты самопонимания и рефлексии проживаемой жизни и позволяет субъекту ассимилировать, строить и транслировать вовне приемлемую версию себя. Фактически, в автобиографировании человек, следуя своей «субъективной правде» (Калмыкова, 2012, с. 39), разделяет непрерывно текущий процесс жизни на отдельные завершённые фрагменты и тем самым упорядочивает и осмысляет их, поскольку только конечным эпизодам можно придать смысл, а «что не имеет конца – не имеет и смысла» (Лотман, 1994, с. 417). Потенциально любому вычленённому из опыта «конечному» эпизоду может быть придан необходимый человеку смысл, и, как правило, это приводит к более целостному, «стереоскопическому» восприятию себя и своей жизни, помогает открывать новые пространства самовоплощения.

В научно-психологическом контексте мы предлагаем рассматривать автобиографирование как одну из возможных практических форм «заботы о себе». В идею «заботы о се-

бе» входит всё то, что человек способен отразить как *необходимое именно ему*, совершаемое *исключительно «ради самого себя»* – не столько даже на уровне поддержания здоровья и жизнедеятельности, сколько для переживания внутреннего благополучия и конгруэнтности с миром, для развития своей самости и «жизни духа» (Иванченко, 2009; Петрова, 2009; Пичугина, 2012; Соловьев, 2006; Фуко, 2007). Осознавая своё существование как собственную задачу – «что нам, людям, можно и должно делать с нами самими» (Рорти, 2003, с. 33), – «человек делает себя сам, формирует собственный этос, культивирует в себе субъекта действия» (Лехциер, 2005, с. 55) и, фактически, трансформирует «себя наличного» в «себя иного», руководствуясь при этом собственными целями и представлениями о том, кем он хочет, может и должен становиться.

Как именно человек должен заботиться о себе, познавать себя и созидать свою самобытную целостность, в разное время понимали по-разному. Так, известно, что уже Платон в «Алкивиаде» говорил об «озабочении собой» как о своеобразной «технике себя», связанной, очевидно, с обращением сознания к своему носителю (Бабушкина, 2003; Фуко, 2007). В конфуцианстве концепт «жэнь/человечность» среди прочего содержал важный аспект постоянного «превозмогания себя» на пути самосовершенствования. Сопряженные с ними «очищение» и «собираение души», медитативное отрешение, «досмотр сознания», «рассуждения о делах» и т. п. (Фу-

ко, 1998, 2007; Хоружий, 1998) и сегодня являются распространёнными приёмами психотерапии.

Тем не менее «забота о себе» представляется более глубоким в содержательном плане экзистенциальным концептом, указывающим на необходимость совершения *сущностных трансформаций себя и своего бытия* вследствие добровольно принятых *самообязательств*, самостоятельно выбранного проекта жизнеосуществления. Уже в философии стоицизма «ключевой темой <...> “заботы о себе” является тема “самодостаточности” и интенсификации связей с собой <...> В христианской “заботе о себе” ключевой темой становится спасение от автономии существования-к-смерти, причём преодоление смерти предстаёт именно как онтодиалог с Другим и является экзистенциальным мероприятием» (Соловьев, 2006, с. 12).

В современных философско-психологических изысканиях концепт «заботы о себе» обнаруживается в идеях самоактуализации А. Маслоу, «полюсе субъекта» Х. Плеснера, обретении личностной подлинности через принятие и осуществление смыслов В. Франкла, «не-алиби в бытии» М. М. Бахтина, само=бытности В. И. Слободчикова, «заботливости» и обнаружении конкретных смыслов для текущих моментов жизни в Dasein-анализе М. Хайдеггера, рассмотрении личности как «per se» в персонологии Е. Б. Старовойтенко и В. А. Петровского, «жизнетворчестве» Д.А. Леонтьева, «авторстве жизни» Н. А. Низовских и т. д. Вслед за М.

Фуко, Д. А. Бабушкина, обсуждая феномен «заботы о себе», говорит о «поставлении себя перед собственными глазами, *узревании себя*» и «постановке вопроса о себе: *что я есть как я?* или *что для меня значит быть собой?*» (Бабушкина, 2002, с. 51).

С. Мадди, Г. В. Иванченко (2009) связывают «заботу о себе» с личностными выборами «желаемых Я», с «выбором роста» и аутентичностью. В этом же понятийном русле Д. А. Леонтьев вводит идею уровня «индивидуальной онтогенетической эволюции», «меры индивидуального продвижения по пути очеловечивания» (Леонтьев Д. А., 2004). Сходные тезисы лежат также в основе активно развивающейся сегодня позитивной психологии (Клифтон, Рат, 2009; Селигман, 2006; Стайл, 2013; Чиксентмихайи, 2013). Большинство подобных исследований носит экзистенциально-гуманистический характер, поскольку они призваны возратить «человеческую жизнь, распадающуюся на множество нужд в озабочивающем её мире» к осознанию её «исходной онтологической нужды – *подлинно быть*» (Соловьев, 2006, с. 138, выделено нами – Е. С.].

В контексте исследований автобиографирования нам наиболее близка исходная теоретическая позиция М. Фуко (2007), рассматривающего «заботу о себе» как своеобразную *технологию производства субъективности, стратегию субъективации*. Её смысл состоит в том, что человек должен создать собственный модус самообладания, свободно избоб-

рести, построить себя. «Забота о себе» понимается не просто как самосовершенствование, самоинвестирование, стремление к личностному благополучию, счастью или свободе – она есть *деятельное отношение к себе и своей жизни*, следование добровольно принятому на себя обязательству (внутреннему выбору) такого продуктивного способа существования, который субъект соотносит с собственным пониманием себя, со своей аутентичностью.

Это самоотношение тесно связано с категорией возможного, с движением, а, скорее даже, толканием субъектом самого себя в направлении «желаемого Я» и полагаемых необходимыми стратегий самоосуществления, при котором необходимо преодолевать не столько внешние препятствия, сколько собственную инертность и внутренние противоречия. Кроме того, забота о себе предполагает осознанное принятие на себя личной ответственности за то, как жизнь проживается, и, в конечном счете, за самовоплощённость в ней и удовлетворённость ею. Очевидно, только при этом условии появляются позитивные личностные новообразования, придающие жизни уникальность и устойчивость и позволяющие преодолевать возможные «метапатологии» (Маслоу, 2011) – отчуждение, депрессию, отчаяние, опустошенность и др., так часто характеризуемые как «приметы нашего времени».

Осмысляя в интересующих нас контекстах теоретическую позицию М. Фуко и его последователей (Р. Валантазис, С. Гриффит, Э. Кастелли, Э. Кэмерун, Б. Малина, Д. Пинсент,

В. Уимбуш, Т. Шоу и др.), мы предположили, что, создавая и рассказывая автобиографические и квазибиографические истории, субъект конструирует, верифицирует, удостоверяет в них своё «Я», и, фактически, *порождает его для себя и других как самобытную смысловую систему.*

Изначально это совершается путём пристрастного рефлексивного отбора из непрерывно текущего опыта тех фрагментов, которые, как кажется, «имеют к нему отношение», «задевают его за живое», прямо или косвенно отвечая на какой-то сущностный вопрос, заданный личностью самой себе. В момент такого активного вопрошания зарождаются смыслы, которые, как говорит А. Бадью, принуждены существовать через субъекта, являясь продуктом его активности (2004, с. 53).

Иногда даже возникший ответ, вроде бы, опережает вопрос и тут же распахивает субъекту новый горизонт вопрошания, который ранее не попадал в фокус внимания («Почему я вдруг обратил на это внимание?», «Почему это для меня важно?», «Почему это произвело на меня такое сильное впечатление?», «Что это меняет для меня?», «Смогу ли я теперь этим пренебречь?»). Думается, здесь уместно процитировать известные слова М. М. Бахтина: «Смыслами я называю ответы на вопросы. То, что ни на какой вопрос не отвечает, лишено для нас смысла» (1986, с. 350). Продолжая эту мысль, отметим, что смысл, необходимый человеку «здесь-и-теперь», начинает «проглядывать» из ситуации, схватыва-

ется через соответствующий фрагмент опыта и становится поводом для рефлексии и/или амплификации.

При этом референциальный *жизненный случай*, уходя в прошлое личности, покидает поле реальности, но становится актуальным *событием индивидуального сознания*, ментальной единицей. Биографическая канва, которую наряду с другими сущностными «Я-событиями» он пополняет, ещё очень привязана к реальным референтным происшествиям жизни, верифицируется самой хронологической последовательностью жизнеосуществления, но её составляющие на пути «от события рассказа к событию рассказывания» (М. М. Бахтин) уже начинают трансформироваться в ментатив, чтобы впоследствии стать (или не стать) нарративом (*Кузнецов, Максимова, 2007*).

Иными словами, фактология и конкретика *жизненного происшествия* «Кто? – Что? – Где? – Когда?» трансформируется в «Что это означает для меня? – Возможно ли это и почему? – При каких условиях это происходит? – Чем это подтверждается? – Каковы здесь возможные варианты? – Каковы могут быть альтернативы этому?» *события сознания*, а позже, если это будет нужно, в «Может ли это что-то значить для кого-то, кроме меня? – Как именно это должно характеризовать меня для других? – Совпадает ли и насколько это с тем, что я хочу рассказать о себе другим? – Могу ли я представить это чем-то иным? – Как мне рассказать это, чтобы предстать перед другими необходимым мне образом?» *со-*

*бытия текста.*

Субъект волен включать в своё жизнеописание одни события, исключать другие, искажать или подменять смысл третьих и даже вообще включать в текст нечто, что в его собственной жизни не происходило, но, в принципе, могло бы в ней быть или случилось где-то «рядом», но было пережито как «своё». И тогда события «происходят», если субъект строит рассказ о них, руководствуясь определёнными смыслами и целями, и «не происходят», если он не желает принимать их во внимание, не имеет намерения распаковывать хотя и очевидные для него, но не удобные ему значения. Таким образом, биографическая наррация легитимизирует некие события в индивидуальном бытии человека и даже придаёт заимствованным и выдуманнным и включённым в неё (а, стало быть, *значимым для данной личности*) событиям если не онтологический, то хотя бы ментальный и нарративный статус. Таким образом, в автобиографической истории «факты не даны нам, а, скорее, *взяты нами*» (Бабина, 2007, с. 67).

Поскольку полностью игнорировать биографическую канву при создании автонарратива сложно (у человека всегда есть определённый возраст, известное другим место жительства, профессия и пр. и есть живые свидетели его жизни и поступков), она образует «внешний слой», своеобразную «границу» между реальностью и ментальностью личности. Здесь закрепляются смысловые «Я-этого события» и создаётся приемлемая схема повествования о них. Усмотрев

нечто сущностное в своей жизни, человек намеренно удерживает подобные эпизоды в фокусе сознания, не давая им стереться или вытесниться новым опытом. Для этого они маркируются соответствующим переживанием, регулярно воспроизводятся в автобиографической памяти («Столько лет прошло, но я помню, как сейчас...», «Всё это и сейчас стоит перед глазами...», «Я не смогла забыть, как...», «С годами не забылось только это...», «Многое уж забыто за давностью лет, но вот это врезалось в память...»), вербализуются и нарратизируются, превращаясь тем самым в *события текста*.

Эволюция значимого фрагмента опыта от «происшествия реальности» через «факт осознания» к «событию текста» составляет, как думается, внутреннюю логику и назначение процесса автобиографирования. В этом плане оно становится областью *трансформации жизненного опыта в опыт экзистенциальный*. Кроме того, сама диалектика «ментатива-нарратива» косвенно подтверждает тезис о диалогичной природе человеческого сознания: они становятся двумя разными способами её реализации: способом воспоминания/описания (нарратив) и способом размышления/объяснения (ментатив) (Кузнецов, Максимова, 2007, с. 61–62).

Обсуждая сущность процесса автобиографирования, нельзя не заметить, что оно выступает областью «срастания» трёх зон – *действительности, ценности* (как духовной цели личности по верному определению Г. Риккерта) и *смыс-*

ла – и соединяет в себе три соответствующих им герменевтических процесса – *объяснение, понимание и истолкование* (Риккерт, 1998).

Герменевтическая работа над жизненным эпизодом, насыщенный личностной ценностью, позволяет извлечь из пережитого (или приписать ему) своеобразные «сигнальные», ключевые смыслы/маркеры, которые важны именно для данного человека, что-то говорят о нём самом, характеризуют его поступки и мысли, порождают его чувства и оценки. В рамках таких самоинтерпретаций, как думается, устанавливаются фундаментальные смысловые связи «Я-Мир»: из огромного разнообразия случаев, происшествий, воздействий и пр. личность формирует свой «круг значимого», конструирует свой внутренний мир, в котором действуют выявленные им закономерности и принципы.

Постепенно человек начинает воспринимать этот круг как то, что и составляет его жизнь и начинает верить в то, что она подчиняется этим принципам и закономерностям. Таким образом, создаются индивидуальные установки, настройки сознания, превращающиеся в своеобразные «мерки»/принципы и законы, с которыми субъект начинает подходить к реальности и реализует свою самобытность.

Каждый новый жизненный эпизод, амплифицированный и трансформированный личностным смыслом, встраивается в комплекс уже отобранных ранее тем же способом и нарративированных жизнеописаний, некоторые из которых пре-

вращаются в самоапокрифы и при необходимости транслируются вовне. Такие апокрифы представляют собой нечто важное, достопамятное для человека – идею, событие, воспоминание, реликвию и т. д., через которые, полагая их сущностными «метками» своей жизни, он считает необходимым опосредованно, метафорически, нарративно раскрыться другим людям.

Входя во внутреннее пространство субъекта, любой биографический эпизод в разные моменты жизни может оказываться как на центральной, системообразующей позиции в личной истории, так и на периферической, оставаясь практически всегда доступным сознанию как «строительный материал» жизнеописания и самоидентификации. Создаваемые из него автонарративы могут использоваться для трансляции вовне того образа самого себя, какой необходим субъекту «здесь-и-сейчас». В первом случае, став «ядром» жизнеописания, некий эпизод трансформирует остальные, подчиняя их своему содержанию; от него идёт своеобразная «когерентная волна», устраняющая противоречия между содержанием «ядра» и «периферии», стирающая возможные логические рассогласования между нарратизируемыми эпизодами. Во втором случае некий эпизод останется относительно автономной образно-смысловой конструкцией, способной «подкрепить» собой любое актуальное «ядро» автобиографии, стать его «удостоверяющим фоном» или когда-то превратить в «ядро» нового повествования о себе.

Анализируя личные истории, легко заметить, что в качестве «носителей» смыслов и индивидуальных метафор выступают разнородные ментальные «единицы»: реальные жизненные эпизоды (некоторые случаи, происшествия), яркие персональные переживания, отдельные идеи и мысли, которые человек считает «своими», факты значимого взаимодействия с другими, воспоминания, образы сновидений, усвоенные культурные прецеденты, ассимилированные идентификационные образцы, семейные апокрифы и т. д.

Будучи в той или иной мере обобщенным и упорядоченным, комплекс этих «единиц» отражает и определяет принятую субъектом *внутреннюю логику организации его жизни*, выведенные им для себя принципы поведения и деятельности как распорядителя и автора собственного жизненного ресурса. Эта смысловая система фактически является личным ответом человека на один из главных вопросов существования – «зачем он делает то, что делает».

Если в консультировании задать этот вопрос напрямую, вряд ли можно получить достоверный однозначный ответ, но анализируя личные истории, можно уловить ту или иную «жизненную логику» респондента, отражающую суть его способа «заботы о себе». Отдавая себе отчёт в некоторой условности предлагаемых теоретических конструкций, мы попытались выделить возможные системообразующие смысловые единицы «Я» («ядра»), возникающие как результат герменевтической активности субъекта.

Для этого мы содержательно развернули предложенную Д. А. Леонтьевым классификацию ответов на вопрос «зачем я делаю то, что делаю» (*Леонтьев Д. А., 2004*), опираясь на материал накопленных нами в консультативной практике личных историй. Остановимся кратко на вариантах персональных экзистенциальных логик.

**1. Функционально-гомеостатическая жизнь** («Живу, удовлетворяя свои потребности»): человек сводит жизнь по преимуществу к распознаванию своих потребностей и «сканированию» реальности на предмет их объективации и удовлетворения. Своими чувствами и действиями он откликается на регулярно вспыхивающие первичные (витальные) и вторичные (достижения, аффилиации, доминирования, защиты и т. д.) потребности, находя смысл в поиске и/или изобретении способов их удовлетворения. Системообразующая смысловая единица – «поддержание “психологического гомеостаза”» как некоторого условного равновесия между «внутренним» и «внешним». Взаимодействия человека с миром при такой ориентации сужаются до тех аспектов реальности, в пределах которых могут быть удовлетворены и объективированы потребности, но она всё же оставляет некоторый простор для «самосозерцания» в моменты, когда равновесие кажется достигнутым. Кроме того, такой модус жизнеосуществления и сам по себе может приводить к непредсказуемым результатам, принципиально способным «распахнуть горизонт». Такая жизнь, может быть, и не явля-

ется высоким образцом активности или творчества, но вполне способна создавать чувство удовлетворённости и гармонии со средой. Ниже приведены фрагменты автобиографических текстов, иллюстрирующих, на наш взгляд, ориентированность на такой способ организации собственной жизни:

«В моей жизни, может быть, ничего особо интересного и нет – нормальная жизнь, как у многих. Идёт себе, как идёт, как лодка на волнах: попала на препятствие – приостановилась, преодолела, течение убыстрилось и стало свободным – прибавила скорость... Каждый день ведь человеку что-то нужно – есть, пить, работать, покупать или ремонтировать, воспитывать детей, ухаживать за стариками... Тебе нужно, и ты просто делаешь. Потом снова что-то нужно – вот и ещё день, год, жизнь. День за днём ты делаешь то, что необходимо. Наверное, так жизнь устроена, сама ведёт. Так и мой отец жил, и дед. Помню, если деду ничего не надо было, он не искал приключений на свою голову, не носился, высунув язык, в поисках, чего бы ещё сделать, за что взяться, и не занимался самокопанием, правильно он живёт или нет. Он просто знал, как ему жить. Я вспоминаю, как он сидел на лавочке, опирался на палку и курил самокрутку – до самой смерти не признавал покупных сигарет, покупал махорку. Потом вставал, шёл нарубить дров, воды принести, чинил что-нибудь или ставил чугунок с картошкой или крупой в печку, подметал избу, копался на огороде. Ещё читал по необходимости»

сти книжку или газету, ходил к соседу в шахматы сыграть, в клуб – кино посмотреть, очень редко ездил к фельдшеру или в город в магазин. Он никогда ни на что не жаловался, не сутился, вообще не интересовался ничем лишним, наверное, считал, что многое в этой жизни просто не имеет к нему никакого отношения. И не занимался пустопорожними разговорами о смысле жизни – для него смысл и был в том, чтобы сделать то, что ему надо...» (Андрей К., 63 года).

«Мы же все родом из “совка”, а в “совке” всем всего не хватало, всегда что-нибудь да было нужно. И я привык, что всё время прислушиваешься к себе, чего ещё нужно, чего не хватает, и оперативно искать, где достать. Неважно что – колбасу, стиральный порошок, туалетную бумагу или подписку на хорошую книгу, билеты в театр или путёвку в санаторий... Полжизни мы все, наверное, пребывали на стартовой позиции – углядеть, где можно что-то достать, пусть даже впрок. А увидел, что что-то «дают», мгновенно изготовился и взял. На другое и жизни не хватало, в основном стремились «жизнеобеспечиться». Да и зависти было много, часто хотелось того же, что у других – югославский мебельный гарнитур, чешскую люстру... Вот, может, и не надо было даже усилия тратить на это, не так уж оно и нужно было... Но нет, хотелось, как говорится, чтобы и мне – «по потребностям», раз уж от меня – «по способностям». Сейчас жизнь другая, конечно, потребности стали другие – уже не колбаски копчёной на праздник прикупить, а новый айфон или ав-

томобиль понавороченнее, а старые жизненные привычки не меняются. Мне и сейчас важно, чтобы моя семья ни в чём не нуждалась, чтобы у детей и внуков, как говорится, всё было, как у всех, а то и лучше, а остальное – подождёт до лучших времён... Не в этой жизни, видно...» (Юрий И., 59 лет).

**2. Индуцированно-императивная жизнь** («Живу так, потому что жизнь заставила»): человек делает нечто и «жертвует» этому жизнь, поскольку для этого был или есть сильный стимул, индуцирующий, вмещающий определенное поведение и действия, фактически, ограничивающий возможность личного выбора. Речь идёт о случаях, когда что-то, происшедшее вне человека или, по крайней мере, не по его выбору, желанию и не вследствие его собственных действий, вынуждает его жить именно так, а не иначе (например, инвалидность, статус беженца, уход за тяжело больным близким человеком и т. п.). Системообразующая смысловая единица – почти кантовская: «делать, что должно, и будь, что будет». Поскольку здесь присутствует «экзистенциальное принуждение» (*Гингер, Гингер, 2001*) и даже самопринуждение, человек вынужден ограничивать свою жизнь, подчинять её неизбежной необходимости делать нечто, даже если это ведёт к «уносимости в “никтовость”», по М. Хайдеггеру, добровольному отказу от вызовов и альтернатив жизни и даже – к смыслоуничтожению. Попадая в подобную ситуацию, человек, по И. Ялому, заключает повседневный мир «в скобки», сознательно уводя себя от соблазнов выбора.

«Конечно, я по молодости разве думал, что на всю жизнь останусь простым работягой? Я ведь после школы в техникум хотел поступать, а мать так даже про институт думала. Я школу хорошо закончил, физика, математика у меня всегда хорошо шли, черчение любил... Думал, инженером на заводе буду, в город уеду... А потом батька по пьяни зимой замёрз, когда из райцентра пешком возвращался, и матери пришлось помогать младших поднимать. Ведь родная кровь – не бросишь. Я мать сильно любил, ревновал даже, не хотел, чтобы она другого мужика вместо отца в дом приводила, чтобы сёстры его папой называли... Ей, когда я восьмилетку-то закончил, а батя умер, всего 34 года было, а нас у неё – четверо. Так стал к ней захаживать один, замуж звал, не побоялся такую ораву ртов себе на шею повесить... Но я прямо сам не свой был, отговаривал мать, “скандалы скандалил”, с мужиком тем пару раз сильно подрался, хоть и мальцом был, один раз вообще чуть до поножовщины и тюрьмы дело не дошло... Но по малолетству моему обошлось. Теперь-то я понимаю, что тот мужик незлобивый был, да и матери с ним неплохо было бы... Но сейчас уж ничего не исправить.

Короче, матери, чтобы она того мужика отвадила, я поклялся, что буду помогать ей сестёр на ноги поставить... Вот так и вышло, что после школы я остался в посёлке, на автобазу устроился. Я, в отличие от мужиков постарше, не пил, машины хорошо понимал – слушались они меня, в ремонте

многое понимал, мог управлять и трактором, и комбайном... В те годы там и заработки нормальные были, а по молодости большие деньги, сами знаете, рожают большие надежды... Но я всё до копейки матери нёс, как обещал. Сёстры выросли, выучились в университетах, замуж повыскакивали и разъехались кто куда – младшая даже в Германии сейчас с мужем живёт, в Дюссельдорфе. Дети у них... А я так бобылём и остался... Были у меня женщины, конечно... но я то дом строил, то на машину копил, то девчатам в город деньги посылал, пока учились, потом мать болела, зарабатывать на лечение было нужно... так как-то и не собрался жениться. С матерью до её последнего вздоха был... Вот Вы и спрашиваете... жизнь... Да не было никакой такой жизни у меня. Как судьба заставила – так и прожил, а сейчас уже поздно что-то менять» (Герман, 65 лет).

**3. Стереотипно-нормативная жизнь** («Живу так, как принято»): человек «плывёт по течению» – не выходит своей жизнью за границы воспроизведения «классических» схем и стереотипов, усвоенных в социализации и очерчивающих общепринятый вариант жизненного пути. Системообразующая смысловая единица – «следовать заданному образцу». Это – довольно экономный способ жизни, который, как кажется, обеспечивает достижение социально одобряемых результатов при простом следовании нормативу, образцу, испытанному многими поколениями.

«Ну, особо-то и рассказывать нечего. Кажется, мне ещё до

рождения было предначертано жить определённым образом, вся жизнь – как исполнение обязательного ритуала. Моя семья ведь принадлежала к определённому кругу, сильно отдалённому от всех остальных людей. В этом кругу все девочки кончали «свою» школу, в которой не было случайных детей, учились музыке и рисованию, кончали филфак или иняз, выходили замуж за сыновей друзей наших родителей или приятелей наших братьев из того же узкого круга, ездили отдыхать в закрытые санатории, делали покупки в закрытых магазинах, одежду шили в мастерских на заказ... Я точно знала всю иерархию отношений, что и когда надо говорить и делать, кого и как принимать, с кем водить дружбу, что и куда надевать, когда и сколько рожать детей, чего не хотеть и не просить... Это потом всё рухнуло, а в те годы вся моя жизнь казалась выверенной по линейке...» (Маргарита Ш., 81 год).

«Да у нас все так живут, так уж заведено. Из детсада – в школу, из школы – кто на ферму, кто на комбинат. Редко кому удаётся вырваться в город, хотя многие стремятся: замуж выходят абы за кого, на любую работу идут, лишь бы сюда не возвращаться, годами в общежитиях мучаются. А здесь всё по старинке, как в советские времена повелось – как говорится, где родился, там и пригодился. Все рано выходят замуж – за соседских парней, кто меньше пьёт и у кого хоть какая работа да заработок есть, детишек побыстрее рожают, пока здоровье есть, строятся, на своих огородах копаются,

женятся и хоронятся всем селом. Все друг друга знают, все у всех на виду. Чего другого и взять негде. Да и зачем? Всё равно жизнь у всех идёт одинаково: семья – работа – дом – дети» (Анастасия К., 37 лет).

4. **Хронотопическая жизнь** («Живу так, потому что сейчас все так живут»): следование клише и шаблонам текущего хронотопа, формирующимся в нём социальным нормативам, образцам и ожиданиям. Системообразующая смысловая единица – «быть как все сейчас». В этом плане жизнь часто приобретает процессуальный характер (в ней важно «делать», но не «сделать», «казаться», но не «быть» и т. п.), утрачивая необходимые и значимые только для данной личности, ценностно – смысловые и целевые константы и следуя за модой, трендом, меняющимся современным укладом («у меня должно быть всё то же, что и у других», «не хочу выделяться, делаю, как все»). Она, безусловно, создаёт ощущение бытия «в гуще событий» и «свойности/современности», но, тем не менее, в ней силён элемент конформности и подражательности. Человек в любой момент готов отказаться от того, что считал «важным» сколько-то времени назад ради модной новинки.

«Ну а что вы хотите? В те годы спор между “физиками” и” лириками” решался в пользу “физиков”. Стране были нужны инженерные кадры. Для парня поступать на «женский» – филологический факультет было как-то неловко, поэтому я пошёл, как все – на строительный. “Ковался” как инженер-

ный “кадр”. Учиться мне не очень нравилось, но я старался об этом не думать, просто хорошо учился, и учеба, слава Богу, давалась легко. Я писал в студенческую газету, ходил в литературную студию, потом стал внештатным корреспондентом нашей районной газеты... Да ещё с пионерского возраста я, как и все в то время, наверное, был воспитан в духе “Раньше думай о Родине, а потом о себе”. Так и получалось, что стройотряды, комсомольские стройки, картошка, армия... ничто из этого меня не миновало, да и другого пути-то тогда не было. Я ведь, не поверите, даже БАМ строил... Пионер – комсомолец – член партии – это я. Влюбился – женился – разлюбил, но не развёлся – тоже я. Поехал за длинным рублём на Север – заработал семье на квартиру, а себе букет болезней – и это я. По выходным рыбалка – дачная стройка – гараж – шашлыки – всё моё... Просто времена были такие... ну, и мы – такие» (Игорь Г., 61 год).

«Я ещё на четвертом курсе вышла замуж за выпускника нашего военного училища. В нашем городе это – почти традиция: девчата из педагогического выходят замуж за парней из “артухи”. Его распределили под Благовещенск, и я после окончания института приехала к нему. Жизнь жены военного – совсем не такая, как у гражданских жён. Всё время ждёшь его, всё время за него боишься. Всё время сдерживаешься, контролируешь, как бы не сказать или не сделать чего лишнего. Мир очень узкий, все друг на друга смотрят с ревностью, среди жён – иерархия не хуже военной, все жи-

вут от звания до звания, сплошные интриги, даже подруги могут в минуту превратиться в злейших врагов. Работу в военном городке найти сложно – мне повезло, была вакансия в детском саду, а так бы целыми днями сидела дома, маялась от скуки. Никакой стабильности, постоянные переезды – я научилась собирать всё имущество прямо-таки по-солдатски. Да почти ничего своего долго и не было – жильё казённое, мебель часто наполовину казённая, служба казённая... Я только сейчас, когда муж вышел в отставку, мы живём в отцовской квартире, а сын теперь живёт отдельно, начинаю понимать, что такое жизнь и какой она могла бы у меня быть... Я не жалуясь, но... у военных жён судьба такая» (Ольга К., 52 года).

**5. Осмысленная жизнь** («Живу, делая то, что для меня действительно важно»): человек ставит хорошо продуманные, ориентированные на себя и обоснованные цели, следует выбранным принципам, действует определённым образом, поскольку связывает со всем этим некие значимые последствия в индивидуально выстраиваемой системе отношений «Я-Мир». Системообразующая смысловая единица – «следовать тому, что считаю значимым». Как думается, это довольно цельный, очень индивидуальный (часто даже «беловоронный», по словам одного из респондентов), порой даже чреватый конфликтами и напряжённый образ жизни, позволяющий личности создавать новые смысловые синтагмы, всё время стимулировать и отстаивать собственное развитие –

«отливать жизнь по себе» (П. А. Флоренский). Выделенное смысловое ядро, вероятно, определяет и уровень ассертивности субъекта, обуславливающей чувство удовлетворённости жизнью и переживание себя счастливым в ней. Такие люди часто говорят о том, что «и жизнь хороша, и жить хорошо», несмотря на то, что с позиций внешнего наблюдателя, их жизнь не является «хорошей» в общепринятом, житейском смысле слова.

«Может быть, Вы мне не поверите, но мне всегда казалось, что я знаю, что мне нужно по жизни, как мне следует жить. Вряд ли я смогу ответить, почему я так думаю, возможно ли такое в принципе и как у меня это получается, но у меня есть внутреннее убеждение, что то, что я делаю в жизни – именно по мне, “моё”. Я хорошо “заточена” под свою профессию. Я её даже и не выбирала, просто всегда знала – что я – именно это и ничто другое. Поэтому мне и учеба давалась легко, и профессиональная карьера всегда складывалась удачно. Мне нравится всё, что связано с моей работой, даже не самые привлекательные, рутинные её аспекты – я всегда чувствовала себя “внутри” всего того, что я делаю, мне не приходилось преодолевать, заставлять себя, я всегда даже не делала, а “отдавалась своему делу. Мне всё в нём было в радость. Я никогда не пожалела, что не стала кем-то другим, хотя мне с детских лет нравились и другие занятия. Мне никогда не бывает скучно, у меня всегда есть выбор... да что там выбор – много выборов, чем заняться, что про-

читать, что сделать, с кем пообщаться... И по жизни я какая-то всеядная – многого хочу, и многое у меня получается. Я увлекалась разными вещами и, в общем, везде преуспела. И если вдруг по какой-то причине мне придётся покинуть профессию, я думаю, нигде не пропаду, слишком многое мне в жизни нравится и получается в ней. А со стороны я, наверное, кажусь своевольной – делаю именно то, что считаю нужным и правильным на пути к какой-то внутренней согласованности, гармонии. Мне, например, после школы важно было поступить в университет, невзирая на огромные конкурсы и малую вероятность пройти – и я выложились, сумела, достигла. Мне нужно было преодолеть свои страхи и слабости после тяжёлой болезни – и я не давала себе спуска, встала на ноги. Врачи говорили нам с мужем, что после травмы позвоночника у меня не будет детей, но я всё равно пыталась, преодолевая раз за разом боль и горе неудачных беременностей. И теперь у меня двое прекрасных сыновей и уже трое внуков. Как оно мне далось, я стараюсь не вспоминать – миновало, да и ладно, главное – я смогла, сделала, достигла, потому что это было для меня важно. Я хотела выучить немецкий – я его выучила, хотела научиться играть на гитаре – я умею. Уже к сорока годам я получила к своему образованию дополнительное искусствоведческое – в Германии, я всегда чувствовала, что мне его не хватает. Главное – не просто хотеть, а понимать, зачем тебе этого хотеть, я так думаю...» (Валентина Б., 57 лет).

«Я не понимаю людей, которые ни к чему не стремятся, живут, как получится – одним днём и тем, чтобы в этот день есть, пить, ржать и ночами писать всякую дурь в Интернете... С юности терпеть не могу вопросов “А зачем тебе это надо?”, “Тебе что, больше всех надо?” или “Самая умная, что ли?”. Конечно, жизнь у всех разная, но большие, “дальнобойные” цели в ней должны ведь быть! Я ещё в школе поняла, что должна сама вырваться из той среды, в которой жила. Я ведь, как говорится, – девчонка с рабочих окраин, безотцовщина, с пьющей и перебивающейся случайными заработками матерью, которой ни до меня, да и ни до чего вообще, не было и нет никакого дела, лишь бы напиться да забыться. Я, конечно, мечтала о другой жизни и завидовала тем, у кого, как мне казалось, она была. Не верьте, когда говорят, что завидовать плохо и бессмысленно. Очень даже хорошо и осмысленно. Только завидовать надо действительно – развиваться самой, трудиться, придавать себе импульс для движения вперёд. Конечно же, я мучительно стыдилась себя и своей убогой среды и завидовала, когда сравнивала себя с другими. Некоторые девчонки из моего класса ходили в музыкальную школу, модно одевались, у них всегда были карманные деньги, и после школы они могли позволить себе посидеть в кафешке, после каникул они рассказывали, как познакомились с классными парнями, когда отдыхали на море, хвастались, что учились на каких-нибудь курсах дизайна или занимались с репетитором английским... А у меня всего

этого не было и, как я понимала, никогда и не могло быть. Я могла рассчитывать только на себя. Сначала моя цель казалась почти недостижимой – я была неотёсана, грубовата, замкнута, стеснительна, даже озлоблена. И я всё это в себе стала последовательно преодолевать. Я хорошо помню свою молодость. Хочешь быть образованной – готовься, учись на подготовительных курсах, не ленись, поступай. Я поступила. Хочешь красиво одеваться, а достать модных тряпок нигде? – Иди, говорила я себе, учись шить, наряжай себя сама, раз больше никому. Шла, училась, и... в конце концов, шила и вязала себе шмотки всем на зависть. Нет денег? – Ищи любой заработок, берись за любую работу, не ленись и не брезгуй. Шла и работала. Хочешь войти в определённый круг людей? – Не жди, когда позовут или представится счастливый случай. Иди к этим людям, показывай свои таланты, становись нужной, действуй. Конечно, что-то мне было поперёк души, но я умею ради своих целей преодолевать и лень, и инертность, и стыд, и робость. Скажете, что я циничная? И да, и нет. Вот я рано вышла замуж за человека старше меня на 25 лет – не скрою: ради квартиры, ради его положения. Я его тогда не любила – это цинизм? Но мы прожили вместе всю жизнь, я заботилась о нём, была ему верной женой, хорошей хозяйкой, другом. У меня не было других мужчин, и я всегда была честной с ним. А это уже другое. Понимаете? Я брала на себя обязательства по жизни и всегда выполняла их. Это была цена моих целей. А благодаря мужу я открыла для

себя совершенно другую жизнь и сама стала другой – какой мне и мечталось в детстве. Я сама себя отшлифовала. Для меня это было важно. И вот уже теперь мои сын и дочь гордятся своей семьёй, и у них есть... пространство... нет, воздух для жизни. Сын с семьёй живёт и работает в Австралии, дочь учится в Лондоне, они у меня скромные и целеустремлённые дети, понимающие, что у всего в жизни есть своя цена. И цена эта – труд и порядочность, трезвое отношение к себе и к жизни. А я и сейчас стремлюсь к саморазвитию – стараюсь читать трудные книги, смотреть не очень понятное, на первый взгляд, кино, общаться с теми, чьё поведение выходит за рамки каких-то модных стереотипов и брать от всего этого, как в копилку, всё самое лучшее. Для меня важно расти над собой, над повседневностью, над рутинной и монотонностью элементарной жизни, искать необычность и новизну. Без этого я не чувствую себя самой собой» (Ольга К., 57 лет).

**6. Вероятностно-возможностная жизнь** («Почему бы не попробовать жить так?»): человек демонстрирует постоянные индивидуальные отклонения от нормативного и одобряемого социумом построения жизненного пути в пользу обретения нового опыта, открытия неизвестных ранее жизненных возможностей, экзистенциальных «прорывов». Системообразующая смысловая единица – «искать иное, становиться иным», усложняя собственную организацию и добровольно принимая ответственность за «творение» собствен-

ного «Я», за «авторство» жизни. Даже сам факт осознания возможности отклоняться от жизненной магистрали уже способен обострить экзистенциальные переживания человека и усилить экзистенциальную рефлексию. Понятно также, что выбор этой жизненной логики часто чреват одиночеством, постоянным преодолением личной неопределённости, толкающей человека в разных потенциально возможных направлениях, и даже франкловскими экзистенциальными неврезами (Франкл, 1990). Такая экзистенциальная нагрузка делает человека тревожным и неуспокоенным: он всё время «раскачивает лодку жизни», даже с риском вывалиться из неё, в поисках новых способов приложения себя, отыскания такого пути, который был бы максимально конгруэнтным его текущему самоосмыслению. Его мало беспокоят достижения прошлого этапа жизни или возможные будущие риски, он всё время движется вперёд, в неизведанное. Такой способ жизни, конечно, встречается нечасто – он труден и редко осознаётся как необходимый. Более типичной является ситуация, когда человек испытывает страх перед осознанием необходимости самоконституирования и, «делая себя нечувствительным к своим желаниям или чувствам, отказывается от выбора или перекладывает выбор на других людей, институты или внешние события» (Мерсиянова, 2010, с. 155–156). Но зато и «экзистенциальная выгода» в этой логике несоизмеримо больше, чем при других способах организации жизненного пути – человек острее переживает полно-

ту, ценность и многогранность собственного бытия.

«Вот вы скажете, что я – неуспокоенный человек, бродяга, мне вечно что-то надо, и я постоянно срываюсь с насиженного места. Может, и так, но для меня в жизни столько интересного, чего стоило бы попробовать, “примерить на себя”, что я не хочу жить застывшим, пустившим корни, привязанным к работе, месту или собственности. Не скажу, что я авантюрист какой-то, “перекати-поле”. Просто мне многое в жизни любопытно, хочется попробовать на себе. Когда я закончил школу, родители отправили меня на геологический – сами были геологами. Я ещё в школе подрабатывал в геологических партиях, поэтому учился хорошо, а после университета пять лет работал на Урале. Но с детства мне мечталось о море, я устроился механиком в рыболовецкую флотилию и получил свою долю “романтики дальних странствий”. Потом снова осел на берегу – работал на археологических раскопках в Крыму и на Алтае... Интересно было – не то слово... Потом подрабатывал на стройках чужих дач, интересно было пройти весь процесс от начала до конца. Архитектурой увлёкся и заочно получил второе высшее... правда в архитектуре я особо не преуспел, но для себя сконструировал дом своей мечты... Потом уехал на север – несколько лет работал на нефтянке, и снова вернулся в Крым, от бабушки мне остался участок, и я построил дом и... заинтересовался виноградниками. Не буду утомлять вас подробностями, но это дело меня так увлекло, что пошёл работать в виноград-

ное хозяйство под Херсоном, стал специально учиться, съездил на стажировку о Францию, потом в Чили... и там познакомился со своей второй женой, она и её семья жили в Германии и владели виноградниками возле Рейна, делали вино. Вот так я здесь и очутился...» (Игорь Р., 64 года).

«Некоторым людям везёт, и они как-то сразу находят себя и больше ничего не хотят. А в моей жизни всё иначе, хотя, вроде, я всё в ней делал, как хотелось. Мой отец – потомственный и очень успешный ювелир, полностью погруженный в свою профессию. Он сто лет в ней и, наверное, умеет всё – от старинной реплики для души до украшений новомодного дизайна на заказ. Он, конечно, хотел, чтобы я пошёл по его стопам. Я и пошёл было, и мне было интересно. После института начал работать с отцом, и он организовал мне стажировку в Китае. Два года я учился там ювелирному делу, но меня интересовало совершенно другое – китайские традиционные системы саморегуляции, техники медитации, китайская философия. Хотелось разобраться и освоить. Так что больше времени я посвящал вовсе не ювелирному делу, а изучению всего этого. Я вернулся и поступил на восточный факультет. На этой почве мои отношения с отцом испортились, ведь я не оправдал его надежд. Факультет я не закончил, бросил после третьего курса, но этот опыт очертил мне новый путь в жизни. По вечерам я обучал подростков цигун в клубе, где занимались восточными единоборствами. Но зарабатывать надо было чем-то другим, и я по случаю

устроился в пиар – отдел одной промышленной фирмы. Там я хорошо зарабатывал и проработал довольно долго, но мне хотелось чего-то ещё – в жизни ведь нужно попробовать и то, и это. Я пробовал себя в журналистике, даже печатался в разных изданиях, работал имиджмейкером в штабе одного политического деятеля. Но тут по случаю мне подвернулась работа на радио, на музыкальной станции – это тоже был какой-то новый опыт и очень весёлый период в моей жизни. С радио я перешел на телевидение, где была редактором моя жена, работал в отделе по связям с общественностью. Потом вместе с женой и другом мы организовали было фирму по организации свадеб, торжеств и прочего, но быстро прогорели, не выдержав конкуренции, и я снова вернулся к обучению цигун и восточным единоборствам. Восстановился в университете, но теперь – на психологический. Доучивался и работал, хотя был уже взрослым мужиком, курьером в одном известном Интернет-магазине, тренером в фитнес-центре, инструктором по плаванию... Работа, конечно, так себе... Но вот, в прошлом году я, наконец, получил диплом и пришёл работать в центр экстренной психологической помощи» (Анатолий Ш., 42 года).

**7. Холистическая жизнь** («Живу так, потому что так устроен мир»): человек строит свою жизнь, осознавая себя как часть, «сколок», микрофрагмент универсума, «вброшенный» в обстоятельства данной реальности и должный свершать в ней свой жизненный путь по всеобщим законам

мироустройства. Системообразующая смысловая единица – «быть частью всеобщего целого, исполнять предназначенное». Это – довольно редко выбираемый способ жизни, тем не менее, и ему находят косвенные автобиографические свидетельства.

«Я знаю, кому-то моя жизненная философия покажется непригодной, а меня назовут блаженным, юродивым или даже вовсе дураком. Ну, и пусть, Господь простит. Зато я точно знаю, что, в отличие от многих, хоть и поздно, понял своё предназначение. Не сразу, конечно, но понял, что у каждого – своя предначертанная только ему миссия на земле, каждый должен свершать свой путь, как угодно Богу. Кто-то должен строить, кто-то – лечить, кто-то – молиться. Так устроен мир, что каждому в нём всегда обозначено своё место, как кусочку общей мозаики. И даже если бы я пошёл по другому пути, всё равно он привёл бы меня сюда, в этот монастырь. Да вот я расскажу вам, как судьба много раз меня приводила именно сюда, только я сразу не слышал, не мог слышать её направляющего голоса... Отец мой, пока жив был, помогал строить вон ту часовенку, что на горе, и каждый год ремонтировал эту лестницу. Я ещё ребёнком знал, сколько в ней ступеней... Отца кормили в монастырской трапезной, и меня, как “подмастерье” – тоже. Подростками мы часто лазали в чужие сады за яблоками, и однажды, скрываясь от разгневанного хозяина сада, я упал с дерева, да так, что потерял сознание. Пацаны решили, что я умер. Они в страхе разбежа-

лись, а хозяин на телеге отвёз меня сюда, в монастырь, чтобы братья оказали мне хоть какую-нибудь помощь или хотя бы взяли тело, “Скорая”-то до нас редко доезжала, захоластье ведь... Меня, как я знаю, не столько отлечили, сколько отчитали, я пришёл в себя и с неделю жил здесь вместе с братьями – мать разрешила. А лет через пять на дороге недалеко отсюда я не справился с управлением грузовиком и въехал в дерево, сильно разбился – и снова оказался здесь, пока не приехала “Скорая” и не забрала меня в райцентр, в больницу. Через год после того случая я переболел воспалением лёгких с тяжёлыми осложнениями и теперь уже сам приехал сюда – дышать в наших глиняных пещерах. И вот уже тогда понял, что моё место – здесь, нет мне другого места и пути...» (Андрей А., 35 лет).

«Что тебе назначено в жизни, то и будет, кто предназначен, с тем и будешь – так устроен мир, и всё вершится по законам мироздания. Не сразу это понимаешь, конечно, но моя история в этом кого хочешь убедит. В этот дом мы приехали, когда мне было лет пять. Он тогда был новостройкой и только-только заселялся. Мой дед получил в нём квартиру. В первые же дни новоселья я познакомилась с парнишкой наших соседей, немногим старше меня. Тогда детей во дворе было много, не то что сейчас, но мы сдружились именно с ним, нас даже дразнили женихом и невестой. Мы прожили здесь несколько лет, и очень сблизились, да и родители наши стали друзьями – доверяли нас друг другу, мы днева-

ли-ночевали то в нашей, то в его семье. Мы ходили в один сад, потом в школе сидели за одной партой, дома вместе делали уроки, занимались в Доме пионеров, ездили на каток, ходили в библиотеку. Но потом моего отца по службе перевели в другой город, и мы уехали. Сначала писали друг другу письма, посылали открытки, а потом всё как-то само закончилось. Вернулась я сюда только после окончания школы – поступать в институт. И наша дружба снова возобновилась, как будто и не было этих лет. Понемногу она переросла во влюблённость – романтическую, страстную, восхитительную. Но в юности много событий, интересов, людей... Костя учился в физтехе, я – на филологическом, и вскоре я познакомилась с человеком, за которого на четвёртом курсе и вышла замуж. Разрыв наш с Костей был нервным, злым, с обоюдными обвинениями. В общем, расстались, и я с мужем уехала в Ригу. Казалось бы, дороги наши разошлись навсегда. Но нет. Когда уже нашим близняшкам было лет по восемь, мы всей семьёй отдыхали в Геленджике, и там, в доме отдыха, я неожиданно встретила Костю. Он тоже был с женой и сынишкой лет трёх. И всё снова вспыхнуло. Мы пережили страстный беззастенчивый роман почти на глазах у наших семей, и были уже почти готовы расстаться со своими половинками, чтобы быть вместе. После отпуска мы стали тайком перезваниваться и переписываться, строя планы на совместное будущее. Но судьба распорядилась иначе – и самым ужасным образом. Его сыну неожиданно был поставлен

страшный диагноз, и в этот момент, конечно, и речи не могло быть, что он оставит жену один на один с бедой. Всё было понятно, и наши дороги снова разошлись, звонки и письма постепенно сошли на нет. Несколько лет я ничего не знала о том, как складывалась его судьба дальше, а он не делал попыток наладить связь. И вот как-то я оказалась в командировке в Красноярске. Казалось бы, не было никакого шанса встретить там Костю. Но – говорю вам, судьба! – мы встретились. Я узнала, что после смерти сына он расстался с женой и с горя уехал туда работать по контракту на несколько лет. Это было просто сумасшествие! Мы снова чувствовали себя юными влюблёнными. На этот раз я по возвращении я всё рассказала мужу, и мы с дочерьми вернулись к моему деду, в этот дом. Но там, как ни удивительно, опять не оказалось Кости. Как мы узнали позже, в Красноярске он попал в аварию и получил травму, приковавшую его к инвалидной коляске. Он решил не возвращаться и не писать, чтобы не сделать меня несчастной. Но на этот раз я была решительней и приехала к нему, чтобы остаться и быть вместе.

Но ничего не складывалось, он был непреклонен, просил меня уехать, и мы снова расстались – с обидой, непониманием, но и, в общем, с облегчением. Через год после смерти деда к нам с девочками приехал мой муж, и мы снова стали жить вместе. Думаете, истории конец? Нет, не конец. Мы постарели, девочки выросли, выучились, повыходили замуж, сделали нас с мужем бабушкой и дедушкой... Жизнь повер-

нула к своему концу. Мой муж умер три года назад, и я осталась совсем одна. И в тот же год сюда вернулся Костя – после смерти мамы он приехал вступать в права наследства, и мы снова встретились. Он тоже постарел, но всё же ходил на своих ногах, правда, с палочкой. И вот мы снова вместе. Теперь уж, я думаю, только смерть разлучит нас. И вот скажите после этого, что мы не были с ним суждены друг другу с самого начала...» (Мария Н., 68 лет).

Ни одна из логик не является чем-то неизменным, и в пределах каждой из них возможно как прогрессивное, так и регрессивное движение, отступление от уже принятых смысловых ориентиров, «перебрасывающее» субъекта в другую, становящуюся более востребованной им, жизненную логику. Это может осуществляться как при столкновении с необходимостью решать конкретную жизненную задачу, так и в результате «работы над собой» (самопознания, саморегуляции, саморазвития) – «продвижения себя к иному», пусть даже не опредмеченному в сознании, а лишь интуитивно чувствуемому («это – не моё, мне нужно что-то другое», «чувствую, что должен жить иначе», «хочется чего-то принципиально иного»). Кроме того, стоит учитывать внутренние интенции и особенности личности, заставляющие её либо в большей, либо в меньшей мере заботиться о себе. Один из критериев здесь – переживаемое человеком «чувство верного пути». В нём, в отличие от целеполагания или интенциональности, нет заданного направления саморазвития как такового,

но есть постоянно присутствующее переживание правильности всего того, на что человек ориентируется, что выбирает, что делает «здесь-и-теперь», и сопровождающее его каждодневное удовлетворение от того, что происходит, случается, совершается в его жизни. В этом случае большинство собственных выборов и поступков переживаются как аутентичные и продуктивные. В противном случае повседневная жизнь становится источником многочисленных внутренних конфликтов и сопротивлений, создающих чувства «мытарства идентичности» (С. С. Хоружий), личностной стагнации и навязанности способа существования.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.