УДК 159.923.2
doi: 10.15330/psp.23.135–142

Оксана Паркулаб

ВІДЧУТТЯ DASEIN ЯК УНІВЕРСАЛЬНИЙ ЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ ЧИННИК РОЗУМІННЯ ПРОЦЕСУ ЛЮДСЬКОГО ЖИТТЯ

У статті розкрито методологічні аспекти екзистенційної психології й терапії. Акцентується увага на переосмисленні раціоналістичної концепції ставлення особистості до навколишньої дійсності й до самої себе, уявлень про сенс, мету й призначення людської діяльності та пізнання. Обґрунтовано розуміння людини як буття-у-світі (Dasein), підкреслюється її взаємозв'язок зі своїм життєвим контекстом (світом).

Ключові слова: *екзистенція, Dasein, буття-в-світі, людське буття, екзистенційна психологія, психотерапія та консультування.*

This paper reveals the emphasis on rethinking the rationalist concept of the relation of the individual to the surrounding reality and to himself, the ideas about the meaning, goal and purpose of human activity and cognition. It was found that dasein (human being) is able not only to be interested in being, but also to take care of yourself as your being, the meaning of your being. Man is «here» (da), but it also constitutes what is here. This reveals its double nature. The term «being» is used not in the sense of the static word, but – verb form, the adjectival element of the verb «to be». For man, this means immersing in the process of experiencing its existence, finding answers to the fundamental questions of being, approving life choices, implementing their decisions, taking responsibility, etc.

It reveals the relationship of the individual to his life context (the world). The understanding of man as being-in-the-world is based on the study of the changes that have taken place in people's lives, the explanation of their underlying causes and the development of a certain attitude towards them. Existential psychologists help individuals to understand their lives, ways of building it, hiding in it the paradoxes and dilemmas, as well as finding ways to create a meaningful future.

Understanding human life becomes possible due to the ability to analyze its interaction with universal existential factors: the feeling of being, freedom and responsibility, the end of life (or death), anxiety, guilt, time, meaning and absurdity. The feeling of being (Dasein) is the inner awareness of a man of his unique being, which helps him to use his potential, taking into account the correspondence between external experience and the inner nature. This ability of the individual is much more important than other types of sensitivity (sight, hearing, sense of smell, touch and taste). Thus, existential psychotherapy is directed not so far on the change of personality, but on a deeper and broader understanding of her life.

It was found that that existential thinking was born a long time ago, it can be found in many religious and philosophical systems. Psychology as a science can not directly examine being or existence, but for a scientist it is possible to study mental processes within the framework of existential subjects. Such intentions, maybe, will have more success if they are accomplish not in isolation, but through communication with literary and artistic activities.

Keywords: *existential, Dasein, being-in-the-world, the human being, existential psychology, psychotherapy and consulting.*

Постановка проблеми. Нині відбулося справжнє руйнування всіх підвалин суспільства, якого ще не знала історія, що спричинило в людей послаблення відчуття буття як повсякчасне осмислення свого життя. Попри це, більшість із них не зневірились і не припинили боротися за можливість осягнути себе як екзистенцію. Люди прагнуть справжньої свободи, яка передбачає вибір самих себе, своєї сутності, а також відповідальності за те, що з ними відбува-

© Паркулаб О., 2019.

ється у світі, сповненого трагізму й безглуздості. Головне їхнє завдання – навчитися розуміти своє життя, способи його побудови, приховані в ньому парадокси та дилеми, а також знаходити шляхи створення осмисленого майбутнього. Водночас постає питання: чи готові люди відмовитися від намагань збагнути лише розумом всю складність і суперечливість екзистенції? Насамперед йдеться про зміну способу мислення відповідно до внутрішнього духовного світу особистості та її відчуття душевних переживань у житті. Вважаємо, що зараз цією альтернативою є екзистенційне мислення, конкретність якого надає всякому існуванню справжній людський сенс.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Екзистенція – філософський термін, що означає конкретне буття й уживається для опису специфічно людського існування, що робить її недосяжною для будь-яких логіко-дискурсивних і раціонально-об'єктивних методів пізнання. У М. Гайдеггера екзистенція – це «буття-попереду-самого-себе», спрямованість людини в майбутнє; в Г. Марселя – особистісний, винятково людський спосіб існування; в К. Ясперса – те, що не піддається об'єктивації чи раціоналізації й виявляє себе в межових ситуаціях, пов'язаних із необхідністю вибору та ухвалення рішення. С. К'єркегор розглядав існування як бесіду між життям і смертю. Р. Мей переконаний, що екзистенційний підхід до консультування й терапії – це, перш за все, шлях до розуміння існування людини, а не набір якихось спеціальних технік і прийомів [5].

М. Гайдеггер визначав індивіда як Dasein (дазайн), або тут-буття, що перебуває тут і зараз, у цьому зупиненому моменті часу [8]. Основні риси Dasein, від яких залежить спосіб його буття: 1) самовизначається у ставленні до себе; 2) існує, усвідомлюючи сенс життя, та виявляє відкритість буттю; 3) не заперечує кінцевість життя (це змушує людей виходити за межі даного їм наявного буття); 4) завжди знаходиться в певній ситуації (феноменологічний досвід) [6].

Відчуття Dasein, за Дж. Бюдженталем, означає для індивіда бути живим і використовувати своє шосте чуття, яке є ключем до повноцінного життя; за І. Яломом, це переживання екзистенційної кризи при зіткненні людини з чотирма первинними проблемами існування – смертю, свободою, ізоляцією й безглуздістю [9]. У контексті досліджень Р. Мея йдеться про Я-переживання; в Е. Фромма – про втрату гостроти внутрішнього чуття, у В. Франкла – про відчуття та переживання сенсу власного життя, в А. Маслоу – про внутрішнє усвідомлення людиною свого унікального буття.

Виокремлення невирішених частин загальної проблеми. Ми розглядаємо людину як буття-в-світі, тим самим підкреслюючи її взаємозв'язок зі своїм життєвим контекстом (світом). Основні екзистенційні модуси, або прояви людського існування – турбота, страх і мужність – переживаються особливо гостро в умовах кризового буття, в так званій межовій ситуації. У цей момент особистість стикається з необхідністю зробити свій моральний вибір і пройти складне випробування, пов'язане із боротьбою, стражданням і смертю. Реакція індивіда на неминучість кінцевості – це страх і туга, що призводить до неспокою й тривоги. Втім, людство вже давно виразно усвідомило, що живе в епоху тривоги. Остання завжди відображає внутрішні суперечності між буттям та небуттям,

пов'язані з наявними можливостями індивіда в процесі реалізації себе як сутності. З цієї причини ми ризикуємо втратити зв'язок із якоюсь частиною своєї особистості та відчути власне буття як проблему.

Психологічна допомога у руслі екзистенційного напряму спрямована не так на зміну особистості, як на більш глибоке й широке розуміння її життя. Зазначимо, що термін «буття» вжито не в значенні статичного слова, а – дієслівної форми, дієприкметника від дієслова «бути». Для людини це означає заглиблення у свої екзистенційні переживання, пошук відповідей на фундаментальні питання буття, схвалення життєвих виборів, втілення своїх рішень, прийняття відповідальності тощо.

Мета дослідження: на основі переосмислення раціоналістичної концепції ставлення особистості до навколишньої дійсності й до самої себе, уявлень про сенс, мету й призначення людської діяльності та пізнання, поглибити розуміння людського життя при взаємодії з універсальними екзистенційними чинниками (відчуття буття, свобода та відповідальність, кінцевість життя (або смерть), тривога, провина, час, смисл і безглуздість).

Виклад основного матеріалу. У сучасному світі відчуття безглуздості буття значною мірою зумовлене впливом ситуації крайнього дискомфорту від негативної дії інформаційних технологій на особистість і поступового зникнення Я в навколишньому світі. Попри це, люди не відмовляються від боротьби за збереження своєї цілісності та за самоутвердження Я. Таким чином вони виявляють мужність бути собою в усіх життєвих обставинах, визнають самоцінність Я й усвідомлюють сенс власного буття.

П. Тілліх у своїй книзі «Мужність бути» [7] наголошував на тому, що саме це («мужність бути») стоїть за бажанням врятувати життя від руйнівної сили самооб'єктивації, позаяк остання є моментом опосередкування. Як зазначав К. Ясперс, у процесі самопізнання Я об'єктивується, але жодна самооб'єктивація не є Я. Це означає, що Я можна пізнати в інший спосіб, воно може бути об'єктом пізнання. Так, К. Ясперс та Г. Марсель, виступаючи проти самооб'єктивації, обстоювали традиційне розуміння самопізнання як рефлексії. За Е. Гусерлем, у контексті феноменологічної рефлексії зв'язок між свідомістю як потоком переживань і усталеним об'єктом (результатом пізнання) осмислюється завдяки інтенціональності свідомості. Відтак людина пізнає світ через зовнішні дії, що постійно знаходяться під впливом інших спрямованих дій, які називаються специфічним чуттєвим або тілесним досвідом. Соматична частина у такий спосіб виявляє себе як об'єктивна система, що включає сприйняття. Для того, щоб бути чесним стосовно дійсності, треба навчитися розпізнавати цю систему. Таким чином кожне переживання має винятково важливе значення для суб'єкта й відіграє інтерсуб'єктивну роль.

Dasein як світ індивіда являє собою сукупність його первинних можливостей, «проект» життя людини, онтологічною реалізацією якого є свобода. Таким чином історична ситуація, яка втілюється шляхом людського вибору й дії, набуває свідомого характеру. Відповідно, наше завдання – навчитися аналізувати наявне буття людини (Dasein) та її досвід переживання себе-у-світі.

Йдеться про існування особистості в теперішньому часі (тут і тепер), що відображено у способі взаємодії людини та світу як буття-у-світі, (або її «закинутість»).

М. Гайдеггер [8] визначав індивіда як Dasein (дазайн), що має подвійну природу (da – там, тут і sein – буття, існування), тому дослівний переклад виглядає як «тут-буття». Вводячи цей термін, мислитель намагався підкреслити, що людину можна розглядати як історичну істоту, яка перебуває тут і зараз, у цьому зупиненому моменті часу. Відповідно, своє основне завдання М. Гайдеггер, а слідом за ним й інші екзистенціалісти, вбачали в аналізі наявного буття людини тут і зараз, тобто буття-у-світі як найближча часова щоденність. М. Гайдеггер переконаний, що не може людське Я бути відокремленим від світу, бо онтологічно ці терміни означають один модус буття-у-світі. Dasein з'являється як dasein лише тоді, коли воно вже створило свій світ, воно вже-у-світі. Це дало можливість М. Гайдеггеру використовувати термін «Dasein» замість «Я».

М. Гайдеггер запропонував екзистенційну формулу, яка відображає те, що він розумів під онтологічною апріорною структурою людини, яку він назвав «турбота». Дж. Бінсвангер теж обстоював такий підхід, для нього факт: людина – це суще, стурбоване буттям; постулат: dasein – це є буттям-у-світі; а обидва разом – dasein як: «вже-існуюче-у-світі-раніше-самого-себе, як буття-стурбоване-сущими-зустрінутими-у-світі» [1]. Таким чином, dasein (людське буття) здатне не лише цікавитися буттям, але й дбати про себе як про своє буття, про смисл свого буття. Людина – це «тут» (da), але вона також конституює, що є тут. У цьому виявляється її подвійна природа. Его – це два-в-одному: емпіричне Его (об'єктивне – щось таке, що знаходиться «тут», об'єкт у світі) і трансцендентне Его (конституйоване), яке конституює, тобто відповідальне за себе і за світ. Із цього погляду відповідальність нерозривно пов'язана зі свободою.

Філософи-екзистенціалісти збагатили психологію не лише новими поняттями й категоріями, але залишили твори, які містять багато плідних думок і глибоких роздумів про буття людини і його сенс. Останній ми здатні осягнути за допомогою феноменологічного методу, ідентифікувавши вихідний досвід, в якому виявляється феномен «тут-буття». Для психологів надзвичайно важливо, що екзистенціалісти змогли поєднати психологію з філософськими основами, чого поки що не вдалося зробити представникам інших наукових течій. Зокрема, помилковим виявився логічний позитивізм, особливо для психологів, які працювали над проблемою особистості. Тут ми суголосні з С. Братченком [2], який обстоює екзистенційне бачення, яке сприяє усвідомленню, що саме заважає повноцінному існуванню людини, і що сприяє екзистенційним змінам в її житті, без яких будь-які перебудови в онтичному світі будуть мати лише косметичний ефект. Таким чином психологічна допомога у руслі екзистенційного підходу спрямована не так на зміну особистості, як на більш глибоке й широке розуміння її життя.

На практиці консультанти доволі часто стикаються із ситуацією, коли людина переконана в тому, що бажані зовнішні зміни у її житті обов'язково мають призвести до позитивних внутрішніх змін, зокрема, появи відчуття спокою

і задоволення. Насправді Я не може існувати окремо від світу і навпаки, тому будь-які зміни зовні обов'язково впливатимуть на Я. Цей процес залежатиме від того, наскільки людина усвідомлює своє життя загалом, як оцінює ті зміни, які очікують на неї, але найосновніше, чи готова нести відповідальність за все це. Іншими словами, вона стоятиме перед вибором себе-у-світі на тлі нової для неї екзистенційної ситуації. Ілюстрацією до сказаного може бути наступна розповідь клієнта: «… У свої сорок років я наважився повністю змінити своє життя – родину, місце проживання, роботу. Отримавши те, чого довго прагнув, я виявив, що не вмію бути щасливим. Як з'ясувалося, я звик до того, що треба чимось поступатися, треба з чимось миритися, виконувати якісь обов'язки, дотримуватися якихось традицій і загальноприйнятих правил. Аж раптом, у якийсь момент зрозумів, що правил не існує, можна брати від життя все, що хочеш. Проте виявилося, що отримавши все, чого хотів, я не вмію бути щасливим, радіти з того, що мені дарує доля...»

З цього приводу сербський режисер і музикант Е. Кустуріца в одному з інтерв'ю поділився особистим досвідом. За його словами, все життя він робить лише те, що хоче робити, і що для нього бути щасливим – означає бути вільним. Митець зауважував, що свобода – це завжди важко, а рабство – завжди легко, але остерігатися треба саме цієї легкості. У цьому контексті пригадується вислів Ж.П. Сартра, що людина приречена на свободу. Ми солідарні з такими поглядами мислителя й вважаємо, що всім нам треба потроху вчитися взаємодіяти зі свободою, усвідомлюючи її межі та свою відповідальність. Утім, люди доволі часто уникають останньої у тих чи інших життєвих обставинах, знаходячи для цього відповідні логічні пояснення.

Компульсивність – один із найбільш розповсюджених механізмів захисту від усвідомлення відповідальності, що передбачає створення психічного світу, в якому немає переживання свободи, а є лише існування під владою якоїсь непереборної, чужої для Его (не Я) сили. Більшість людей розуміють про що йдеться, оскільки з власного досвіду знають, що за блага цивілізованого світу треба платити не лише грошима, але й особистим нематеріальним ресурсом.

Відомий іспанський драматург А. Касона у п'єсі «Човен без рибалки» [4], змальовує дегуманізований світ, повний анонімних злочинів, у якому кожен шукає користі лише для себе, тому готовий переступити через усі моральні норми заради матеріальної вигоди. У п'єсі головний герой знаходиться на межі повного фінансового краху. Тут з'являється Диявол і пропонує йому порятунок, якщо той погодиться підписати угоду, згідно з якою повинен вбити – не фізично, але волею – одну невідому людину. Автор тим самим показує, що, навіть, не вбивши своїми руками, людина не уникне відповідальності за скоєне, бо вбила згодою своєї волі. Разом із тим у п'єсі показано природне, автентичне життя, в якому індивід може зустрітися із собою, зрозуміти себе й бути щасливим.

Зі сказаного випливає, що одним із важливих аспектів екзистенційного підходу до консультування є вивчення людського життя за допомогою аналізу його взаємодії з екзистенційними чинниками: відчуття буття, свобода та відповідальність, кінцевість життя (або смерть), тривога, провина, час, смисл і без-

глуздість. У цьому зв'язку слушним видається застереження Дж. Бюджеталя, що зовнішні впливи на людину зумовлюють втрату відчуття буття. Це відчуття він вважав набагато важливішим за інші види чутливості (зір, слух, нюх, дотик і смак), й називав внутрішнім оком, що дозволяє нам постійно усвідомлювати, наскільки наш зовнішній досвід відповідає внутрішній природі.

У контексті наведених міркувань розглянемо чотири первинних екзистенційних положення (переконання), з якими людина приходить у цей світ, і від яких залежить її досвід [3]. Кожен індивід стикається з ними в певні періоди свого життя, що пов'язані з болісним переживанням якоїсь життєво важливої події, яка в той момент сприймається як домінуюча й емоційно забарвлена тема. Це свідчить про взаємозв'язок особистості з її життєвим контекстом (світом). Терапевтична робота має організовуватися навколо цієї екзистенційної теми, позаяк в іншому разі будь-які спроби допомогти індивіду зрозуміти своє життя, способи його побудови, приховані в ньому парадокси та дилеми, не принесуть позитивних змін.

Перше положення – опір життю (передають фрази на кшталт: «Я не хочу тут бути» або «Я не хочу більше робити це»). Таким чином людина висловлює своє небажання знаходитися у світі, показує своє вороже ставлення до інших, яке проектується на різні життєві ситуації. Відтак у неї погіршуються соціальні контакти, особливо взаємини на роботі та у сім'ї. Варіанти цього екзистенційного положення – загроза знищення, відчай, тривога, туга, боротьба з труднощами, вимушена ізоляція через страх відмови, недовіра, відчуття «закинутості» тощо. Основне екзистенційне питання: «Чому я тут?»

Друге положення пов'язано з проявом влади над собою. У свідомості людини відбувається поляризація сприйняття особистісної свободи: «Я – під опікою сил поза моїм контролем» чи «Я відповідаю за мій досвід у житті». Як бачимо, індивід самовизначається в межах особистісної свободи, що впливає на його життєвий вибір. Прикладом вияву несвободи, передумовою якої є обмежений або неіснуючий вибір, можуть бути такі висловлювання: «Вони це зроблять за мене» та «На все воля Божа». Ці фрази свідчать про те, що особа нездатна керувати своїм життям, і вважає, що знаходиться під опікою вищих сил, які контролюють її діяльність. Внаслідок цього у людини виникають автономні комплекси, вона не може адекватно оцінити свої можливості у виборі життєвих рішень. Варіанти цієї екзистенційної позиції – проблеми з самовладанням, несамостійність, звинувачення інших в несправедливості, соціальна тривога, самоприниження, самозвинувачення, помста, відчуття жалю до себе тощо. Конфронтаційна поведінка зумовлена появою ірраціонального переконання: «Життя – несправедливе».

Третє екзистенційне положення вказує на ідентичність особистості, розвиток якої залежить від багатьох чинників, але насамперед – від джерела надходження інформації: нав'язується кимось ззовні чи оцінюється за внутрішнім переконанням («Ви говорите мені, хто я» чи «Я знаю, хто я»). Останнє вважається раціональним, тому набуває суттєвого значення для особистості. Як зазначав Е.Фромм, переживання відчуття власної ідентичності є дуже важливою

екзистенційною потребою, яку людина має обов'язково задовільнити. Залежно від зрілості індивіда ідентичність може бути істинна або хибна (недостовірна). Варіанти цієї екзистенційної позиції – побоювання відмови, дифузна ідентичність, соціальне виключення («я не належу»), заборона («мене не буде»).

Четверте екзистенційне положення стосується самоповаги. Головна екзистенційна дилема – «Я приймаю себе» чи «Я – негідний тут бути». Таким чином особистість виборює своє право на існування. Найбільш поширені запитання: «Я гідний проявляти свої справжні почуття? Отримувати задоволення від повноти життя? Мати близькі стосунки з Богом? Врешті-решт, я гідний існувати?» Згідно з цим екзистенційним положенням, потреба в самоповазі пов'язана з бажанням мати позитивну думку про самого себе і користуватися увагою, повагою й визнанням з боку інших людей. Водночас задоволення цієї потреби не рятує індивіда від відчуття екзистенційного вакууму та ізоляції.

Позаяк ми потребуємо стосунків з іншими, так само, як і зв'язку з духовними несвідомим (за В. Франклом), то хочемо переконатися, що наше життя важливе, має мету й сенс. Проте індивід може відчувати це як тягар або як благо. Варіанти цієї екзистенційної позиції – перфекціонізм (основне побоювання людини – «я ніколи не буду достатньо хорошою»), нерозуміння неподільності життєвого часу (індивід розглядає своє життя в минулому і / або в майбутньому, а не в теперішньому часі), невизначеність у виборі життєвих цілей, побоювання близькості, духовна боротьба, бажання бути з Богом тощо.

Як бачимо, Dasein може реалізуватися, втрачаючи себе або вибираючи себе. Відтак, виникають два протилежні модуси його існування: власне – невласне, автентичне – неавтентичне, невідчужене – відчужене, істинне – неістинне [8]. Наш вибір на користь одного з них залежить від зануреності в глибини власного Я, що відображено у способі взаємодії людини й світу як буття-у-світі. Припускаємо, що розглянуті вище первинні екзистенційні положення, тематично виражені в моменті, який фактично є проявом пожиттєвого спадку. Усвідомлення цього допоможе людині розкрити свій внутрішній потенціал, що сприятиме утворенню нових форм сприйняття світу й себе у ньому.

Висновки. Існує взаємозв'язок індивіда зі своїм життєвим контекстом (світом). Тлумачення людини як буття-у-світі ґрунтується на вивченні тих змін, які відбулися у житті людей, з'ясуванні їх глибинних причин і виробленні до них певного ставлення. Дослідження людського життя за допомогою аналізу його взаємодії з універсальними екзистенційними чинниками (відчуття буття, свобода та відповідальність, кінцевість життя (або смерть), тривога, провина, час, смисл і безглуздість) надає особистості можливість зрозуміти своє життя, способи його побудови, приховані в ньому парадокси та дилеми, а також знаходити шляхи створення осмисленого майбутнього. Водночас зовнішні впливи на людину призводять до втратити відчуття буття (Dasein). Останнє визначається як внутрішнє усвідомлення людиною свого унікального буття, що допомагає їй використовувати свій потенціал, установлюючи відповідність між зовнішнім досвідом і внутрішньою природою. Ця здатність індивіда є набагато важливішою за інші види чутливості (зір, слух, нюх, дотик і смак).

З’ясовано, що екзистенційне мислення зародилося давно, його можна виявити у багатьох релігійних і філософських системах. Психологія як наука не може безпосередньо досліджувати буття чи екзистенцію, однак для науковця виявляється можливим вивчати психічні процеси в рамках екзистенційної тематики. Такі наміри, мабуть, матимуть ще більший успіх, якщо їх намагатися здійснювати не ізольовано, а через зв’язок з літературною й мистецькою діяльністю.

1. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. Москва ; Санкт-Петербург, 1999. 300 с.
2. Братченко С. Экзистенциально-гуманистический подход в психологии и терапии. *Психологическая газета*. 1997. № 1. С. 7.
3. Бъюдженталь Д. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентами в гуманистической терапиию. Москва, 1998. 336 с.
4. Касона А. Човен без рибалки [Текст] : комедія на 3 дії. Буенос-Айрес, 2000. 83 с.
5. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. Москва, 2001. 256 с.
6. Ставцев С. Н. Введение в философию Хайдеггера. Санкт-Петербург, 2000. 192 с.
7. Тиллих П. Избранное: Теология культуры. *Главы I–VI. Мужество быть*. Москва, 1995. С. 7–81.
8. Хайдеггер М. Бытие и время. Харьков, 2003. 503 с.
9. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. Москва, 1999. 576 с.