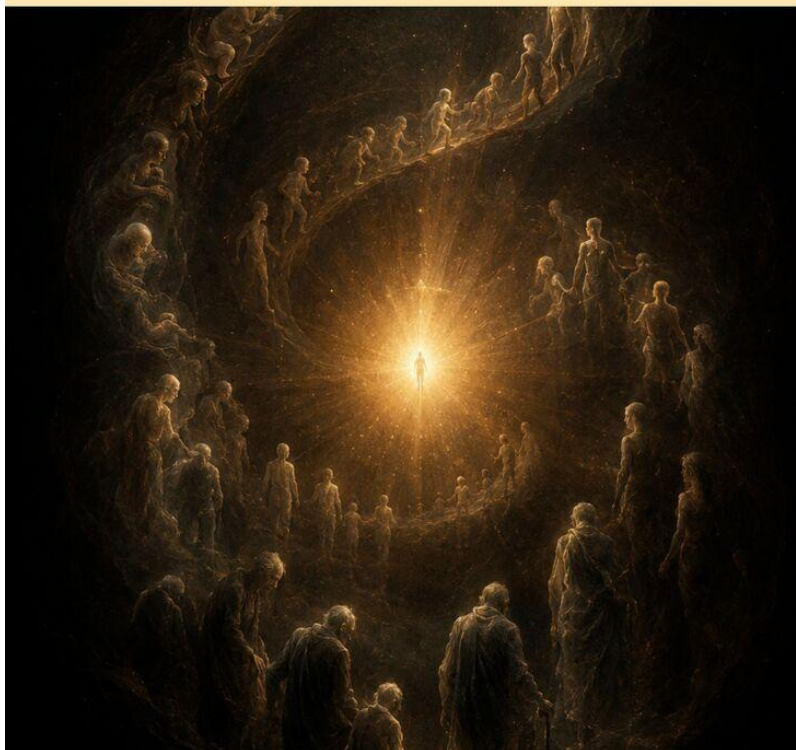


18+

Евгений Юрьев

# *Оно того стоило*

Философская исповедь: от зачатия до смерти



**Евгений Юрьев**

# **Оно того стоило. Философская исповедь: от зачатия до смерти**

*<https://litres.ru/74429509>*

*ISBN 9785007118934*

## **Аннотация**

Вы родились. Вы умрёте. Между этими двумя точками — всё. Эта книга проведёт вас по всем этапам человеческой жизни: от первого деления клетки до последнего вздоха. Что такое смысл? Где он живёт? Как он рождается, умирает и возрождается в каждом из нас? Без готовых ответов. Без лёгких утешений. Только честный разговор о том, что мы все знаем, но боимся сказать: смысл — это не цель, а способ, которым мы идём. Для тех, кто готов заглянуть в себя.

# Содержание

|                                                                                                       |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Часть I. ПРЕДРАССВЕТНАЯ: ОТ ЗАЧАТИЯ ДО РОЖДЕНИЯ                                                       | 7  |
| Глава 1. Точка отсчёта: мгновение, которого не видел никто                                            | 7  |
| 1.1. Космическая случайность или предопределённость: философия вероятности встречи                    | 7  |
| 1.2. Момент слияния: возникновение неповторимого наследственного кода как первый шаг к отдельности    | 10 |
| 1.3. Прото-смысл: существует ли внутренняя цель в зиготе? Спор Аристотеля с Дарвином                  | 14 |
| 1.4. Эпигенетический ландшафт как образ судьбы: русло, которое одновременно ограничивает и направляет | 16 |
| Краткие выводы по главе                                                                               | 19 |
| Практика                                                                                              | 19 |
| Глава 2. Внутриутробная вселенная: смысл до сознания                                                  | 21 |
| 2.1. Матка как космос: философская топология первичного пространства                                  | 21 |
| 2.2. Плацента — первый Другой: захватчик                                                              | 25 |

|                                                                                      |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----|
| или сожигатель?                                                                      |    |
| 2.3. Чувственный опыт плода:<br>прикосновение, звук, вкус материнской<br>тревоги     | 28 |
| 2.4. Сон без сновидений? Прото-сознание и<br>споры о начале личности                 | 32 |
| 2.5. Первичное повествование: жизнь плода<br>как сюжет стремительного развития       | 34 |
| Краткие выводы по главе                                                              | 37 |
| Практика                                                                             | 38 |
| Глава 3. Роды: первый экзистенциальный<br>кризис                                     | 39 |
| 3.1. Изгнание из рая: рождение как<br>всеобщая травма и её философские<br>толкования | 39 |
| 3.2. Сжатие, удушье, свет: опыт<br>прохождения через родовой канал                   | 42 |
| 3.3. Первый вдох: обретение лёгких как<br>обретение отдельности                      | 46 |
| 3.4. Перерезание пуповины: первый акт<br>насильственного отделения и свободы         | 48 |
| 3.5. Крик: провозглашение себя миру                                                  | 50 |
| Краткие выводы по главе                                                              | 54 |
| Практика                                                                             | 54 |
| Глава 4. Младенчество: смысл как чистое<br>присутствие                               | 56 |

|                                                                      |    |
|----------------------------------------------------------------------|----|
| 4.1. Мир как океан ощущений: восприятие<br>до разделения на предметы | 56 |
| 4.2. Лицо матери как первое зеркало:<br>узнавание себя через Другого | 59 |
| Конец ознакомительного фрагмента.                                    | 62 |

**Оно того стоило**  
**Философская исповедь:**  
**от зачатия до смерти**

**Евгений Юрьев**

© Евгений Юрьев, 2026

ISBN 978-5-0071-1893-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# **Часть I. ПРЕДРАССВЕТНАЯ: ОТ ЗАЧАТИЯ ДО РОЖДЕНИЯ**

## **Глава 1. Точка отсчёта: мгновение, которого не видел никто**

### **1.1. Космическая случайность или предопределённость: философия вероятности встречи**

В тот вечер, когда вы были зачаты, произошло событие, которое можно описать только языком астрофизики, биологии и философии одновременно. Ваш отец и ваша мать — два существа, каждое из которых несло в себе половину наследственного кода, — встретились в акте близости. В этом акте ваш отец высвободил от сорока до ста пятидесяти миллионов мужских половых клеток. Сто пятьдесят миллионов — это население целой страны, это в два с лишним раза больше, чем живёт во Франции, это невообразимая армада микроскопических существ, каждое из которых несло уникальную комбинацию наследственного материала.

И только одному из них суждено было достичь цели. Только одна клетка — та, что стала вами, — проникла сквозь оболочку женской клетки и запустила слияние двух половинок будущего человека. Все остальные сто сорок девять миллионов девятьсот девяносто девять тысяч девятьсот девяносто девять погибли.

Какова была вероятность того, что именно эта клетка, именно с этой комбинацией наследственного материала, именно в этот момент достигнет цели? С точки зрения математики — один к ста пятидесяти миллионам. Для сравнения: вероятность погибнуть в авиакатастрофе составляет примерно один к одиннадцати миллионам. Вероятность выиграть главный приз в крупной лотерее — один к трёмстам миллионам. Ваше рождение — событие более невероятное, чем падающий на вас самолёт, и лишь немногим более вероятное, чем главный выигрыш.

Но это ещё не всё. Мы не учли тот факт, что ваши родители тоже должны были встретиться. А до этого — их родители. И их родители. Если отмотать цепочку назад всего на несколько поколений, мы получим астрономические значения. А если дойти до возникновения жизни на Земле, до формирования Солнечной системы, до Большого взрыва — значение становится таким огромным, что человеческий разум отказывается его осмыслять.

И вот здесь возникает первый великий философский вопрос: были ли вы предопределены или являетесь результа-

том чистой случайности?

Если бы ваш отец в тот вечер задержался на работе на десять минут, если бы ваша мать повернула голову в другую сторону, если бы они поссорились накануне, если бы, если бы, если бы — вас бы не было. Был бы кто-то другой. Ваш брат или сестра с другой наследственной комбинацией. Или вообще никто. Миллиарды возможных людей так и не родились, потому что их возможные родители не встретились или встретились не вовремя. А вы — родились.

Случайность ли это? С точки зрения материалиста — да. Случайное стечение обстоятельств, слепая игра химических и физических процессов, лишённая какого бы то ни было замысла. Но даже материалист, честно глядя в лицо этой случайности, не может не испытать трепета. Потому что из этой случайности родилась единственность. Никогда раньше во всей истории Вселенной не существовало существа с вашим наследственным кодом. И никогда больше не будет. Вы — единственный оттиск, разовый выпуск, неповторимый опыт бытия.

Что, если это не случайность? Что, если за кажущимся хаосом стоит некий порядок — пусть не божественный замысел в упрощённом понимании, но некая направляющая сила, телеологический закон, который ведёт материю к усложнению, к возникновению сознания, к самопознанию? Философы-телеологи — от Аристотеля до Тейяра де Шардена — утверждали, что в природе существует внутренняя цель, ко-

торая направляет развитие от простого к сложному, от неживого к живому, от бессознательного к осознающему. И если это так, то ваше рождение — не случайность, а необходимый шаг в разворачивании этой цели. Вы не просто продукт слепого случая — вы необходимы Вселенной для её собственного самопознания.

Но даже если мы отвергнем телеологию, даже если мы примем случайность целиком и полностью, мы стоим перед поразительным фактом: из невероятного, астрономического числа возможных комбинаций осуществилась именно ваша. И этот факт сам по себе является вызовом для философского осмысления.

Что это говорит нам о смысле? А вот что: смысл не дан заранее, но он и не отсутствует. Он возникает в самом акте осуществления одной возможности из миллиардов. До зачатия вас не было как замысла — был только набор вероятностей. После зачатия вы стали фактом. Переход от вероятности к факту, от «может быть» к «есть» — это и есть первый акт смыслопорождения. Смысл не предшествует существованию — он рождается вместе с ним.

## **1.2. Момент слияния: возникновение неповторимого наследственного кода как первый шаг к отдельности**

Когда мужская половая клетка проникает сквозь блестя-

щую оболочку женской, происходит нечто большее, чем просто слияние двух клеток. Происходит первое великое «да» бытия. Две половинки, двадцать три материнские хромосомы и двадцать три отцовские, сливаются в единое целое, образуя сорок шесть — полный человеческий набор. В этот миг запускается каскад биохимических цепочек: оболочка женской клетки мгновенно меняет свои свойства, становясь непроницаемой для других мужских клеток; начинается подготовка к первому делению; закладывается схема развития, которая будет разворачиваться в течение ближайших девяти месяцев и далее — в течение всей жизни.

Но что происходит с философской точки зрения? Возникает новая сущность. Не просто «ещё одна клетка», а уникальный, никогда ранее не существовавший наследственный код. Все ваши будущие предрасположенности — цвет глаз, группа крови, склонность к определённым заболеваниям, возможный рост, особенности обмена веществ, вероятно, даже некоторые черты характера — всё это уже записано на микроскопической ленте, скрученной в тугие спирали внутри ядра только что образовавшейся зиготы.

Этот миг — первый шаг к отдельности. Термин, введённый Карлом Густавом Юнгом для описания процесса становления личности, здесь обретает буквальное, биологическое значение. Зигота — это уже индивид в этимологическом смысле слова: «неделимый». Она содержит в себе целостный замысел, который не может быть разделён на части

без потери самой сути.

Но является ли зигота человеком? Это один из самых острых вопросов учения о жизни, имеющий прямое отношение к нашей теме. Если мы признаём зиготу человеком, то смысл жизни должен начинаться именно здесь, в миг зачатия. Если нет — то смысл откладывается до более поздних ступеней развития.

Я не стану сейчас решать этот вопрос — он слишком сложен и многослоен, чтобы уместиться в несколько абзацев. Но я предлагаю посмотреть на него под другим углом. Вместо того чтобы спорить о положении зиготы, давайте спросим: что привносит она в учение о смысле?

А привносит она вот что: мысль о возможности. Зигота — это не готовый человек, но это и не «ничто». Это — возможность. Замысел. Она содержит в себе всё, что нужно для развития, но само развитие ещё впереди. Она подобна музыкальной партитуре, в которой записаны ноты и лад, но которая ещё не исполнена оркестром.

И вот здесь происходит важная вещь: смысл, который мы ищем, также начинается с возможности. В миг зачатия вы ещё не прожили ни одного дня, но у вас уже есть неповторимый код, отличающий вас от всех других людей. Этот код — не судьба в жёстком смысле, а скорее пространство возможностей, коридор вероятностей, внутри которого будет разворачиваться ваша жизнь.

Аристотель говорил о соотношении возможности и дей-

ствия: всё сущее переходит из состояния возможности в состояние осуществлённости. Жёлудь — это возможный дуб. Зигота — это возможный человек. Но дуб вырастет только при подходящих условиях: почва, вода, солнце, отсутствие вредителей. Так же и человек: наследственный замысел осуществляется только в определённой среде. Ваш наследственный код — это ещё не вы, но это уже неповторимая основа, по которой будет вышита ваша жизнь.

И если смысл жизни — это движение, а не застывший ответ, то миг зачатия — это начало этого движения. Это миг, когда возможность смысла возникает, подобно тому как возникает разность потенциалов между двумя полюсами источника тока. Смысл ещё не осуществлён, но он уже возможен. И эта возможность — драгоценна сама по себе.

Подумайте вот о чём: большинство людей, которые могли бы родиться, так никогда и не родились. Бессчётные возможные смыслы, которые могли бы быть прожиты, так и остались непрожитыми. Но ваш — осуществился. Ваша партитура, ваша основа, ваш замысел — они получили случай. И это, вероятно, самый важный дар, который вы когда-либо получали, хотя вы и не помните мгновения его вручения.

# **1.3. Прото-смысл: существует ли внутренняя цель в зиготе? Спор Аристотеля с Дарвином**

Теперь позвольте мне зайти с ещё более философской стороны. Вопрос, который я хочу поставить, может показаться странным, но он важен для всего нашего дальнейшего путешествия: существует ли в зиготе цель?

С точки зрения эволюционного учения Дарвина, никакой цели нет. Есть слепой механизм естественного отбора, который на протяжении миллиардов лет отсеивал неудачные отклонения и сохранял удачные. Зигота — это итог работы этого механизма, а не осуществление чьего-то замысла. Она просто есть, и всё, что с ней происходит, — это цепочки причин и следствий, лишённые всякой внутренней цели.

Но Аристотель, живший за две с лишним тысячи лет до Дарвина, смотрел на вещи иначе. В его учении о природе каждое сущее имеет свою «конечную причину» — предназначение. Жёлудь имеет целью стать дубом. Зародыш имеет целью стать взрослым существом. Эта цель не навязана извне — она внутренне присуща самой природе вещи. Она — та сила, которая тянет развитие вперёд, заставляя жёлудь прорасти, а зиготу — делиться и обретать разные свойства.

Современная биология, конечно, отбросила аристотелевскую телеологию как ненаучную. Но я предлагаю пересмотр-

реть этот спор не с научной, а с философской позиции. И здесь мы обнаружим неожиданное.

Зигота действительно ведёт себя так, будто у неё есть цель. Она не просто безвольно дрейфует по трубе — она действительно движется, ищет место для прикрепления, запускает цепочки наследственных программ, которые разворачиваются в строго определённой очерёдности. На уровне молекул каждая клетка «знает», что ей делать: стать ли частью нервной трубки, или мышечной ткани, или покровного слоя. Это знание записано в наследственном коде и управляется сложнейшей системой надстроечных переключателей.

Можно ли назвать это «целью»? Строгий биолог скажет: нет, это просто схема. Но философ имеет право заметить: а что такое цель, как не схема, разворачивающаяся во времени? В чём разница между «схемой» и «целью», кроме словесного обозначения? И там и там есть направленность, упорядоченность, движение от простого к сложному, от возможности к осуществлённости.

Поэтому я предлагаю согласительное понятие: прото-смысл. На стадии зиготы смысл жизни ещё не существует в полном, человеческом понимании этого слова. Но существует его предшественник, его биологическая основа — прото-смысл, встроенный в саму ткань живого. Это — направленность развития, закодированная в наследственности и осуществляемая в ходе зародышевого роста. Это — тот фундамент, на котором позже, когда разовьётся нервная

система и сознание, будет построено полноценное чувство смысла.

Прото-смысл зиготы — это не ответ на вопрос «зачем?», а скорее сам факт того, что вопрос «зачем?» станет возможным. В ней уже заложена способность будущего человека этот вопрос задать. И это невероятно важно.

Я бы хотел, чтобы вы, читатель, запомнили этот образ: смысл вашей жизни имеет родословную. Он не свалился на вас с неба, когда вам исполнилось двадцать или сорок лет. Он рос и развивался вместе с вами, начиная с самого первого мгновения. Он прошёл путь от прото-смысла зиготы до того вопроса, который разбудил вас посреди ночи в сорок три года. И на каждом шаге он был именно тем смыслом, который был возможен и нужен на этом шаге.

## **1.4. Эпигенетический ландшафт как образ судьбы: русло, которое одновременно ограничивает и направляет**

В середине двадцатого века британский биолог и мыслитель Конрад Уоддингтон предложил замечательный образ для описания развития организма. Он назвал его «эпигенетическим ландшафтом». Представьте холмистую местность, по которой катится шар. На вершине холма, в самой высо-

кой точке, находится зигота — начальное состояние. По мере того как шар катится вниз, он попадает в ложбины, долины, развилки. Каждый раз, когда он оказывается перед разветвлением, он выбирает один из путей — и дальше движется уже по нему, спускаясь всё ниже и ниже. В конце путешествия шар оказывается в одной из нижних точек, соответствующей определённому типу ткани, органа или назначения.

Образ Уоддингтона хорош тем, что он примиряет жёсткую заданность и свободу. С одной стороны, ландшафт уже задан наследственностью: долины и развилки предопределены. С другой стороны, у шара есть некоторая свобода выбора — особенно в точках ветвления, где одна и та же клетка может стать либо нейроном, либо мышечным волокном в зависимости от внешних воздействий.

Я предлагаю расширить этот образ на всю человеческую жизнь. Разве наша биография не является таким же надстроечным ландшафтом? Мы рождаемся с определёнными задатками — наследственными, семейными, культурными. Это наш ландшафт. Но внутри этого ландшафта мы движемся, выбираем, сворачиваем то вправо, то влево, иногда поднимаемся вверх, иногда скатываемся вниз. И каждая наша развилка — выбор дела, спутника жизни, места жительства — сужает пространство возможностей, но одновременно и придаёт нашей жизни определённость.

Смысл жизни в этом образе — не конечная точка прибы-

тия, а само движение по ландшафту. Вернее, даже так: смысл — это то, как мы движемся. Осознанно или на ощупь. С радостью или с противлением. Прокладывая собственное русло или покорно следуя по проложенному другими.

На стадии зиготы, о которой мы сейчас говорим, русло только начинает прокладываться. Первые деления клеток, первые обретения свойств, первые зачатки органов — всё это ещё очень податливо, подвержено воздействиям, обратимо. Но по мере развития податливость уменьшается, русло становится глубже, путь — определённое. И это не плохо и не хорошо — это просто условие существования.

Человек, который хочет прожить свою жизнь осмысленно, должен, как мне кажется, помнить об этой двойственности. С одной стороны, у него есть ландшафт — данности, которые он не выбирал. С другой стороны, у него есть способность к прокладыванию пути — свобода выбирать дорогу внутри данностей. И смысл заключается не в том, чтобы сломать ландшафт (это невозможно), и не в том, чтобы покорно катиться по готовому руслу (это бездумно), а в том, чтобы пройти свой неповторимый путь, оставляя за собой след.

Зачатие — это та точка, где ваш шар был помещён на вершину холма. Это миг, когда начался ваш спуск. И хотя вы не помните этого мига, он навсегда остаётся точкой отсчёта — тем «большим взрывом», из которого развернулась ваша личная вселенная.

## Краткие выводы по главе

Вероятность вашего рождения астрономически мала — вы уникальны.

Смысл жизни не предшествует существованию, а рождается вместе с ним в момент зачатия.

Зигота содержит «прото-смысл» — направленность развития, закодированную в наследственности.

Наследственный код — это не жёсткая судьба, а коридор возможностей.

Жизнь — это движение по эпигенетическому ландшафту, где есть и заданность, и свобода выбора.

## Практика

Осознание собственной уникальности

Возьмите лист бумаги и запишите: «Я — единственный человек во Вселенной с моим набором хромосом. Никто никогда не существовал и не будет существовать точно таким же». Подумайте, что это означает для вас лично. Какие выводы вы делаете из этого факта?

Размышление о наследственном коде

Поговорите с родителями или родственниками о наследственных чертах вашей семьи. Какие особенности, предрасположенности, таланты вы унаследовали? Что из этого вы

осознаёте как данность, а что как возможность для развития?

Медитация на тему «прото-смысла»

В тишине поразмышляйте о том, что ваша жизнь имеет родословную — смысл не появился внезапно, а вызревал вместе с вами. Попробуйте ощутить связь с тем моментом, когда всё началось.

## **Глава 2. Внутритрубная вселенная: смысл до сознания**

### **2.1. Матка как космос: философская топология первичного пространства**

Человек проводит первые девять месяцев своей жизни в пространстве, которое невозможно вспомнить, но которое навсегда остаётся вписанным в самые глубинные слои его существа. Матка — это не просто биологический орган, не просто полый мышечный мешок, предназначенный для вынашивания плода. Это первая вселенная, первый дом, первое «где» человеческого бытия. И как всякий подлинный космос, она имеет свою структуру, свои законы, свои ритмы.

Давайте на мгновение остановимся и попробуем вообразить этот мир. Он трёхмерен, но лишён привычных нам координат — верха и низа, права и лева, близости и дали. Он заполнен жидкостью — околоплодной средой, которая гасит толчки, смягчает удары, делает движения плавными и замедленными. В этом мире нет тяжести в нашем понимании: плод парит, подвешенный на пуповине, словно космонавт в открытом космосе. Температура здесь постоянна — идеальные тридцать шесть и шесть десятых градуса. Здесь нет дня и но-

чи в привычном смысле, хотя ритмы материнского организма уже накладывают свой отпечаток на ритмы плода. Здесь нет тишины, но звуки приходят приглушёнными, профильтрованными через слои тканей и жидкостей: стук материнского сердца, шум её дыхания, урчание кишечника, приглушённые голоса извне.

Философу здесь есть о чём задуматься. Матка — это пространство абсолютной погружённости, абсолютного пребывания внутри. Плод полностью погружён в свою среду, он не знает ничего, кроме неё, он не может даже помыслить «снаружи». Для него матка — это всё, что есть. Это универсум, за границами которого ничего не существует.

Но при этом — и в этом заключается коренной парадокс — матка не является частью самого плода. Она — Другой. Точнее, она — тело Другого, матери. Плод живёт внутри другого человека. Он — гость, сожитель, часть материнского тела и одновременно отдельная, самостоятельная сущность. Его кровь не смешивается с материнской, его наследственный код неповторим, его сердце бьётся в своём собственном ритме. Но его существование полностью зависит от матери. Он дышит её кислородом, питается её питательными веществами, выводит отходы через её почки. Он — отдельный, но не самостоятельный. Особый, но не независимый.

Это состояние являет собой первый опыт того, что философы позже назовут «бытием-с-другим». Задолго до того, как ребёнок увидит лицо матери, улыбнётся ей, скажет ей

«ты», он уже прожил с ней девять месяцев в самой тесной близости, какую только можно вообразить. Он знает её изнутри — не умом, но телом. Её сердцебиение — это первый ритм, который он слышит. Её голос — первая мелодия. Её движения — первое укачивание. Её чувства, передаваемые через вещества, проникающие сквозь плаценту, — первый опыт радости и тревоги, покоя и напряжения.

Морис Мерло-Понти, французский философ, говорил о «теле как о плоти мира», о том, что наше восприятие действительности всегда телесно, всегда опосредовано нашей физической воплощённостью. Но ещё до того, как мы встретились с миром, мы встретились с телом матери. И эта встреча была настолько всеобъемлющей, настолько всепоглощающей, что мы даже не осознавали её как встречу. Мы просто были внутри. Это было наше первое «бытие-в-мире», и этот мир имел форму женского тела.

Почему это важно для разговора о смысле жизни? Потому что смысл, как мы уже начали понимать, не является чисто умственным построением. Он укоренён в теле, в ощущениях, в самых простых основах нашего существования. И первый опыт, который мы получаем, — это опыт защищённости, опыт пребывания внутри заботливого пространства. Даже если беременность была трудной, даже если мать переживала напряжение, сама биологическая система матки устроена так, чтобы обеспечивать плоду самые устойчивые условия. Это — первый опыт того, что мир может быть безопас-

ным, что нужды удовлетворяются, что существование поддерживается некой внешней силой.

Зигмунд Фрейд называл это «океаническим чувством» — ощущением безбрежного единства с миром, которое младенец испытывает до того, как его «я» отделится от внешней действительности. Религиозное переживание, по мнению Фрейда, есть не что иное, как воспоминание об этом утраченном рае. Мы всю жизнь ищем возвращения в это состояние полной, совершенной защищённости — и находим его лишь в редкие мгновения: в молитве, в размышлении, в восторге, в любви.

Но философски важно не только то, что матка — это рай. Важно также и то, что это — тюрьма. В третьем триместре плод уже достаточно велик, чтобы ощущать тесноту своего жилища. Его движения ограничены стенками матки. Он не может распрямиться, не может вытянуться во весь рост. Он свернулся клубком, прижав колени к груди и склонив голову. Ему тесно, и эта теснота будет только нарастать, пока не запустит родовой процесс.

Здесь мы видим первое противоречие человеческого существования. Безопасность и свобода оказываются несовместимыми. Чтобы быть полностью защищённым, нужно пожертвовать свободой. Чтобы обрести свободу, нужно покинуть безопасное убежище. Этот спор будет сопровождать человека на всём протяжении жизни, принимая разные обличья: детство против взрослости, родительский дом про-

тив самостоятельной жизни, привычная работа против рискованного предприятия. Но впервые он проявляется именно здесь, в утробе, где рай и тюрьма — одно и то же.

## **2.2. Плацента — первый Другой: захватчик или сожитель?**

Теперь давайте обратимся к удивительному органу, который делает внутриутробную жизнь возможной, — к плаценте. Плацента — это единственный орган, который организм создаёт временно, для определённой задачи, и выбрасывает после использования. Она не принадлежит ни матери, ни плоду в полной мере — она образуется на границе между ними, из клеток обоих организмов. Это воплощённая граница, живой диалог между двумя существами.

Плацента выполняет множество задач. Она доставляет кислород и питательные вещества от матери к плоду. Она удаляет углекислый газ и отходы обмена веществ обратно. Она вырабатывает вещества-регуляторы, необходимые для поддержания беременности. Она работает как защитный барьер, не позволяя материнскому организму отторгнуть плод, который, строго говоря, является для него чужеродным — ведь половина его наследственного материала отцовская. Защитная система матери должна была бы атаковать плод, как атакует любой другой чужеродный объект, но плацента этого не допускает. Она — великий посредник, примиритель,

страж равновесия между двумя организмами, которые одновременно являются одним целым и двумя отдельными существами.

Теперь поставим философский вопрос: является ли плацента частью матери или частью плода? Биологический ответ: и тем и другим. Она состоит из тканей обоих организмов, и провести чёткую границу невозможно. Это означает, что в течение девяти месяцев беременности мать и плод не просто сосуществуют — они в прямом смысле прорастают друг в друга. Плод отправляет свои клетки в кровоток матери, и они могут сохраняться там десятилетиями после родов. Мать передаёт плоду не только питание, но и защитные тельца, вещества-регуляторы, даже частицы своих мельчайших спутников жизни. Граница между «я» и «не-я» размывается до почти полного исчезновения.

Это имеет прямое отношение к смыслу. Потому что один из главных вопросов человеческого существования — это вопрос о границах. Где заканчиваюсь я и начинается другой? Что такое моё «я» — нечто отдельное, обособленное, или оно всегда уже включает в себя других? Плацента — это первый урок на тему: твоё «я» с самого начала не было полностью твоим. Ты начался с союза, с сожительства, с прорастания одного существа в другое. Твоя самостоятельность — не исходное состояние, а приобретение, и притом приобретение никогда не полное.

Здесь можно было бы задаться вопросом: а не является ли

плод захватчиком? С биологической точки зрения, определение захватничества подходит: плод живёт за счёт средств матери, ничего не давая ей взамен. Более того, он деятельно вторгается в её организм — клетки внешнего слоя, из которых позже образуется плацента, в прямом смысле внедряются в стенку матки, разрушая покровную ткань и добираясь до кровеносных сосудов. Это вторжение, это захват, это заселение. Материнский организм вынужден защищаться от вторжения — и одновременно поддерживать захватчика. Некоторые биологи сравнивают плаценту с новообразованием, которое вышло из-под контроля, но было приручено эволюцией для полезных целей.

Однако слово «захватчик» в человеческом контексте звучит оскорбительно. Беременность — не болезнь, а правило. Плод — не враг, а продолжение рода. Поэтому правильнее говорить о сожительстве — обоюдовыгодном сосуществовании двух организмов. Плод получает жизнь, мать получает продолжение своего наследственного материала в будущих поколениях. С точки зрения эволюции — это выгодно обеим сторонам.

Но для учения о смысле здесь важен не столько биологический, сколько бытийный аспект. Плацента — это первый образ того, что значит быть связанным с другим. Эта связь — не выбор, а данность. Ты не решал, прикрепляться ли тебе к стенке матки и образовывать ли плаценту. Это произошло с тобой, как происходит дыхание или сердцебиение. Но

это произошло, и теперь ты навсегда связан с тем, кто дал тебе эту плаценту. Ты можешь отрицать эту связь, но ты не можешь её отменить. Она вписана в твоё тело, в твою историю, в сам факт твоего существования.

Эта тема — связь с матерью, невозможность полного отделения, вечная признательность и вечная обида — будет проходить через всю человеческую жизнь. Она будет звучать в кабинетах психологов, в любовных драмах, в семейных столкновениях. Но первый её звук прозвучал здесь, в плаценте, когда твои клетки и её клетки переплелись в единый орган, чтобы ты мог жить.

## **2.3. Чувственный опыт плода: прикосновение, звук, вкус материнской тревоги**

Долгое время считалось, что плод внутри матки лишён ощущений — что он пребывает в некоем подобии глубокого сна без сновидений, обособленный от внешнего мира. Современная наука опровергла это представление. Плод не только ощущает — он деятельно взаимодействует со своей средой, и его ощущения гораздо богаче, чем можно было предположить.

Осязание развивается первым из всех органов чувств. Уже на восьмой неделе зародышевого развития плод отвечает на прикосновение к области губ. К четырнадцатой неде-

ле он чувствует прикосновение почти по всей поверхности тела. К двадцатой неделе он начинает деятельно ощупывать своё собственное тело, стенки матки, пуповину. Он сосёт палец, трогает лицо, отталкивается ногами от стенок. Это — первый телесный разговор с действительностью, первый путь самопознания через прикосновение.

Вкус также доступен плоду. Околоплодная жидкость, в которой он плавает, имеет вкус, и этот вкус зависит от того, что ест мать. Если она употребляет чеснок, ваниль, морковь, анис, эти вкусы проникают в околоплодную жидкость. Плод заглатывает её, различает вкусы и даже образует предпочтения. Дети, чьи матери во время беременности пили много анисового чая, после рождения охотнее принимают бутылочку с анисовым вкусом. Первые вкусовые привычки закладываются ещё до рождения. Но философски важнее другое: вкус материнской пищи — это первое знакомство с культурной средой, в которую предстоит войти ребёнку. Ещё не родившись, он уже приобщается к кухне своего народа.

Слух плода — это, пожалуй, самое изученное из внутриутробных чувств. Примерно с двадцать пятой недели плод слышит. Он слышит в первую очередь внутренние звуки материнского тела: стук сердца, ток крови по сосудам, волнообразные сокращения кишечника, дыхание. Эти звуки создают постоянный, ритмичный фон, который, вероятно, является первым музыкальным опытом человека. Сердцебиение матери — ритм с частотой около семидесяти ударов в

минуту — становится первым метрономом, первой основой, под которую настраивается слуховая система.

Но плод слышит и внешние звуки. Голос матери доходит до него отчётливее всего, потому что он передаётся не только через воздух, но и через колебания её тканей. Исследования показывают, что новорождённые предпочитают голос матери всем другим голосам — они узнают его, потому что слышали его девять месяцев. Они также узнают мелодии, которые мать часто слушала или напевала во время беременности. Один опыт показал, что младенцы, чьи матери смотрели определённый телесериал во время беременности, после рождения успокаивались, когда слышали музыкальную заставку из этого сериала.

Что это означает для учения о смысле? Это означает, что смысловой мир человека начинает складываться до рождения. Голос матери, её звуковые оттенки, ритм её речи, мелодии, которые она напевает, — всё это составляет первичный культурный груз, который плод впитывает в прямом смысле с околоплодной жидкостью. Ещё не имея сознания в полном смысле слова, он уже погружён в смысловую среду — среду, наполненную звуками, вкусами, осязательными ощущениями, каждое из которых что-то значит.

Но самый поразительный и, возможно, самый тревожный аспект внутриутробного опыта — это передача материнских чувств. Когда мать испытывает напряжение, её надпочечники выделяют особое вещество — кортизол. Кортизол про-

никает через плаценту в кровоток плода. Длительный высокий уровень кортизола влияет на развитие мозга плода, на образование его собственной системы отклика на напряжение. Ребёнок, чья мать пережила сильное и продолжительное напряжение во время беременности, рождается с более чувствительной, легче возбудимой системой отклика на угрозы. Его мозг уже настроен на то, что мир — опасное место.

Это не окончательно. Послеродовой опыт — забота, любовь, устойчивость — может возместить внутриутробное напряжение. Но сам факт глубок: душевное состояние матери становится частью жизнеописания плода. Её тревога становится его тревогой. Её радость — его радостью. Ещё не родившись, человек уже вписан в душевный контекст своей будущей жизни. И это поднимает сложные вопросы о свободе и предопределённости: если мой исходный уровень тревожности был задан веществами матери, в какой мере я являюсь творцом своей жизни?

Ответ, как всегда, не однозначен. С одной стороны, влияние внутриутробной среды накладывает ограничения. С другой стороны, осознание этих ограничений даёт возможность с ними работать. Человек может осознать свою повышенную тревожность, понять её истоки и научиться управлять ею. Свобода — не отсутствие влияний, а способность осмысливать их и выстраивать свою жизнь с учётом этих знаний.

## **2.4. Сон без сновидений? Прото-сознание и споры о начале личности**

Теперь мы подходим к одному из самых трудных и самых спорных вопросов всей этой главы: существует ли у плода сознание? Если да — то с какого срока? И если нет — то что происходит в его мозге на протяжении девяти месяцев внутриутробного развития?

Честно скажу сразу: окончательного ответа на этот вопрос нет. Нейрофилософы, неврологи, исследователи сознания ведут ожесточённые споры, и каждая сторона имеет свои доводы. Но для наших целей — для исследования смысла жизни — этот вопрос важен не столько в своём окончательном решении, сколько в самом своём существовании. Потому что от того, как мы отвечаем на него, зависит, где именно на оси времени мы помещаем начало осмысленного существования.

Одна позиция состоит в том, что сознание требует определённого уровня развития коры головного мозга и, главное, определённого вида связей между нервными клетками, которых у плода ещё нет. Кора больших полушарий начинает складываться довольно рано, но связи между нейронами, синапсы, достигли той плотности и сложности, которые предположительно необходимы для сознания, только ближе к концу беременности. Некоторые исследователи утвержда-

ют, что сознание возникает лишь в миг рождения или даже после него. До этого мозг плода работает в «растительном режиме» — поддерживает жизненные отправления, обрабатывает чувственную информацию, но не порождает личного переживания.

Другая позиция указывает на то, что плод показывает поведение, которое трудно объяснить без предположения о некой форме сознания. Он отзывается на побуждения, он обучается, он различает знакомые и незнакомые голоса, он даже, по-видимому, испытывает нечто похожее на чувства. На поздних сроках у плода наблюдаются повторяющиеся смены сна и бодрствования, включая фазу быстрого сна, которая у взрослых связана со сновидениями. Если плод видит сны — значит, у него есть некая форма внутренней душевной жизни.

Третья позиция, которую я считаю наиболее философски плодотворной, говорит: возможно, сам вопрос поставлен неверно. Мы пытаемся найти миг, когда сознание «включается», как лампочка, — но, возможно, оно не включается, а постепенно вызревает, подобно тому как вызревает плод в целом. Нет одного мгновения, когда «ещё нет» сменяется на «уже есть». Есть непрерывность, переход, постепенное усложнение нервной деятельности, которое рано или поздно достигает порога, за которым мы, сторонние наблюдатели, готовы признать наличие сознания.

Для учения о смысле жизни это означает, что наше осмыс-

ленное существование не имеет чёткой точки начала, которую можно было бы указать на календаре. Оно вырастает из до-сознательного, тёмного, до-смыслового существования, подобно тому как дерево вырастает из семени. Семя — ещё не дерево, но оно уже содержит в себе его возможность. Так и плод — ещё не личность, но он уже содержит в себе её возможность.

Я предлагаю использовать здесь понятие «прото-сознание». Прото-сознание — это не сознание в полном смысле, но и не полное его отсутствие. Это состояние, в котором чувственные ощущения уже есть, но ещё не объединены в единое «я». Это похоже на то, как если бы большой оркестр настраивал инструменты: каждый инструмент уже звучит, но единой мелодии ещё нет. Прото-сознание плода — это настройка инструментов, приготовление к тому мгновению, когда родится слушатель, способный воспринять симфонию мира как целое.

## **2.5. Первичное повествование: жизнь плода как сюжет стремительного развития**

Если посмотреть на внутриутробное развитие с точки зрения повествования, то перед нами разворачивается один из самых захватывающих сюжетов, какие только можно вообразить. За девять месяцев из одной-единственной клетки,

зиготы, развивается сложнейший организм, состоящий из десятков триллионов клеток, объединённых в ткани, органы, системы. С точки зрения биологии, беременность — это сжатая история развития жизни: зародыш повторяет в своём развитии ступени, которые жизнь на Земле проходила за миллиарды лет. Он проходит путь от одноклеточного существа к многоклеточному пузырьку, от пузырька к зачатку с нервной трубкой, от зачатка к зародышу с жаберными щелями и хвостом, от зародыша к плоду, у которого уже есть человеческое лицо, пальцы, мозг.

Этот сюжет имеет чёткую последовательность. Первое действие — зачатие и дробление зиготы, образование зародышевого пузырька, внедрение в стенку матки. Второе действие — образование зародышевых листков, из которых разовьются все органы и ткани: наружный листок даст начало нервной системе и коже, средний — мышцам, костям, кровеносной системе, внутренний — пищеварительной системе и лёгким. Третье действие — образование органов, складывание сердца, лёгких, печени, почек, мозга, конечностей. Четвёртое действие — стремительный рост, созревание, набор массы, приготовление к жизни снаружи.

Но самое удивительное в этом сюжете — его безошибочная направленность. Никто не приказывает клеткам, никто не рассылает им указаний. Каждая клетка «знает», что ей делать, потому что в её ядре закодирована схема, и эта схема разворачивается с точностью часового механизма. Эта схема

настолько надёжна, что в большинстве случаев срабатывает без перебоев — и на свет появляется здоровый ребёнок.

Можно ли назвать эту схему «смыслом»? С точки зрения биологии, да. Смысл развития плода — стать жизнеспособным организмом, готовым к самостоятельному существованию. Это — та же логика, которую мы видели на стадии зиготы, но теперь развёрнутая во времени. Прото-смысл становится всё более определённым, оформленным, приближающимся к тому, что мы позже назовём полноценным смыслом жизни.

Но есть здесь и другой аспект, который меня как мыслителя особенно занимает. Сюжет внутриутробного развития — это сюжет без зрителя, без того, кто мог бы его осознать и оценить. Плод не знает, что он развивается. У него нет самосознания, нет памяти, нет способности сказать: «Вот, я расту, я становлюсь человеком». Его жизнь — это чистое движение, чистое становление, которое впервые будет увидено и осмыслено только после его завершения — когда родится тот, кто сможет оглянуться назад и сказать: «Это был я».

В этом — коренная неравномерность человеческого существования. Мы можем знать о своём прошлом только оглядываясь назад. Мы никогда не знаем себя в настоящем так, как узнаем потом, оборачиваясь на пройденный путь. И это верно не только для внутриутробного времени, но и для всей жизни. Смысл события становится ясен не тогда, когда событие происходит, а тогда, когда оно встраивается в более

широкое повествование.

Итак, первая часть нашего путешествия завершается. Мы прошли путь от зачатия до границы рождения. Мы увидели, что смысл не падает с неба готовым, а вызревает вместе с организмом, проходя ступени от прото-смысла зиготы до прото-сознания плода. И теперь мы стоим на пороге величайшего перехода — рождения, когда всё меняется в корне и безвозвратно. Когда погружённость сменяется выходом вовне, покой — движением, тьма — светом, безмолвие — криком. Об этом — следующая глава.

## **Краткие выводы по главе**

Матка — это первый космос человека, опыт абсолютной погружённости и защищённости.

Плацента — символ неразрывной связи с Другим, которая предшествует любой самостоятельности.

Плод обладает богатым чувственным опытом: осязание, вкус, слух — всё это формируется до рождения.

Душевное состояние матери передаётся плоду и влияет на его будущую нервную систему.

Сознание не «включается» в один момент, а вызревает постепенно — от прото-сознания к полноценному «я».

# Практика

Воображение внутриутробного опыта

Закройте глаза и попробуйте представить, каково это — быть в тёплой, тёмной, жидкой среде, слышать ровный стук сердца, ощущать покачивание. Что вы чувствуете? Какие образы возникают? Не пытайтесь анализировать — просто позвольте себе это переживание.

Размышление о связи с матерью

Подумайте о вашей матери. Вы были частью её тела девять месяцев. Вы чувствовали её настроение, слышали её голос, питались её кровью. Как это осознание меняет ваше отношение к ней?

Исследование своих глубинных ощущений

Вспомните ситуации, когда вы испытывали чувство полной защищённости, растворения в чём-то большем. Может быть, это было в детстве, в объятиях близкого человека, в созерцании природы. Попробуйте связать это ощущение с тем первичным опытом внутриутробного покоя.

# **Глава 3. Роды: первый экзистенциальный кризис**

## **3.1. Изгнание из рая: рождение как всеобщая травма и её философские толкования**

В жизни каждого человека есть событие, которое он не помнит, но которое оставляет отпечаток на всём его существовании. Это событие — рождение. Сколько бы мы ни расспрашивали свою память, сколько бы ни погружались в глубины самоанализа, мы никогда не восстановим в подробностях тот миг, когда наше тело проходило через родовый канал, сжимаемое невероятной силой, выталкиваемое из тепла и темноты в холод и свет. И однако же многие мыслители, психологи и врачи утверждают, что этот миг — ключевой, что он задаёт основу всех последующих кризисов, всех расставаний, всех новых начинаний.

Отто Ранк, ученик Фрейда, был, пожалуй, первым, кто поставил рождение в средоточие психологической теории. В своей книге «Травма рождения», вышедшей в 1924 году, он утверждал, что рождение — это первичная травма, образец всех последующих тревог. Отделение от матери, раз-

рыв биологической связи, переход от бездеятельного существования к деятельному, от совершенной защищённости к совершенной уязвимости — всё это оставляет в душевном строе след, который никогда не заживает полностью. Вся человеческая жизнь, по Ранку, есть попытка справиться с этой первичной травмой, и всякое деяние творчества, всякое достижение, всякая любовь суть не что иное, как попытка восстановить утраченное единство.

Фрейд признавал важность родовой травмы, но отводил ей всё же второстепенную роль по сравнению с отцовско-материнским соперничеством. Однако даже он не мог отрицать очевидного: рождение — это миг, когда человек впервые сталкивается с миром как с чем-то чуждым, неподатливым, противящимся. В утробе потребности удовлетворялись сами собой. После рождения за удовлетворением потребностей нужно бороться. Крик — первое орудие этой борьбы.

Станислав Гроф, основатель трансперсональной психологии, пошёл ещё дальше. На основе многолетних наблюдений за пациентами в изменённых состояниях сознания он разработал понятие «перинатальных матриц» — четырёх ступеней родов, каждая из которых, по его мнению, отпечатывается в душевном строе и образует исходные образцы восприятия мира.

Первая матрица — внутриутробное существование до начала родов. Если беременность протекала благополучно, эта матрица связана с переживаниями вселенского единства,

безбрежного покоя, растворения в океане бытия. Это то самое океаническое чувство, о котором говорил Фрейд и по которому человек будет тосковать на протяжении всей жизни.

Вторая матрица — начало родовой деятельности, когда схватки уже идут, но шейка матки ещё не раскрылась, выхода нет. Это переживание безвыходного ужаса, клаустрофобии, всепоглощающей тревоги и безнадёжности. Человек, застрявший в этой матрице, видит мир как темницу, существование как муку, будущее как чёрную дыру.

Третья матрица — прохождение через родовой канал, когда выход уже открыт, но движение требует гигантских усилий, борьбы, преодоления сопротивления. Это первообраз борьбы, порыва, воли к жизни. С ней связаны переживания титанической битвы, телесного восторга, буйного неистовства. Человек, находящийся под влиянием этой матрицы, воспринимает жизнь как поле битвы, где нужно драться, прорываться, побеждать.

Четвёртая матрица — собственно рождение, выход наружу, первый вдох. Это переживание освобождения, катарсиса, нового начала. С ней связаны образы воскресения, возрождения, торжества после долгих страданий. Человек, усвоивший эту матрицу, способен начинать заново, оставлять прошлое позади, видеть в конце тоннеля свет.

Противники Грофа указывают на недостаток эмпирических подтверждений его теории. Но для мыслителя важнее

другое: мысль о перинатальных матрицах предлагает нам рассматривать рождение не как единичный миг, а как развивающийся во времени процесс, имеющий свою драматургию. И эта драматургия поразительно напоминает строение многих великих сказаний: рай, грехопадение, изгнание, борьба, искупление.

В самом деле, если вдуматься, история рождения — это история любого значительного человеческого свершения. Сначала — пора подготовки, вынашивания мысли, замысла, дитяти. Затем — нарастающее напряжение, ощущение, что дальше так продолжаться не может, что нужен выход. Затем — мучительный переход, когда старое уже рушится, а новое ещё не наступило. И наконец — разрешение, прорыв, начало новой жизни.

Рождение — это первообраз кризиса, но кризиса в изначальном, греческом смысле слова. «Кризис» по-гречески означает «решение», «поворотная точка». Это не просто бедствие, это миг, когда решается участь. И первое такое решение в нашей жизни — это рождение.

## **3.2. Сжатие, удушье, свет: опыт прохождения через родовой канал**

Теперь попробуем представить себе, что именно переживает плод в ходе родов. Конечно, мы не можем знать этого наверняка. Плод не оставляет воспоминаний. Но мы можем

восстановить его опыт на основе телесных данных и на основе того, что рассказывают взрослые люди, пережившие состояния, близкие к рождению, — например, при особом дыхании или под воздействием некоторых веществ.

Первое, что ощущает плод, когда начинаются схватки, — это давление. Стенки матки, которые раньше были мягкими и податливыми, внезапно становятся жёсткими. Они сжимаются с огромной силой, и это сжатие не имеет подобий в предыдущем опыте плода. До этого он знал только лёгкие прикосновения — собственные движения, поглаживания материнского живота снаружи, плавное покачивание в лад материнской походке. Теперь же его сдавливают, сжимают, выталкивают. Это первое в жизни насилие, и оно исходит от того самого мира, который раньше был источником покоя и безопасности.

Второе — это удушье. Во время схваток кровотоки через плаценту частично пережимаются, поступление кислорода уменьшается. Плод испытывает то, что во врачебном деле называется гипоксией. Это чувство знакомо каждому, кто когда-нибудь надолго задерживал дыхание или оказывался в душном помещении. Но для плода это чувство ново и, вероятно, ужасно. Он не знает, что это временно, что скоро он сделает первый вдох и наполнит лёгкие воздухом. Он знает только, что задыхается, и это — его первая встреча со смертью.

Третье — это движение. Плод, который девять месяцев

провёл в относительной неподвижности, теперь проталкивается через узкий канал, извиваясь, поворачиваясь, протискиваясь. Его голова сжимается, кости черепа заходят друг на друга, чтобы уменьшить поперечник. Его позвоночник изгибается. Его конечности прижаты к телу. Движение это не деятельное — плод не сам ползёт по родовому каналу, его выталкивают. Это пассивное движение, похожее на падение, на спуск по некоему ходу, из которого нет возврата.

Четвёртое — это свет. После девяти месяцев полной темноты — сначала полумрак, затем яркий, режущий глаза свет родильной комнаты. Даже если врачи приглушают освещение, для привыкшего к совершенной темноте плода любой свет — это потрясение. В Книге Бытия сказано: «Да будет свет». И стал свет. Для рождающегося человека это — не иносказание, а прямой опыт. Свет появляется впервые, и он ослепляет.

Пятое — это холод. Температура в родильной комнате обычно около двадцати двух — двадцати четырёх градусов. Разница с внутриутробной средой составляет более двенадцати градусов. Для новорождённого это всё равно что для взрослого человека внезапно оказаться голым на морозе. Холод побуждает первый вдох, и это оправдано с точки зрения развития, но лично это, вероятно, крайне неприятный опыт.

Шестое — это звук. Из приглушённого, ритмичного мира материнского тела новорождённый попадает в мир громких, резких, незнакомых звуков. Голоса врачей, звон орудий,

крики матери, звук шагов, хлопанье дверей — всё это обрушивается на нежные, никогда не слышавшие ничего подобного уши.

Седьмое — это прикосновение. Первое прикосновение чужих рук, холодных перчаток, грубой ткани, металла весов. После мягкой, тёплой, жидкой среды любое прикосновение ощущается как грубое, почти враждебное.

Всё это вместе составляет то, что можно назвать первым экзистенциальным потрясением. Мир, который до этого был предсказуемым, устойчивым и заботливым, внезапно становится беспорядочным, враждебным и безразличным. Это — первое крушение надежд, первое разочарование, первая травма.

И в то же время — это первое приключение, первый подвиг, первое преодоление. Рождение — это не только пассивное страдание, но и активное участие. Плод выделяет гормоны стресса, которые помогают ему собраться с силами. Его надпочечники выбрасывают в кровь возбуждающие вещества, подготавливая организм к борьбе за жизнь. Его лёгкие впервые расправляются и делают первый вдох. Его кровеносная система перестраивается, закрывая зародышевые обходы и открывая новые пути кровотока. Это — сложнейшая телесная работа, и плод выполняет её.

Так что рождение — это не просто переход из точки А в точку Б. Это первая в жизни ситуация, когда человек одновременно является и страдающим существом, на которое

воздействуют внешние силы, и деятельным лицом, которое борется за свою жизнь. Эта двойственность — пассивность и активность, страдание и действие, жертва и герой — будет сопровождать его на всём протяжении жизни, и впервые она проявляется именно здесь.

### **3.3. Первый вдох: обретение лёгких как обретение отдельности**

Среди всех событий, составляющих процесс рождения, одно выделяется особо. Это первый вдох.

До рождения плод не дышит лёгкими. Его лёгкие заполнены жидкостью, и кислород поступает к нему через плаценту и пуповину — он «дышит» кровью матери. Но в миг рождения эта связь мгновенно отключается. Как только пуповина пережата или перерезана, уровень углекислого газа в крови новорождённого резко возрастает, что побуждает дыхательный центр в продолговатом мозге. И тогда происходит чудо: лёгкие, которые никогда не использовались по назначению, расправляются, жидкость из них вытесняется, и первый в жизни вдох наполняет их воздухом.

Первый вдох — это самое резкое изменение в жизнедеятельности человека за всю его жизнь, более резкое, чем любой последующий переход, включая половое созревание и старение. За считанные секунды кровообращение перестраивается с плацентарного на лёгочное, и организм, который

только что был водным существом, становится существом воздушным.

С философской точки зрения, первый вдох — это деяние обретения отдельности. Пока плод соединён с матерью пуповиной, он — часть её тела, продолжение её организма, даже если наследственно он неповторим. Но как только пуповина перерезана и лёгкие заработали, он становится отдельным существом. Теперь он должен сам дышать, сам питаться, сам управлять температурой тела. Теперь он — индивид, неделимый, отдельный.

Дыхание — это, возможно, самый коренной ритм жизни. Мы дышим, не замечая этого, но стоит дыханию остановиться — и жизнь прекращается. Дыхание — это граница между «я» и «не-я»: с каждым вдохом я впускаю в себя мир, с каждым выдохом я отдаю часть себя миру. Это постоянный обмен, постоянная связь, постоянное напоминание о том, что я существую только в связи с внешней средой.

Любопытно, что во многих языках слова, обозначающие дыхание, родственны словам, обозначающим душу. Русское «душа» — от «дыхание». Латинское «анима» — от греческого «анемос», «ветер». Древнееврейское «руах» означает одновременно «дыхание», «ветер» и «дух». Первый вдох — это не просто телесный акт, это миг, когда в тело входит душа. Не в прямом, религиозном смысле (хотя и в нём тоже), а в смысле обретения той искры, которая делает тело живым.

В практике восточных созерцательных упражнений дыха-

ние занимает центральное место. Наблюдение за дыханием — это способ замедлить ум, войти в контакт с телом, ощутить своё присутствие в настоящем мгновении. Первый вдох — это первое «здесь и сейчас», первый миг полного, всецелого присутствия в собственном теле.

Но первый вдох — это также и первый крик. Новорождённый не просто вдыхает — он кричит. И крик этот — не просто рефлекс, не просто телесный отклик на расправление лёгких. Это первое обращение к миру, первая коммуникация, первое «я здесь».

### **3.4. Перерезание пуповины: первый акт насильственного отделения и свободы**

В современном родовспоможении перерезание пуповины — обычная процедура, занимающая считанные секунды. Акушерка накладывает два зажима, проводит между ними стерильными ножницами, и связь, которая девять месяцев была для плода источником жизни, прекращает своё существование. Оставшийся отрезок пуповины со временем высыхает и отпадает, оставляя на животе рубец, который мы называем пупком, — единственный рубец, который есть у каждого человека, своего рода знак принадлежности к человеческому роду.

Но давайте на мгновение задумаемся о философском значении этого действия. Пуповина — это не просто трубка,

по которой течёт кровь. Это знак связи, зависимости, принадлежности. Пока она цела, ребёнок остаётся частью матери — даже выйдя из родового канала, даже сделав первый вдох. В некоторых традиционных культурах пуповину не перерезают сразу, а ждут, пока она перестанет пульсировать, давая ребёнку возможность получить всю оставшуюся в плаценте кровь. В ещё более редких случаях практикуются так называемые лotosовые роды, когда плаценту оставляют при ребёнке до её естественного высыхания и отделения. Но в подавляющем большинстве случаев пуповину перерезают быстро и решительно.

Это — первый акт разделения, совершаемый извне. Ребёнок не решает сам отделиться от матери. Это решение принимают за него. Врач, акушерка, отец — кто-то сторонний берёт ножницы и разрывает телесную связь. И в этом есть глубокая философская ирония: первый шаг к свободе совершается не свободным существом, а внешней силой. Ты становишься отдельным не потому, что захотел этого, а потому, что тебя отделили.

Жан-Поль Сартр писал, что человек «приговорён к свободе». Мы не выбираем родиться, мы не выбираем, у каких родителей родиться, мы не выбираем даже миг нашего отделения от матери. Но как только отделение произошло, мы становимся ответственными за всё, что делаем дальше. Свобода — это не подарок, а бремя, и перерезание пуповины — это первый миг, когда это бремя на нас возлагается.

Однако в перерезании пуповины есть и другая сторона. Это — акт насилия, но насилия необходимого. Если пуповину не перерезать, ребёнок не сможет жить самостоятельно. Отделение — это условие жизни. Это верно не только для рождения, но и для всех последующих актов взросления. Чтобы ребёнок вырос, родители должны его отпустить. Чтобы ученик стал мастером, он должен покинуть учителя. Чтобы новая мысль родилась, старая должна быть отброшена. Отделение болезненно, но без него нет развития.

Пупок, оставшийся на месте перерезанной пуповины, — это своего рода памятник этому первому разъединению. Он всегда с нами. Мы не видим его, не думаем о нём, но он есть — маленькое углубление или выпуклость на животе, напоминание о том, что когда-то мы были связаны с другим человеком неразрывной телесной связью. Это самая сокровенная часть нашего тела, и одновременно — самая всеобщая. У всех людей есть пупок. У Адама, гласит предание, пупка не было, потому что он не был рождён, а был сотворён. Но все мы, потомки Адама по плоти, носим этот знак нашего животного, телесного, зависимого происхождения.

### **3.5. Крик: провозглашение себя миру**

И вот ребёнок отделён, пуповина перерезана, лёгкие работают. Он лежит на груди матери или на родильном столике, мокрый, сморщенный, с припухшим от прохождения че-

рез родовой канал лицом, и кричит. Его крик — первое проявление себя вовне, первая заявка на существование, первое «я есть».

Крик новорождённого изучали многие: акушеры, неонатологи, лингвисты, психологи. С точки зрения физиологии, крик — это просто выдох через сомкнутые голосовые связки, рефлекторный отклик на расправление лёгких и изменение кровообращения. Но с точки зрения философии, крик — это нечто гораздо большее. Это первый акт самовыражения, первое обращение к Другому.

Любопытно, что крик новорождённого — это ещё не речь, но уже и не просто звук. Он занимает промежуточное положение между телесным знаком и коммуникативным актом. Ребёнок кричит не для того, чтобы сообщить что-то определённое, — у него ещё нет намерения, нет адресата, нет содержания сообщения. Но его крик уже имеет смысл для тех, кто его слышит. Мать, услышав крик своего новорождённого, узнаёт его среди тысяч других криков. Этот звук вызывает у неё мощнейший физиологический отклик: выбрасывается окситоцин, гормон привязанности и любви, который стимулирует молокоотдачу, сокращение матки, материнское поведение. Крик — это первый диалог матери и ребёнка, даже если ребёнок пока не знает, что участвует в диалоге.

С возрастом крик сменяется плачем, потом гулением, потом лепетом, потом словами. Но каждый последующий шаг речевого развития вырастает из этого первого крика. Это —

корень всей будущей коммуникации, всей будущей культуры, всей будущей способности человека выражать свои мысли и чувства. Человек — существо говорящее, но прежде чем заговорить, он кричит.

Крик новорождённого имеет и ещё одно, более мрачное измерение. Это — крик боли. Рождение — болезненный процесс не только для матери, но и для ребёнка. Сжатие черепа, гипоксия, резкая смена среды, холод, свет, прикосновения — всё это, вероятно, вызывает страдание. И крик — это первый отклик на страдание, первый протест против мира, который встречает новорождённого не лаской, а насилием.

Артур Шопенгауэр, великий философ-пессимист, считал крик новорождённого подтверждением того, что жизнь есть страдание. «Едва появившись на свет, младенец кричит, — писал он. — Почему? Потому что само рождение — это переход из небытия в бытие, а бытие есть страдание». И действительно, если задуматься, первый акт нашего существования — это не улыбка, не радость, не покой, а крик. Мы входим в мир с криком боли и ужаса.

Но можно посмотреть на это и иначе. Крик — это не только боль, но и утверждение жизни. Мёртвый ребёнок не кричит. Крик — это первый признак того, что ребёнок жив, что его лёгкие работают, что его нервная система отправляет сигнал, что он откликается на стимулы. В этом смысле крик — это победа жизни над смертью, первый акт жизне-

утверждения. Да, мир встречает нас враждебно, но мы отвечаем ему криком — мы заявляем о себе, мы отказываемся молчать, мы требуем внимания, мы кричим так громко, как только можем.

Более того, крик — это первый опыт воздействия на мир. Ребёнок кричит — и мир отзывается. Мать берёт его на руки, прикладывает к груди, согревает, успокаивает. Это — первый опыт того, что твой крик имеет силу, что ты можешь влиять на действительность, что мир не просто безразличен к тебе, а отвечает. Из этого опыта вырастет базовое доверие к миру, способность добиваться своего, вера в то, что твои действия имеют смысл.

Итак, рождение — это событие, которое мы не помним, но которое помнит нас. Оно отпечаталось в нашем теле, в нашей нервной системе, в наших глубинных психических структурах. Мы пришли в этот мир через сжатие, удушье, боль и холод. Мы были изгнаны из рая матки и брошены в чуждый, враждебный мир. Мы были насильственно отделены от матери и обречены на свободу. Мы закричали — и мир ответил нам.

Это — первый экзистенциальный кризис, и от того, как он был пройден, зависит очень многое в последующей жизни. Но кризис этот — только начало. Впереди — младенчество, когда смысл будет впервые проживаться без оглядки, прямо, как игра, как чистое переживание. Об этом — следующая глава.

## **Краткие выводы по главе**

Рождение — это первая травма и первый экзистенциальный кризис, который задаёт основу для всех последующих переживаний.

Перинатальные матрицы (по Грофу) — это архетипические паттерны, которые влияют на восприятие мира в течение всей жизни.

Первый вдох — это акт обретения отдельности и первое «здесь и сейчас».

Перерезание пуповины — символический акт насильственного отделения, который одновременно является условием свободы.

Крик новорождённого — это первое сообщение миру и первый опыт влияния на действительность.

## **Практика**

Анализ собственного опыта рождения

Поговорите с матерью о вашем рождении. Как оно проходило? Было ли оно естественным или с медицинским вмешательством? Как вы чувствовали себя в первые минуты, часы, дни жизни? Даже если вы не помните, вы можете узнать что-то важное о себе.

Медитация на тему «выхода»

Представьте, что вы проходите через тёмный тоннель к свету. Что вы чувствуете? Страх? Облегчение? Волнение? Позвольте этим чувствам быть. Это упражнение помогает пережить символическое перерождение.

### Работа с дыханием

Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов. Осознайте, как воздух входит в ваши лёгкие и покидает их. Каждый вдох — это маленькое рождение. Каждый выдох — маленькая смерть. Научитесь ценить это чудо, которое происходит с вами каждое мгновение.

# **Глава 4. Младенчество: смысл как чистое присутствие**

## **4.1. Мир как океан ощущений: восприятие до разделения на предметы**

Итак, человек родился. Он прошёл через сжатие, удушье, холод и свет. Он закричал, и его крик был услышан. Пуповина перерезана, связь с материнским организмом разорвана на телесном уровне, но на уровне психическом она только начинает перестраиваться в новый вид. Мы вступаем в младенчество — пору, которая продлится от рождения до примерно полутора-двух лет и которая в философском смысле является, возможно, самой трудной для осмысления. Ибо как описать опыт того, кто ещё не говорит, не размышляет, не имеет самосознания в нашем взрослом понимании?

Психология младенчества проделала огромный путь за последние сто лет. Если Фрейд и Пиаже видели в младенце скорее пассивное, слитное с матерью существо, не отличающее себя от мира, то современные исследования показывают, что младенец — это активный, познающий, социальный организм, обладающий поразительными способностями к различению, обучению и социальному взаимодействию

с первых дней жизни. Но для учения о смысле важнее не столько перечень этих способностей, сколько понимание того, как именно младенец проживает свою жизнь, пока ещё не задаваясь вопросом о её смысле.

Первое, что нужно понять о младенческом опыте, — это его цельность. Взрослый человек воспринимает мир разделённым: вот здесь я, здесь стол, здесь окно, здесь голос друга. Мы выделяем предметы, даём им имена, соотносим их друг с другом. Младенец же, особенно в первые месяцы жизни, воспринимает мир как единый поток ощущений, в котором ещё не проведены границы между «я» и «не-я», между одним предметом и другим, между звуком и цветом, между прикосновением и вкусом.

Это состояние иногда называют синкретическим восприятием. Синкретичность — это неразделённость. Младенец не видит «лицо матери» как отдельный предмет — он переживает целое ощущений, в которое входит и зрительный образ, и запах, и звук голоса, и тепло кожи, и вкус молока. Всё это — единое, нераздельное переживание, которое постепенно, месяцами, будет распадаться на отдельные модальности чувств.

Взрослому трудно вообразить такое состояние. Мы привыкли к тому, что мир состоит из вещей. Но младенец ещё не знает, что такое «вещь». Он живёт в мире свойств, а не предметов. Мир для него — это светлое и тёмное, тёплое и холодное, сладкое и горькое, мягкое и твёрдое, приятное и

неприятное. Это — мир явлений, рай или мука, в зависимости от того, преобладают ли приятные ощущения над неприятными.

В философии это состояние описывалось как «чистый опыт» — опыт, ещё не обработанный категориальными схемами рассудка. Американский философ Уильям Джеймс говорил о «великом, цветущем, жужжащем смешении», каким мир предстаёт младенцу. Это — реальность в её сыром, необработанном виде, реальность до того, как мы наложили на неё сетку понятий и слов.

Какое отношение это имеет к смыслу? Самое прямое. Взрослый ищет смысл жизни как некую мысль, понятие, словесную формулировку. Он хочет, чтобы ему сказали словами, зачем он живёт. Но младенец показывает нам другую возможность: смысл может быть не высказан, а прожит. Смысл может быть не в мысли, а в самом качестве переживания. Приятное ощущение — это не инструмент для достижения цели, а самоцель. Тепло материнских рук, вкус молока, мягкость одеяла — это и есть смысл младенческой жизни, хотя младенец никогда не назовёт его смыслом и даже не подумает о нём в этих категориях.

Это, возможно, одно из самых глубоких философских открытий, которое мы можем сделать, наблюдая за младенцем: смысл не обязательно должен быть осмыслен, чтобы существовать. Более того, возможно, что размышление не усиливает смысл, а скорее ослабляет его, вынимает из прямо-

го переживания и превращает в абстракцию. Младенец не знает, что его жизнь имеет смысл, — и именно поэтому она его имеет. Он просто живёт, и в этом простом проживании заключена полнота, которую взрослый, обременённый размышлением, тщетно пытается вернуть.

## **4.2. Лицо матери как первое зеркало: узнавание себя через Другого**

Среди всех ощущений, которые обрушиваются на младенца, одно занимает совершенно особое место. Это — лицо матери. Или, говоря шире, лицо заботящегося взрослого, того, кто ухаживает за ребёнком, кормит его, держит на руках, разговаривает с ним. В большинстве случаев это мать, и для простоты я буду говорить именно о ней, хотя всё сказанное относится к любому человеку, выполняющему эту роль.

Новорождённый видит не очень хорошо. Его зрение ещё несовершенно: он различает свет и тень, очертания и крупные детали, но не тонкие черты. Однако эволюция позаботилась о том, чтобы одно расстояние было для него наилучшим — около двадцати-двадцати пяти сантиметров. Это как раз то расстояние, на котором находится лицо матери, когда она держит ребёнка на руках и кормит его грудью. Природа настроила зрение младенца так, чтобы он видел в первую очередь того, кто о нём заботится.

И младенец действительно смотрит. Он вглядывается в

лицо матери с поразительной для такого беспомощного существа внимательностью. Он изучает её глаза, её рот, её выражение. Он откликается на её улыбку, на её нахмуренные брови, на её поднятые в изумлении дуги. Задолго до того, как он научится узнавать себя в зеркале, он узнаёт себя в материнском лице.

Французский психоаналитик Жак Лакан предложил понятие «стадии зеркала» — момента, когда ребёнок впервые узнаёт себя в отражении и формирует своё «я». Но Лакан говорил о возрасте около шести-восемнадцати месяцев, когда ребёнок действительно видит себя в зеркале и понимает, что это — он. Однако ещё до этого, с самого рождения, существует другое зеркало — лицо матери. Мать смотрит на ребёнка — и её лицо отражает его состояние. Ребёнок улыбается — мать улыбается в ответ. Ребёнок хмурится — мать озабоченно склоняется над ним. Ребёнок плачет — лицо матери выражает тревогу и желание утешить.

Это взаимное отражение — первый опыт того, что психологи называют ментализацией, то есть способности понимать, что у другого человека есть внутренний мир, мысли и чувства. Мать не просто откликается на поведение ребёнка — она угадывает за поведением психическое состояние. Она говорит: «Ты проголодался?», «Тебе больно?», «Ты испугался?». Она даёт его переживаниям имена, и в этом акте называния рождается будущая способность ребёнка понимать самого себя.

В философском смысле это означает, что наше самосознание с самого начала социально. Мы узнаём себя не через самоанализ, не через заглядывание внутрь, а через Другого. Мать — это первое зеркало, в котором мы видим себя. Её отклик на нас — это первый ответ на вопрос «Кто я?». Если мать смотрит на меня с любовью, значит, я достоин любви. Если мать пугается моего крика, значит, мой крик имеет силу. Если мать радуется моей улыбке, значит, моя улыбка — это дар.

Смысл жизни здесь ещё не высказан, но он уже дан в зачатке. Смысл — это то, что отражается в глазах Другого. Я существую, потому что на меня смотрят. Я важен, потому что обо мне заботятся. Я хорош, потому что мне улыбаются. Это — основа, на которой позже будет построено всё здание самосознания, самооценки, жизненных целей. И если эта основа повреждена — если мать смотрит на ребёнка с безразличием, страхом, отвращением, — трещины пойдут по всему зданию.

# 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.