

**В ПОИСКАХ СМЫСЛА ЖИЗНИ: ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН  
ВИКТОРА ФРАНКЛА**

П.Д. Юлегин

pavelyul@yandex.ru  
SPIN-код: 4570-7640

МГТУ им. Н.Э. Баумана, Москва, Российская Федерация

**Аннотация**

Статья посвящена обстоятельствам жизни австрийского психиатра, психолога и невролога, бывшего узника нацистского концентрационного лагеря Виктора Франкла, известного создателя логотерапии — метода психоанализа, ставшего основой Третьей венской школы психотерапии. Время его жизни совпало с одним из самых страшных событий в мировой истории — Второй мировой войной, но именно это позволило ему получить редчайший опыт и выработать свою собственную теорию. Жизнь в гетто, какой бы тяжелой она ни была, заинтересовала его как ученого и явилась основой для его научных разработок. Именно в концлагере Виктор Франкл разработал и применил методы помощи людям, которые потеряли всякую надежду жить.

**Ключевые слова**

Психолог, война, концлагерь, смысл жизни, свобода воли, логотерапия, психоанализ, Виктор Франкл

Поступила в редакцию 03.03.2019  
© МГТУ им. Н.Э. Баумана, 2019

Проблема поведения человека в сложных жизненных ситуациях и до настоящего времени остается актуальной. В жизни каждого человека случаются моменты, когда от принятых им решений зависит дальнейшая судьба. Что такое выбор? Это такое тяжелое состояние неопределенности, когда нужно выбрать один лучший вариант из множества возможных. Проблема выбора возникает перед нами каждый день, становясь неотъемлемой частью жизни. Можно выбрать тактику выжидания в надежде на то, что все как-нибудь разрешится само собой, а можно предпринимать какие-либо действия. Причем заранее никогда не известно, к чему эти действия приведут, ведь их последствия могут иметь и негативный характер. Хорошим примером для рассмотрения данной проблемы являются события из жизни Виктора Франкла. Для лучшего понимания, что это за человек, приведены фрагменты его биографии. Цель настоящей работы — исследовать этапы жизни психиатра Виктора Франкла, проследить связь между событиями в его биографии и их влиянием на Франкла как на личность в целом, и на формирование его теории о смысле.

**Иммунитет против нигилизма.** Виктор Эмиль Франкл — всемирно известный психиатр, психотерапевт, философ, создатель так называемой Третьей венской школы психотерапии.

Виктор Франкл родился 26 марта 1905 г. в Вене, в среднеобеспеченной еврейской семье. Вена является родиной двух школ психотерапии: Зигмунда Фрейда и Альфреда Адлера. В дальнейшем это обстоятельство оказало значительное влияние на молодого Франкла [1].

Детство Виктора было весьма благополучным, он ощущал заботу, поддержку, защиту и одновременно свободу. Франкл описывал свою мать как воплощение добра, очень сердечную, эмоциональную женщину. Отец был для него примером праведности, человеком строгим, собранным, спартанским. К отцу Виктор всегда испытывал огромную любовь и привязанность. Кроме родителей у Виктора были родные брат и сестра. Отец и мать Франкла были религиозными людьми, и сын тоже стал серьезно относиться к религии.

Уже в юном возрасте Виктор Франкл проявлял интерес к психологии и мечтал стать врачом. Его образование началось в гимназии. Будучи еще мальчишкой, Виктор начал задаваться вопросом смысла жизни и поиском своего предназначения. Когда он учился в школе, один из учителей как-то заявил: *«Жизнь — это всего лишь химический процесс»*. Юноша подпрыгнул за партой и спросил: *«Господин учитель, если это так, то в чем тогда смысл жизни?»* Вокруг этого вопроса и построилась научная карьера Франкла. Дипломную работу в гимназии Виктор посвятил психологии философского мышления. После окончания гимназии в 1923 г. он продолжил изучать медицину в Венском университете. Стал особенно тщательно изучать психологию депрессий и самоубийств.

Во время учебы Франкл продолжал искать себя. Он вступил в переписку с Зигмундом Фрейдом, по рекомендации которого в 1924 г. опубликовал научную статью в Международном психоаналитическом журнале. Также он проявил интерес к идеям Альфреда Адлера и вступил в «Общество индивидуальной психологии». В 1925 г. Франкл опубликовал статью в Международном журнале индивидуальной психологии, но в 1927 г. по идейным разногласиям покинул ряды адлерианцев. Ранний опыт Франкла формировался под влиянием Фрейда и Адлера, однако впоследствии Виктор отойдет от их воззрений. Пройдя Первую и Вторую венские школы психотерапии, Франкл встал на путь создания собственной — Третьей. Именно так впоследствии назовут созданное им учение. Но должны были еще пройти годы накопления опыта, годы тяжелейших жизненных испытаний, прежде чем юношеские идеи оформились в стройную концепцию. В дальнейшем практически во всех его трудах встречались и Фрейд и Адлер как явные или неявные оппоненты [1].

В 1924 г. Виктор Франкл стал президентом школы Sozialistische Mittelschüler Österreich. Работая на этой должности, он создал специализированную программу поддержки для студентов в период получения аттестатов. За время работы Франкла в этой роли не было отмечено ни одного случая самоубийств среди венских студентов.

Получив в 1930 г. степень доктора медицины, Франкл продолжал работать в клинической психиатрии. Уже к концу 30-х годов в статьях, опубликованных им в различных медицинских журналах, можно найти формулировки всех ос-

новых идей, на основе которых в дальнейшем выросло здание его теории — логотерапии и экзистенциального анализа. Термин «логотерапия» Франкл предложил еще в 20-е годы, впоследствии в качестве равноценного использовал термин «экзистенциальный анализ». «Логос» для Франкла — это не просто «слово», как это обычно понимается в отечественной традиции. Так, основоположником отечественной психотерапии К.И. Платоновым термин «логотерапия» использовался в значении «лечение словом» — в противовес медикаментозному и хирургическому лечению, то есть как синоним психотерапии.

Еще в 1928 г. Франкл основал Центр консультирования молодежи в Вене и возглавлял его до 1938 г. С 1930 по 1938 г. он входил в штат Нейропсихиатрической университетской клиники. В практической сфере он с 1929 г. разрабатывал технику «парадоксальной интенции» — психотерапевтического инверсионного метода, ориентированного на подкрепление опасений пациента и достижение лечебного эффекта по принципу «от противного». В 1933 г. им было выполнено интересное исследование «невроза безработицы» [2].

Он был молод, достаточно популярен, активен, внешне все было благополучно: работа, проекты, много интересных задумок, задач; не хватало только того, ради чего стоит жить. Поэтому в период с 1931 по 1938 г. он прожигал жизнь: ходил по ресторанам, варьете, пользовался большим успехом у женщин. О своем юношеском мироощущении Франкл писал: «Будучи молодым человеком, я прошел через ад отчаяния, преодолевая очевидную бессмысленность жизни, через крайний нигилизм. Со временем я сумел выработать у себя иммунитет против нигилизма. Таким образом я создал «логотерапию» [2].

**История одной победы. Виктор Франкл и смысл жизни в концлагере.** С 1933 по 1937 г. Франкл возглавлял отделение по предотвращению самоубийств одной из венских клиник. Его пациентками стало свыше 30 тыс. женщин, подверженных риску самоубийства. С приходом к власти нацистов в 1938 г. еврей Франклу запретили лечить арийских пациентов. Тогда он занялся частной практикой и рисковал своей жизнью и карьерой, составляя ложные медицинские заключения для душевнобольных, которых в противном случае убили бы согласно нацистской программе эвтаназии. Виктор и его семья были обречены.

В конце 1941 г. в жизни Франкла возник переломный момент, когда он получил приглашение на выезд в Америку и долгожданную въездную визу. Но приглашение не распространялось на членов его семьи. В случае выезда в США Франкл смог бы опубликовать книгу о своей новой концепции психологии — логотерапии. Родители настаивали на его отъезде. Однако в этом случае вся его семья лишалась бы неприкосновенности и, вероятно, отправилась бы в концлагерь. В это время евреев уже отправляли в лагеря, начав с пожилых людей. Франкл понимал, что скоро доберутся и до его родителей, у которых нет возможности уехать. Он был на распутье: или попрощаться с родителями и предоставить их судьбе, или поставить на кон свою жизнь, будущее, работу ради туманной перспективы как-то помочь, защитить родителей. Долгое время Виктор

не мог принять решение: с одной стороны, родители, которых он горячо любил, оказывались беззащитными, с другой стороны, перспектива защитить их, если бы он остался, все равно была весьма слабой и неочевидной. Этот вопрос мучил его на протяжении многих недель. Перед ним стоял выбор: сбежать или остаться. Однажды, когда он вернулся домой, раздумывая над своим решением, отец показал ему камень, который подобрал на месте недавно разрушенной синагоги. Этот кусочек откололся от плиты, на которой были выгравированы заповеди Ветхого завета, причем именно та из них, что предписывает почитать отца и мать. Франкл решил: это знак, и остался с родными. Тогда же, в декабре 1941 г., Франкл сделал еще одну удивительную вещь для тех времен — он женился на медсестре из другого отделения его больницы, Тилли Гроссер, и это была последняя еврейская свадьба в Вене в этот период.

Ожидая депортации в концлагерь вместе с родителями, Франкл написал книгу «Врачевание души», первую версию своего основного труда. Он исходил из того, что если и не выживет, то по крайней мере его книга имеет шанс сохраниться. Несмотря на все трагические обстоятельства, его жизнь обрела определенный смысл.

2 сентября 1942 г. Виктора Франкла, всемирно известного психиатра, арестовали и отправили в концлагерь вместе с беременной молодой женой и престарелыми родителями. Единственное, что он взял с собой, — рукопись книги, зашитую в подкладку пальто, в надежде как-то ее сохранить.

Франкл никогда не был крепким человеком, и знакомые полагали, что он не переживет концлагерь. На месте его разлучили с семьей. У него отобрали все личные вещи, начиная с одежды, заканчивая обручальным кольцом и рукописью книги, над которой он работал. Его обрили налысо и отправили на санобработку. Единственная мысль, которая его утешала в этот момент — из кранов все-таки текла вода, а не сочился газ.

Человек посторонний и непосвященный, тот, кто сам не был в лагере, как правило, вообще не в состоянии представить себе истинную картину лагерной жизни. Он даже не может предположить, какая это была жестокая борьба за существование — даже между самими заключенными. Беспощадная борьба за ежедневный кусок хлеба, за самосохранение, за себя самого или за самых близких людей.

К примеру: формируется состав, который будто бы должен перевезти определенное число заключенных в какой-то лагерь. Но все опасаются, и не без оснований, что это очередная «селекция», т. е. уничтожение слишком ослабевших и неработоспособных, и значит, этот состав пойдет прямиком в газовые камеры и крематории. И тут начинается борьба всех против всех. Каждый отчаянно борется за то, чтобы не попасть в этот эшелон. Любыми способами люди старались как-нибудь ухитриться и в последний момент исчезнуть из списков отправляемых. И каждому абсолютно ясно, что если он на этот раз спасется, то на его месте в эшелоне должен будет оказаться кто-то другой. Ведь требуется определенное количество обреченных, из которых каждый представляет собой только номер, всего лишь номер! Ведь в списке к отправке стоят только номера.

«Я работал преимущественно на земляных работах и на строительстве железнодорожных путей. В то время как некоторым моим коллегам (правда, немногим) выпала невероятная удача работать в сколько-нибудь отапливаемых импровизированных лазаретах, увязывая там пачки ненужных бумажных отходов, мне как-то случилось — в одиночку — прорыть под улицей тоннель для водопроводных труб. И я был очень этому рад, потому что в качестве признания моих трудовых успехов получил к Рождеству 1944 г. два так называемых премиальных талона от строительной фирмы, где мы трудились буквально на положении рабов (фирма ежедневно выплачивала за нас лагерному начальству определенную сумму — в зависимости от числа работавших). Этот талон обошелся фирме в 50 пфеннигов, а ко мне вернулся через несколько недель в виде 6 сигарет. Когда же я стал обладателем 12 сигарет, то почувствовал себя богачом. Ведь 12 сигарет — это 12 порций супа, это уже почти спасение от голодной смерти, отсрочка ее по крайней мере на две недели! Позволить себе роскошь курить сигареты мог только капо, имевший еженедельно два гарантированных премиальных талона, или заключенный, работавший при какой-нибудь мастерской или складе, — там иногда за особое усердие вознаграждали сигаретой. Все же остальные сигаретами невероятно дорожили, берегли их и буквально надрывались из последних сил, чтобы получить премиальный талон, ибо это сулило пищу, а значит, продлевало жизнь. Когда мы видели, что наш товарищ вдруг закурил до того бережно хранимую им сигарету, мы знали — он уже полностью отчаялся, он не верит, что выживет, да и не имеет на это шансов. И обычно так и случалось. Люди, почувствовавшие близость своего смертного часа, решали напоследок получить каплю хоть какой-то радости...» [3].

До октября 1944 г. Виктор Франкл находился в лагере Терезиенштадт на территории Чехии. Этот лагерь был сравнительно мягким по сравнению с другими, его тогда называли «образцовым гетто». В нем отсутствовали газовые камеры, на смерть из него отправляли в другие концлагеря, у заключенных там была возможность иногда общаться между собой. В Терезиенштадте он потерял обоих родителей. Отец прожил несколько месяцев, ослабев от голода и пневмонии. Мать Франкла погибла в газовой камере гораздо позже, в октябре 1944 г., когда сам Франкл с женой были отправлены в Аушвиц. Это далеко не единственное из важнейших экзистенциальных переживаний, вошедших в жизнь Франкла в концлагере.

Пожалуй, наиболее поразительным было следующее. Однажды Франкл на вечернем построении был направлен в эшелон, который каждое утро вез определенное количество заключенных в газовые камеры. Никто из тех, кого отправляли этим утренним эшелонам, никогда не возвращался. Выбор был невелик: или броситься на проволоку под током, ограждавшую лагерь, покончить самоубийством, или попытаться бороться, использовать последние шансы. Франкл попрощался с матерью, потом с женой, после этого нужно было идти в свой сектор. Когда он шел туда, смотря на закат, он осознал, что сделал все, что мог в своей жизни сделать, и в первый раз ощутил, что у него нет уже никаких

обязательств, никакой необходимости принимать решения. Он свободен от всего, от долга, забот, и на смену мрачному чувству пришло ощущение легкости, которой он не знал раньше. Его жизнь была уже завершена, и он оказался в позиции наблюдателя, который спокойно, беспристрастно смотрит на то, что будет дальше, что принесет жизнь — от него уже ничего не зависит.

По пути к барaku, когда Франкл попрощался со своей жизнью, ему стало уже совершенно ни к чему себя убивать. У него возник интерес: а что еще может предложить ему жизнь, он ощутил себя в позиции зрителя в кино, который интересуется, чем закончится фильм. Эта позиция, определяемая его понятием самодистанцирования, или самоотстранения как одной из базовых характеристик человека, приняла в тот момент весьма интенсивную форму, позволяя выйти за пределы самого себя, своей собственной жизни и посмотреть на все со стороны.

Ничего, думал Франкл, в этот момент еще ничего не доказано, потому что пока эшелон не пришел и не отвез меня в газовую камеру, жизнь открыта для всего, даже для самого невероятного и невозможного. Жизнь сохраняет свою открытость, в ней уже нет ничего предопределенного, — даже когда нельзя надеяться, всегда есть какая-то надежда вопреки любой безнадежности, даже самое невозможное иногда может оказаться возможным. Последнее достоинство человека оказывается в том, чтобы ждать, что жизнь откроет тебе сейчас. Нельзя быть настолько уверенным и точно знать, чем все завершится, посмотрим, что еще будет. Ведь никто не может гарантировать тебе на сто процентов, что ты погибнешь. Раз так, значит, твоя личная ответственность заключается в том, чтобы быть открытым всем возможностям, которые могут возникнуть. Может быть, эшелон взорвут, а возможно, он уйдет куда-то в другое место, где нет газовых камер [4]. Пессимизм, думал Франкл, не то же самое, что пассивность; наоборот, именно активность порождает пессимизм. Если в XIX веке был необходим оптимизм, чтобы содействовать прогрессу, то сейчас нужно быть пессимистом, но активным, делая все что можно.

Позже Франкл определил свое мировоззрение как трагический оптимизм, который выражается формулой: дела обстоят плохо, но если мы не будем делать все, что можно, то они будут еще хуже, так что многое зависит от нас. Наши представления о жизни также, в соответствии с этим общим принципом, должны считаться верными, пока сама жизнь их не опровергнет. Франкл назвал сформулированную им позицию эвристическим оптимизмом: никто не может мне доказать и гарантировать полностью, что я завтра погибну в газовой камере, поэтому есть шанс, и я должен по крайней мере сделать все, чтобы этот шанс не снижать. Это служит наглядным примером того, что находясь в казалось бы безвыходной ситуации, Франкл стремился что-либо предпринимать, а не просто терпеть. На следующее утро эшелон не пришел. Это был единственный случай за всю историю лагеря, причины его неизвестны. Мы научились защищаться от боли (а лучше — отмахиваться от чужой) шаблонными мудростями: «Любой новый опыт полезен», «Необходимо принимать брошенные судьбой вызовы», «По крайней мере,

это делает тебя сильнее», «Спрашивай не “почему?”, а “зачем?”»... Называю эти фразы шаблонными не ради умаления их мудрости. Она — есть, она глубока и сомнению не подлежит. Но, будучи превращенной в назидательный слоган, — не работает. Смысл способен исцелять лишь тогда, когда он выстрадан, рожден в муках, когда найден в ходе упорных поисков. Он лечил людей не лекарствами и не гипнозом, а смыслом. Его пациенты учились находить смысл в любом, самом неприглядном и мучительном существовании — в болезни, в страдании, в самой смерти.

В октябре 1944 г. Франкла отправили в Аушвиц, больше известный под польским названием Освенцим. Это был один из самых страшных лагерей: в нем газовые камеры работали без перерыва. Жена Франкла тоже попала в этот транспорт — добровольно. В Аушвице их разделили навсегда. Потом он узнал, что она умерла в 1945 г. уже после того, как англичане освободили заключенных — она была в таком состоянии, что долго не прожила. Довольно скоро Франкла переправили в новый лагерь Кауферинг III, филиал Дахау. В нем было немножко легче, чем в Аушвице, но не один раз Франкл буквально чудом избегал смерти. Однажды, когда он уже стоял в списках к отправке в газовую камеру, его вычеркнул главный врач концлагеря, которому он понадобился как помощник, и он действительно смог применить в этом лагере свои врачебные навыки, спасти многих людей от смерти [4].

Последним лагерем Франкла был другой филиал Дахау, Тюркхайм. Здесь он заболел какой-то инфекционной болезнью, разновидностью лихорадки, и был близок к смерти. Многие месяцы главной его мыслью было сохранить свою книгу, чтобы она пережила его и все-таки вышла. В лагере Франкл организовал группу психологической помощи вновь прибывающим заключенным. Конечно, эта работа была тайной. Когда кто-нибудь в лагере выражал суицидальные мысли или пытался действительно покончить с собой, доктору тут же сообщали об этом. «Я видел смысл своей жизни в том, чтобы помогать другим увидеть смысл в своей жизни. ...В концлагере можно отнять у человека все, кроме последнего — человеческой свободы, свободы отнестись к обстоятельствам или так, или иначе», — говорил Виктор Франкл [3]. Как позже писал Франкл, он получил возможность устроить своей теории о смысле жизни самую жесткую проверку. Если методика поможет вернуть желание жить и бороться хотя бы одному из отчаявшихся узников, она имеет право на существование. Концентрационные лагеря были огромными машинами по превращению людей через голод, побои, унижения, постоянный страх новой боли и издевательств в жалкое подобие человеческих особей, убеждавших себя: «Я не могу иначе». Однако такие, как Франкл, умудрялись оставаться Людьюми. И это вызывает огромное уважение. Мы должны не спрашивать о смысле жизни, а понять, что этот вопрос обращен к нам: ежедневно и ежечасно жизнь ставит вопросы, и мы должны на них отвечать — не разговорами или размышлениями, а действием, правильным поведением. В лагере Франкл с особой ясностью убедился: люди, находившие в своей жизни какое-то значение, лучше переносили голод, болезни, пытки, даже если физически

они были слабее тех, кто махнул на себя рукой. Для кого-то смыслом стал шанс снова увидеть маленькую дочь, оставшуюся в другой стране. Для другого смысл заключался в том, чтобы закончить цикл книг, которые он писал. Нашедшие смысл побеждали обстоятельства. Франкл убедился, что люди с более развитым внутренним миром имеют больше шансов выжить. Это люди, которые способны, замерзая, порадоваться чистоте и красоте снега, заметить великолепие заката или капли дождя на листьях деревьев. Это люди, которые могут занимать свой мозг, мысленно составляя речи, вспоминая прочитанные книги или воображая свою жизнь после освобождения. Это также и те, кто имеет твердые религиозные убеждения. Те, кто искренне любит своего мужа или свою жену, получают в тяжелые времена дополнительный источник силы. Речь идет не о сексуальных фантазиях, такие чувства практически отмирают, когда человек голодает и изнурительно трудится. Силы придают воспоминания о чертах любимого лица, о голосах любимых, обо всех пережитых вместе прекрасных мгновениях. Они укрепляют волю, даже если тебе не известно, жив или мертв любимый человек. Франкл сам постоянно думал о жене и родителях, которые, увы, не пережили заключение.

«Человек, осознавший свою ответственность перед другим человеком или перед делом, именно на него возложенным, никогда не откажется от жизни. Он знает, зачем существует, и поэтому найдет в себе силы вытерпеть почти любое “как”» [3].

Выбор — это единственное, что нельзя отнять у человека. Свобода выбора отношения к событиям не означает, что человеку полезно воображать себе солнце в дождливый день. Но он может в минуты слабости верить в свою силу, может искать в тоске повод для радости, а в отчаянии — надежду. Главное в таких ситуациях — это мотивация.

У самого Франкла было ради чего жить: в концлагерь он взял с собой рукопись книги с первым вариантом учения о смысле, и его заботой было сначала попытаться сохранить ее, а затем, когда это не удалось, — восстановить утраченный текст. Кроме того, до самого освобождения он надеялся увидеть в живых свою жену. В том, что он сам выжил, сошлись и случайность, и закономерность. Случайность — что он не попал ни в одну из команд, направлявшихся на смерть, направлявшихся не по какой-то конкретной причине, а просто потому, что машину смерти нужно было кем-то питать. Закономерность — что он прошел через все это, сохранив себя, свою личность, свое «упрямство духа», как он называет способность человека не поддаваться, не ломаться под ударами, обрушивающимися на тело и душу.

Имея должное образование, врач пытался организовать психологическую поддержку заключенным. Вопросы, которые ежедневно задавали заключенные, можно было сформулировать тремя фразами:

- выживем ли мы в концлагере;
- в чем смысл страданий и смерти;
- зачем все устроено таким образом.

Как психотерапевт Франкл понимал, что ответы на вопросы каждый человек должен найти для себя сам. И ответы будут звучать у разных людей по-разному, но от этого они не будут менее ценными. Так и родилась концепция логотерапии, огранку которой Виктор Франкл придумал уже после войны.

Психоанализ Франкла основан на методике погружения в себя. Многие называют это самокопанием, но именно такой подход дает возможность полностью погрузиться в свою жизнь и проанализировать все ситуации. Иногда ответ на вопрос находится практически на поверхности, но найти его можно только пройдя все этапы самоанализа. Вместе с психотерапевтом пациент обсуждает все важные события в своей жизни, он анализирует разочарования, радости и горести. Каждое событие и эмоция постепенно подводит к пониманию своего смысла жизни. Ведь жизнь состоит из массы различных взаимосвязанных моментов, составляющих в конечном итоге дорогу, по которой можно прийти к важным решениям. Если рассматривать человеческую сущность как стремящуюся к познанию и обретению смысла, то любой невроз и депрессию можно вылечить с помощью логотерапии. Ведь она дает пациенту возможность найти себя и обрести смысл в любой ситуации.

Работая с душевными расстройствами различной тяжести, психотерапевт считал, что внутри личности всегда остается ее часть или основа, которую невозможно нарушить. Она остается свободной даже в случае тяжелых заболеваний, когда создается впечатление о полной неадекватности пациента. Именно до этой основы необходимо «достучаться» логотерапевту, она всегда является статичной величиной. В связи с этим Франкл выделил три основных принципа своей научной теории:

1. *Свобода воли.* В любых заданных условиях у человека остается возможность выбирать и самостоятельно принимать решения.

2. *Воля к смыслу.* Свобода сама по себе не имеет никакого значения, но стоит только понять, что она дается с какой-то целью, как все встает на свои места. Самореализация, т. е. стремление к достижению своей цели, является самым главным жизненным смыслом личности. Любые препятствия на данном пути, которые явно или подсознательно мешают выполнению намеченных задач, приводят к психологическим проблемам разной тяжести. Логотерапевт дает возможность пациенту видеть и осознать эти препятствия для того, чтобы устранить.

3. *Смысл жизни.* Логотерапия объясняет существование человека не просто поисками смысла, но и совокупностью определенных преобразований в результате данной деятельности. Каждый индивид должен сделать лучше себя и окружающий его мир, но это вовсе не означает некоторую общность смысла. У каждой личности он свой и может меняться в зависимости от обстоятельств. Это обусловлено первыми двумя принципами логотерапии.

«Каждому времени требуется своя психотерапия», — писал Франкл [5]. Ему удалось нащупать тот нерв времени, тот запрос людей, который не находил ответа, — проблему смысла, — и на основе своего жизненного опыта найти про-

стые, но вместе с тем жесткие и убедительные слова о главном. «Упрямство духа» — это его собственная формула. Дух упрям, вопреки страданиям, которые может испытывать тело, вопреки разладу, который может испытывать душа. Франкл доказал, что фобии и тревожные состояния отлично лечатся с помощью логотерапии. Когда Франкла просили сказать, в чем смысл жизни, он улыбался. Ведь универсального, единственно правильного ответа на этот вопрос нет. У каждого человека и у каждого мгновения смысл свой, уникальный. «В мире нет такой ситуации, которая не содержала бы ядро смысла, — считал Франкл. — Но мало наполнять жизнь смыслом, надо воспринимать ее как миссию, осознавая свою ответственность за конечный результат» [5].

**Послевоенный период.** В 1945 г. после освобождения из лагеря Виктор Франкл вернулся обратно в Вену и обнаружил, что мир, в котором он живет, стал совсем другим. Начался следующий нелегкий период его жизни. В первые же дни он узнал о смерти жены и брата, не говоря уже о многих друзьях и знакомых, но при этом он не сломался и не ожесточился. В этом же году Франкла назначили главным врачом неврологического диспансера Венской поликлиники — многопрофильной больницы, где он и работал в этой должности 25 лет, вплоть до ухода на пенсию. Коллеги помогли ему подготовить новый вариант погибшей в концлагере книги «Врачевание души», и вся эта деятельность была для Франкла тогда единственным, что-либо для него значащим — он полностью погрузился в эту работу. Он должен был преодолеть тяжелый период депрессии, сомнений, одиночества, слабости.

В течение 4–5 лет он написал и издал подряд несколько книг, в которых были изложены основы его учения. Книжку про концлагерь он надиктовал за 9 дней. Она вышла первоначально под названием «Психолог выживает в концлагере» анонимно, без указания автора, поскольку Франкл считал, что в данном случае важно не авторство, а живое свидетельство. Теоретическая книга «Врачевание души», особенно в последний год пребывания в концлагере, придавала главный смысл его стремлению выжить, помогала вынести все тяготы лагерной жизни, а задача восстановления, реконструкции книги на новом этапе давала ему смысл жить дальше. Эта работа стала его диссертацией. Как и книга про концлагерь, она вышла в 1946 г. и была распродана через три дня после ее выхода. Следующее издание разошлось за три недели. Несмотря на дефицит бумаги, уже в 1946 г. вышло третье издание, в 1947 г. — четвертое, и т. д.

В 1959 г. книга была переведена на английский и вышла в США под названием «От лагеря смерти к экзистенциализму». Ее ждал оглушительный успех — по данным на 1995 г. суммарный тираж только английского издания, не считая переводов на 25 языков, превысил 9 миллионов экземпляров. Она продолжает издаваться и по сей день, а Библиотека Конгресса США объявила ее одной из 10 книг, оказавших, по данным специального опроса, наибольшее влияние на американцев. Начиная с 1962 г. английское издание выходит под названием «Человек в поисках смысла», в него включено также краткое изложение основ логотерапии [6].

Франкл помимо своей профессорской работы читал много лекций, делал доклады, возглавлял отделение венской клиники, и в 1949 г. получил вторую докторскую степень по философии. Он считал это необходимым, потому что его интересы становились все больше и больше связаны с духовной, гуманитарной проблематикой. В качестве диссертации по философии он защитил свою новую книгу «Подсознательный Бог», посвященную взаимоотношениям психотерапии и религии, совести человека, его подсознательной духовности.

Франкл успешно интегрировался в новую жизнь, в 1947 г. он женился вновь, опять на медсестре своей клиники Элеоноре Швиндт, и прожил с ней благополучно до конца жизни. В 1949 г. родилась его единственная дочь Габриэла, которая впоследствии стала детским психологом.

В 1954 г. Франкл был впервые приглашен за рубеж, в Аргентину, с циклом лекций по логотерапии. В итоге этой длительной поездки было основано первое в мире общество логотерапии. Затем началось ее триумфальное шествие на международной арене.

Всего после войны у Франкла вышла 31 книга и около 400 статей, его работы были переведены в общей сложности на 25 языков; к 1995 г. насчитали 131 книгу по логотерапии других авторов, 151 диссертацию и дипломную работу, и больше 1300 статей.

4 и 5 марта 1986 г. Виктор Франкл выступал на факультете психологии Московского университета. Этот приезд стал возможным благодаря усилиям Леонида Яковлевича Гозмана, работавшего тогда доцентом кафедры социальной психологии, одним из первых в нашей стране оценившего значение идей Франкла, и Галины Михайловны Андреевой, использовавшей весь свой авторитет для того, чтобы этот приезд стал возможен. Ажиотаж был огромен; специально на эти лекции приехало большое количество психологов со всех концов страны: из Ленинграда, Прибалтики, даже из Закавказья.

Всего Виктор Франкл посещал Россию 3 раза. Последняя лекция Франкла состоялась в зимнем семестре 1996/97 г. Ему был тогда 91 год, он мог говорить только около 20 минут, уже практически ничего не видел, почти не мог читать. Сердце работало все хуже. Врачи сказали, что может помочь операция, но в его возрасте это большой риск. Франкл сознательно пошел на этот риск. Это было его последним решением. Второго сентября 1997 г., не проснувшись после наркоза, он скончался. Ему было 92 года. Пятая заповедь сбылась: ему — почтившему отца и мать, было даровано долголетие на земле [7].

Его смерть не получила сильного резонанса, потому что она практически совпала с сенсационной гибелью принцессы Дианы, отодвинувшей на задний план смерть Виктора Франкла. Он был похоронен на Центральном венском кладбище как почетный гражданин Вены.

**Заключение.** Прочитав о жизни этого выдающегося человека, можно сделать вывод, что решение проблем зависит только от тебя самого. Иметь цель в жизни очень важно для каждого человека, это помогает преодолевать любые преграды на своем пути, это первый и самый важный шаг к управлению своей

судьбой. Именно сам человек (а не его инстинкты или реакции на внешнюю среду) определяет то, как он живет, что он чувствует, каков его жизненный путь и какие решения на этом жизненном пути он принимает. Возможности человеческой личности не ограничены. Логотерапия Виктора Франкла — это как раз и есть терапия смысла, способ, который помогает человеку найти смысл в любых обстоятельствах его жизни, в том числе и в таких крайних как страдания. Это работает не только в бизнесе и психотерапии — каждый может использовать этот метод, чтобы стать успешнее и счастливее.

### Литература

- [1] Франкл В. Человек в поисках смысла. М., Прогресс, 1990.
- [2] Франкл В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия. СПб., Речь, 2000.
- [3] Франкл В. Сказать жизни «Да»: психолог в концлагере. М., Смысл, 2004.
- [4] Леонтьев Д.А. «Случай» Виктора Франкла. *Психологический журнал*, 2005, т. 26, № 2, с. 118–127.
- [5] Франкл В. Воля к смыслу. М., Апрель-пресс-Эксмо-пресс, 2000.
- [6] Замалиева С. Человек все решает сам. Логотерапия и экзистенциальная антропология Виктора Франкла. СПб., Университетская книга, 2012.
- [7] Братусь Б.С. «...Несмотря ни на что – «да» сказать жизни». Уроки Виктора Франкла (К 100-летию Виктора Франкла). *Развитие личности*, 2005, № 2. URL: <http://rl-online.ru/articles/2-05/338.html>

**Юлегин Павел Дмитриевич** — студент кафедры «Робототехнические системы и мехатроника», МГТУ им. Н.Э. Баумана, Москва, Российская Федерация.

**Научный руководитель** — Володина Наталья Николаевна, кандидат исторических наук, доцент кафедры «История», МГТУ им. Н.Э. Баумана, Москва, Российская Федерация.

## IN SEARCH OF THE MEANING OF LIFE: THE HUMAN PHENOMENON OF VIKTOR FRANKL

P.D. Yulegin

pavelyul@yandex.ru  
SPIN-code: 4570-7640

Bauman Moscow State Technical University, Moscow, Russian Federation

---

### Abstract

*The article is devoted to the circumstances of the life of an Austrian psychiatrist, psychologist and neurologist, a former prisoner of the Nazi concentration camp Viktor Frankl, the famous creator of logotherapy — the method of psychoanalysis, which became the basis of the Third Vienna School of Psychotherapy. The time of his life coincided with one of the most terrible events in world history — the Second World War, but it was this that allowed him to get the rarest experience and develop his own theory. Life in the ghetto, no matter how hard it was, interested him as a scientist and it was the basis for his scientific research. In the concentration camp Viktor Frankl developed and applied methods to help people who had lost all hope of living.*

### Keywords

*Psychologist, war, concentration camp, meaning of life, free will, logotherapy, psychoanalysis, Victor Frankl*

Received 03.03.2019

© Bauman Moscow State Technical University, 2019

---

### References

- [1] Frankl V. Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. München. Zürich, Piper, 1979. (Russ. ed.: Chelovek v poiskakh smysla. Moscow, Progress Publ., 1990.)
- [2] Frankl V. Osnovy logoterapii. Psikhoterapiya i religiya [Fundamentals of logotherapy. Psychotherapy and religion]. Sankt-Petersburg, Rech' Publ., 2000 (in Russ.).
- [3] Frankl V. Trotzdem Ja zum Leben sagen. Universal Music/Deutsche Grammophon (Literatur), 2007. (Russ. ed.: Skazat' zhizni "Da": psikholog v kontslagere. Moscow, Smysl Publ., 2004.)
- [4] Leont'yev D.A. "Accident" of Viktor Frankl. *Psikhologicheskiy zhurnal*, 2005, vol. 26, no. 2, pp. 118–127 (in Russ.).
- [5] Frankl V. Der Wille zum Sinn. Ausgewählte Vorträge über Logotherapie. Huber, Bern 1972. (Russ. ed.: Volya k smyslu. Moscow, Aprel'-Eksmo, 2000.)
- [6] Zamalieva S. Chelovek vse reshaet sam. Logoterapiya i ekzistentsial'naya antropologiya Viktora Frankla [A person makes his own decisions. Logotherapy and existentialist anthropology of Viktor Frankl]. Sankt-Petersburg, Universitetskaya kniga Publ., 2012 (in Russ.).
- [7] Bratus' B.S. "Say "yes" to life against all the odds". Lessons of Viktor Frankl (to the 100-anniversary of Viktor Frankl). *Razvitie lichnosti*, 2005, no 2. URL: <http://rl-online.ru/articles/2-05/338.html> (in Russ.).

**Yulegin P.D.** — Student, Department of Robotic Systems and Mechatronics, Bauman Moscow State Technical University, Moscow, Russian Federation.

**Scientific advisor** — Volodina N.N., Cand. Sc. (Hist.), Assoc. Professor, Department of History, Bauman Moscow State Technical University, Moscow, Russian Federation.