

БОРИС КРИГЕР



ПСИХОАНАЛИЗ
И СВОБОДА
ЭРИХА ФРОММА

БОРИС КРИГЕР

ПСИХОАНАЛИЗ
И СВОБОДА
ЭРИХА ФРОММА



© 2025 Boris Kriger

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means electronic or mechanical, including photocopy, recording, or any information storage and retrieval system, without permission in writing from both the copyright owner and the publisher.

Requests for permission to make copies of any part of this work should be e-mailed to kriegerbruce@gmail.com

Published in Canada by Altaspera Publishing & Literary Agency Inc.

Психоанализ и свобода Эриха Фромма

Эта книга — не трактат и не учебник. Она не стремится пересказать Эриха Фромма и не повторяет за ним. Здесь философия становится не цитатой, а поводом — для полемики, споров, внутреннего трения. Исходя из идей Фромма, автор идёт дальше, ставя под сомнение саму возможность зрелости в эпоху, где свобода сведена к выбору между брендами, а любовь — к алгоритму совпадений. Это размышление о человеке, который потерял себя среди симулякром, о страхе быть собой, о тревоге, замаскированной под успех. Книга ищет не ответы, а честные формулировки вопросов. В центре — не философ, а человек, который ещё не решил, спасать себя или прятаться.

ПСИХОАНАЛИЗ И СВОБОДА ЭРИХА ФРОММА

Когда внешний диктат исчезает, то пропадает и очевидный враг, с которым можно было бы бороться, обретая ощущение собственного «я». Оставшись наедине с собой, человек нередко сталкивается с безмолвной пустотой, которую невозможно заполнить ни словами, ни делами. Эрих Фромм без обиняков вскрывает этот парадокс: обретённая свобода не всегда становится спасением — она может превратиться в источник тревоги, если за ней не следует внутренняя зрелость. Сбросив оковы внешнего давления, личность может оказаться лицом к лицу с бездной неопределенности, в которой исчезает чёткое направление и рассыпается представление о цели.

Пугающая неопределенность заставляет многих искать спасения в принадлежности к толпе, где исчезает необходимость принимать решения самостоятельно. Там, где ответственность сменяется подражанием, гораздо проще раствориться, приняв чужие суждения за свои и поступки — за нормы. В этом отступлении от внутренней свободы начинается незаметное пленение — теперь не внешнее, но выстроенное собственными руками. Устраиваясь в уютной клетке предсказуемости, человек добровольно сковывает себя невидимыми цепями — именуемыми удобством, стабильностью, «правильной» жизнью. Комната смягкими стенами повседневности кажется убежищем, хотя на деле становится капканом, в котором замирает подлинная воля.

Мир вокруг не поощряет стремление к подлинному бытию. Наоборот, система учит накапливать — приобретать предметы, статусы, имиджи, будто бы создающие ощущение полноценности. Отношения превращаются в обменные сделки, чувства — в активы, а любовь — в обладание, которое можно утратить или заменить. Отказ от внутреннего наполнения подменяется яркими оболочками, из-за которых становится почти невозможно различить, где заканчивается живое и начинается мнимая форма.

Строгость, с которой одна эпоха стремится организовать любовь в понятную систему, вызывает желание другой — распахнуть эту систему и впустить туда хаос. Фромм, со всей логикой академической дисциплины, предложил рассматривать любовь не как миг, не как внезапное пламя, а как труд — медленный, требующий ответственности и мастерства. Его подход напоминал ремесленника, вырезающего по дереву тонкие узоры: точно, без суеты, без излишеств. В любви он искал зрелость, ту самую целостность, из которой рождается способность быть с другим без разрушения себя. Его уверенность в том, что только тот, кто научился быть один, способен на подлинную близость, становилась своего рода этической мантрой, обращённой к индивиду, ищущему смысл в беспокойном мире.

Но век сменился, и вместе с ним изменилась сама интонация разговора о чувствах. То, что казалось возможным систематизировать, распалось. Возникло ощущение, что любовь не обучается — она проживается. Вместо поучения — признание. Вместо формулы —

исповедь. Наступила эпоха, в которой стало трудно поверить в универсальные истины, зато стало легче слышать голос одиночек, тех, кто не претендует на руководство, но не отказываются от уязвимости.

Именно в этом контексте звучит другая линия мышления, идущая не от науки, а от личного риска. Здесь любовь не объясняется — ею заражаются. Она становится не методом, а отклонением. Не проектом зрелости, а состоянием, в котором возможно всё: потеря, отчаяние, спасение, ирония, саморазрушение. Речь идёт уже не о созидании, а об опыте, не об устойчивости, а о зыбкости, которая и придаёт чувству подлинную ценность. Необязательно быть целым, чтобы любить. Иногда именно трещины открывают доступ к свету.

В этих размышлениях любовь всё чаще предстает не как выбор, а как вторжение. Она приходит, когда не ждут. Она остаётся, даже если не просят. Она может быть абсурдной, невыносимой, нереализуемой — и всё же реальной. И вот уже не важно, исцеляет она или губит: важно, что она есть. Она — как последняя вспышка смысла в мире, где сами основания веры в смысл начали дрожать.

Фромм строил свою концепцию в уверенности, что человечество можно спасти через новое отношение к любви. Новая мысль, напротив, не спешит спасать. Она наблюдает, признаёт, говорит: любовь не обязана спасать — она может просто быть. Не как обязанность, а как дар. Не как победа, а как поражение, которое почему-

то хочется нести.

Так рождается новый образ: не учитель, ведущий за руку, а соучастник, идущий рядом в темноте, где каждый шаг — не шаг к цели, а шаг вглубь себя.

Потребность в книгах о счастье порой становится не столько стремлением к радости, сколько попыткой заглушить куда более мучительное сомнение. В обществе, где улыбка возведена в норму, а благополучие стало моральной обязанностью, само желание задать себе вопрос о смысле бытия воспринимается как признак слабости или патологии. И вместо того чтобы рискнуть взглянуть в лицо этой внутренней пустоте, человек тянется к рецептам, обещающим «счастье в десяти шагах» — не потому, что верит в них, а потому, что надеется хоть на миг унять тревогу.

Но вопрос не исчезает. Он прячется за формулами, за утренними практиками благодарности, за постами о ментальном здоровье и экологичной любви к себе. Он ждёт, когда затихнет внешний шум. Потому что в глубине всё равно возникает шепот: зачем вообще всё это? Зачем вставать утром? Зачем сохранять отношения? Зачем преодолевать трудности, если всё однажды закончится? Этот вопрос труден не потому, что он философский, а потому, что он болезненно конкретен. Он касается не теории, а утренней тишины, когда нет ни зрителей, ни задач, ни оправданий.

Ответ на него не может быть выведен из общих принципов. Его нельзя купить, подсмотреть, повторить за другим. Он всегда одиночен. И именно в этом — его невыносимость. Жить становится настоящим выбором только тогда, когда исчезают все автоматизмы, когда больше нет привычки, долга или страха. Остаётся только чистое: хочу — или нет. И в этот момент выясняется, что книги о счастье — это не обман, но симптом. Симптом того, как отчаянно человек пытается избежать прямого взгляда на самую суть своей жизни.

Толпа, в которую стремятся укрыться от одиночества, не утешает — она усиливает ту самую разобщённость, от которой человек хотел убежать. Столкнувшись с собой наедине, ощущая внутреннюю пустоту, индивид ищет выхода не в созидании, а в растворении — в общих разговорах, в корпоративной лояльности, в ритуалах принадлежности. Однако, входя в общественные формы жизни не как целостная личность, а как испуганный изгнаник, он приносит туда не искру подлинного присутствия, а глухой страх, закамуфлированный под контакт. Массовая культура полна таких контактов — мимолётных, механических, обессмысленных. В результате множатся связи, но не возникает подлинной связности. Каждый, вступая в подобный контакт, чувствует себя ещё более одиноким, чем был до этого.

Истинное бытие начинается не с приспособления, а с действия. Оно растёт из способности быть в мире как творец, а не как потребитель. Там, где человек что-то создаёт, где заботится о чём-то, выходящем за пределы его комфорта, где соединяется с другим не ради выгоды,

а ради смысла — именно там возникает опыт реального существования. Это не путь внешнего признания, не игра ролей, не коллекционирование образов. Это работа — внутренняя, живая, сопряжённая с уязвимостью, но и с глубокой радостью.

Но эта радость становится недоступной тому, кто целиком отождествил себя с образом, навязанным извне. Социальный характер — не личность, а форма. Лицо, вылепленное из ожиданий, трендов, нормативов. Оно защищает от осуждения, облегчает взаимодействие, дарит ощущение принадлежности, но забирает подлинность. Каждый шаг такого «я» согласован с внешними сигналами: что одобрят, что осмеют, что сделает привлекательным. Человек говорит, как принято, чувствует, как ожидается, реагирует, как научен. И постепенно забывает, как он сам смеётся, о чём на самом деле тоскует, что вызывает в нём подлинное волнение.

Маска становится второй кожей. Она кажется удобной, пока не приходит ночь — время, когда остаются только тени, и отражение в зеркале вдруг начинает казаться чужим.

Мир, в котором всё измеряется эффективностью, ценностью и привлекательностью, постепенно превращает самого человека в объект обмена. Эта метаморфоза происходит исподволь: незаметно для самого субъекта, чья сущность всё глубже сливаются с функцией. И вот уже больше не остаётся простого

присутствия — есть только презентация. Каждая встреча, каждое слово, каждый снимок превращаются в форму самопродажи, в тщательно откалиброванный акт самопредъявления. То, что когда-то было живым общением, теперь всё чаще становится демонстрацией, где одобрение публики важнее искренности.

Фромм увидел это раньше многих. Он писал, что человек, живущий в капиталистической культуре, постепенно начинает относиться к себе как к товару: улучшает «упаковку», развивает «навыки», продвигает собственный «бренд». Это было ещё предчувствием — резонансом тревоги, а не окончательным диагнозом. Тогда общество лишь приближалось к той черте, за которой человеческое «я» окончательно становится объектом рыночных отношений. Сегодня это уже не предчувствие. Это — действительность.

Социальные сети превратились в витрины, где каждый обязан выглядеть интересным, полезным, желанным. Романтические приложения, основанные на свайпах, навязывают логику мгновенного отбора: привлекательность, поданная как резюме, должна уложиться в несколько слов и фотографий. Интервью — не обмен, а испытание на соответствие. Даже дружба и семья нередко сводятся к условиям: что ты можешь дать, чем быть полезным, насколько ты соответствуешь ожиданиям? Возникает тонкий, почти незаметный шантаж — если не будешь соответствовать, будешь отвергнут.

В этой гонке за вниманием исчезает то, что нельзя монетизировать: простота, недостаточность, тишина. Всё, что невыгодно, постепенно становится постыдным. Личность не просто прячется — она отступает, вытесняемая образом. И чем совершеннее образ, тем сильнее внутренняя усталость от постоянной необходимости быть «кем-то». Так рождается кошмар: человек смотрит на себя глазами рынка, оценивает свои чувства как активы, свои мечты — как инвестиции, свои отношения — как сделки. И в этом расчёте теряется главное — живое ядро, которое не нуждается в оформлении, потому что просто есть.

Страх, не афишируя своего присутствия, постепенно становится главным регулятором поведения. Он диктует интонацию, направляет жесты, определяет границы допустимого. И именно он проектирует сложнейшую архитектуру общественного конформизма, в которой каждый шаг должен быть согласован с правилами, выработанными не сознанием, а инстинктом выживания. Открытая враждебность встречается всё реже — её заменяет невидимая, но всепроникающая необходимость быть «как все», «не выделяться», «не разрушать систему». И эта необходимость не навязана насилием, она принята добровольно — из страха быть отвергнутым, осмеянным, непонятым. В результате возникает парадокс: общество, декларируя свободу, создаёт среду, в которой почти никто не решается на подлинную самостоятельность.

Свобода внешняя, политическая, социальная — как только она становится доступной, обнаруживается её

болезненное противоречие с внутренним состоянием. Больше нет стен, нет диктатуры, нет прямого принуждения — но появляется новая тревога: если теперь можно всё, то почему так страшно делать выбор? Эта тревога обнажает то, что пряталось под слоем идеологий: глубокую, давно усвоенную зависимость от внешнего одобрения. Страх — не потерять свободу, а воспользоваться ею. Страх не быть наказанным, а оказаться ответственным за то, что происходит.

И тогда внутреннее рабство становится тем более мучительным, чем шире открываются двери наружу. Человек, отвыкший быть свободным в мыслях, вкусах, желаниях, остаётся в узком коридоре привычных схем, даже если весь остальной мир больше не удерживает его насилино. Он продолжает бояться не за свою жизнь, а за свой образ. Не за своё мнение, а за реакцию на него. И чем дальше продвигается идея индивидуальности, тем чаще она оказывается ролевой игрой, в которой индивидуальность сведена к декорации, а не к риску.

Так формируется невидимая тюрьма: снаружи — право говорить, действовать, выбирать; внутри — невозможность это право реализовать. И, не находя в себе силы быть свободным в подлинном смысле, человек всё чаще ищет утешения в привычной форме зависимости — в массовых взглядах, в утверждённых вкусах, в удобной, безопасной роли.

Жизнь Эриха Фромма соткана из внутренних разломов и исторических катастроф отражает все противоречия двадцатого века. Он родился в 1900 году во Франкфурте-на-Майне, в строгой, религиозной еврейской семье, где многовековая традиция раввинистической мысли накладывала на ребёнка ожидание следовать по уже проложенному пути. Эта традиция была не просто системой убеждений — она была образом жизни, внутренней структурой, передававшейся как дыхание. Фромм с ранних лет оказался в пространстве, где вопросы о добре, человеке, Боге и смысле звучали ежедневно, но в чётко очерченных границах. Однако, соприкоснувшись с мировой философией и психоанализом, он выбрал путь иного поиска — не через авторитет, а через сомнение.

Окончив университет, он всё глубже погружался в психологию, соединив теологическое наследие с интересом к социальной науке. Психоанализ Фрейда стал для него вначале откровением, затем — инструментом, а позже — предметом критики. Он стремился переосмыслить основные положения классического психоанализа, очищая его от биологического редукционизма и сексуальной односторонности. Вместо влечений — человеческие потребности в смысле, любви, связи. Вместо акцента на травмах — попытка понять, что делает личность живой, ответственной, зрелой. Он расширил рамки анализа, включив в них социологию, философию, антропологию.

С приходом нацистов к власти в 1933 году перед Фроммом, как и перед тысячами других немецких

евреев, встал вопрос не столько философский, сколько смертельно конкретный — как спастиесь. Он эмигрировал в Швейцарию, а затем — в США, где начал второй этап своей жизни и научной деятельности. Америка встретила его иначе: здесь уже не было ни религиозного давления детства, ни немецкой интеллектуальной иерархии. Здесь, в новом контексте, его идеи начали разворачиваться свободнее, но и встретили собственные ограничения.

Работая в Институте социальных исследований, связанном с Франкфуртской школой, Фромм постепенно начал отдаляться от ортодоксальных марксистских интерпретаций, предпочитая гуманистический подход. Его интерес сместился к тому, как общество формирует человеческий характер, и особенно — как капитализм превращает личность в функцию. Фромм остро критиковал современный Запад: он видел, что свобода, провозглашённая как высшая ценность, на деле приводит к отчуждению, изоляции, конформизму. В книге *Бегство от свободы* он вскрыл противоречие: человек получил право выбора, но оказался неспособным с этим выбором справиться. Страх перед свободой привёл к добровольной передаче себя под внешнее управление — будь то государство, корпорация, толпа или «общественное мнение».

В Америке Фромм столкнулся с другим видом утопии — с верой в бесконечный прогресс, потребление, самореализацию через успех. Он неустанно указывал, что в этой культуре теряется душа, разрушается связь между людьми, исчезает внутренний компас. Его книги

— Искусство любить, Иметь или быть?, Здоровое общество — были не просто критикой, но попыткой вернуть человечеству утраченный ориентир. Он предлагал гуманистический социализм, духовное обновление без возвращения к религиозному доктринальному догмату, осознанную личность вместо управляемого потребителя.

Однако и в Америке его работа встречала неоднозначную реакцию. Академическая психология считала его недостаточно эмпиричным. Марксисты — недостаточно революционным. Фрейдисты — отступником. Он оказался на перекрёстке: слишком духовен для социологов, слишком марксист для теологов, слишком религиозен для атеистов. Но именно в этой промежуточной позиции и заключалась сила его мысли. Он не стремился подчиниться школе. Он стремился понять человека — во всей его растерянности, боли, стремлении к любви и страхе перед собственной свободой.

Фашизм и технократия, кажущиеся столь различными в своей риторике и эстетике, на деле рождаются из одного и того же корня — невыносимости человеческой тревоги перед свободой. Первый — предлагает избавление от свободы через насилие и подчинение, второй — через рационализацию и контроль. И там и там человек оказывается облегчён: он больше не должен выбирать, думать, сомневаться. За него решат — диктатор, алгоритм, порядок, идеология. Всё, чтобы заглушить ту внутреннюю пульсацию, в которой свобода оборачивается бременем, а не благом.

Страх быть собой, страх оставаться с собой — это то, что толкает общество к фигурам, обещающим избавление. И чем глубже коллективное отвращение к внутренней работе над собой, тем охотнее общество делегирует власть тем, кто не испытывает сомнений. Но отсутствие сомнений — это часто не сила, а симптом. Тот, кто не способен к рефлексии, кто не знаком с собственной уязвимостью, кто отрицает в себе слабость, становится потенциальным тираном. Он не терпит инакомыслия, потому что не выдерживает инаковости в себе. Он требует подчинения, потому что не способен к диалогу даже с собственной совестью. И если такой человек получает власть, он использует её не для служения, а для компенсации — за унижения, за зависть, за чувство ничтожности, тщательно скрытое за агрессией.

Путь наверх для таких фигур кажется невозможным, пока не становится реальностью. Их продвижение — это не сбой системы, а её зеркальное отражение. Система, в которой ценятся не идеи, а впечатления; не глубина, а уверенность; не мудрость, а решительность, рано или поздно вознаградит тех, кто умеет громко говорить и обещать лёгкие ответы. Люди, уставшие от сложности, разочарованные в интеллигенции, раздавленные рутиной, начинают верить тем, кто говорит резко, просто, без оттенков. И в этих словах, за которыми нет подлинной любви к человеку, они находят иллюзию порядка — на время.

Чтобы это прекратилось, должно измениться не

правительство, не только институты — должна измениться сама культура восприятия. Пока восхищение грубой уверенностью побеждает уважение к сомнению, пока яркость маски важнее содержательности речи, пока страх одиночества сильнее стремления к внутренней зрелости — такие фигуры будут появляться вновь. Общество пожинает тех, кого оно готово слушать. И вопрос не в том, как не допустить «ублюдков» к власти, а в том, почему они вдруг становятся убедительными для миллионов. Пока не найдётся мужество признать свою хрупкость, одиночество, усталость — и не превратить всё это в осознанность — власть будет притягивать тех, кто громче других обещает избавить от боли. Даже если сам является её ходячим воплощением.

Нарциссизм часто ошибочно принимается за форму самоуважения, хотя в действительности он ближе к глубокой внутренней тревоге, к страху исчезнуть, если не отражаться в чужих глазах. Это не любовь к себе — потому что любовь предполагает принятие, внимание, бережность. Нарциссизм же — это отчаянная попытка доказать себе собственное существование через внешнее признание. Под маской уверенности скрывается хрупкость, которую нельзя показать никому, даже себе. Отсюда — театральность, потребность в поклонении, раздражительность при малейшем намёке на равнодушие. Это не избыток эго, а его зияние: в центре — пустота, которая заполняется отражениями, лайками, похвалами, властью, но никогда — покоям.

В этом состоянии революция воспринимается не как возможность внутреннего преображения, а как шанс

занять новое место в иерархии. Можно свергнуть монархию, уничтожить буржуазию, отменить старые правила — и тут же начать строить новые цепи, только с другими именами и лозунгами. Пока человек внутри остаётся подчинённым, вечно нуждающимся в одобрении, контроле, лидере, ритуале — он будет воссоздавать власть даже там, где, казалось бы, добился свободы. Революция, лишенная личной зрелости, превращается в смену вывесок: раб меняет хлыст господина на свою собственную дубинку и повторяет тот же круг.

Отсюда вырастает и тоскливая истина: большинству людей не нужна свобода в её подлинном виде. Свобода — это ответственность, риск, одиночество, необходимость слушать себя, выбирать, терпеть неопределённость. Это медленное и мучительное взросление. А гораздо проще, комфортнее и привычнее — найти хорошего хозяина. Того, кто пообещает порядок, безопасность, смысл. Кто скажет, как правильно, кого любить, кого ненавидеть, во что верить, чего ждать. Хозяин — это избавление от внутреннего труда. И именно поэтому тирании и культуры возвращаются вновь и вновь: не потому, что народ жаждет угнетения, а потому, что устает от неопределённости и сложности.

И в этом утомлении, в этой готовности отдать свою волю ради иллюзии порядка, кроется самая устойчивая форма зависимости — не политической, а экзистенциальной.

В эпоху потребления даже любовь перестала быть переживанием — она стала упаковкой. Общество, ориентированное на мгновенное удовлетворение, не в силах терпеть сложность, ожидание, противоречие. Поэтому вместо подлинной близости оно предлагает симулякр — внешне узнаваемую форму, лишённую содержания. Это романтика, тщательно срежиссированная по шаблонам фильмов и рекламных клише; это секс, снятый с глубины телесной сопричастности и сведённый к функции разрядки. Чувственность обесценена, страсть отучена от самоотдачи, а интимность — от тишины и медлительности. Всё должно быть легко, доступно, возбуждающе и без последствий. Любовь как труд, как путь, как раскрытие — исчезла. Остался её эквивалент, быстро распадающийся в руках.

Фромм, размышляя о любви, видел эту деградацию уже в середине XX века. Он предупреждал: если чувство подменить формой, оно погибает. Он писал о том, что любовь — это не результат удачного совпадения темпераментов или сексуальной совместимости, а внутреннее движение души, требующее зрелости, дисциплины, постоянной готовности быть в диалоге. В отличие от Фрейда, для которого секс был фундаментальным инстинктом, прорывающимся сквозь барьеры культуры и морали, Фромм видел в любви акт воли и понимания, не сводимый к биологическому или либидозному. Он не отрицал телесности, но стремился вывести её из состояния диктата — превратить в часть большего, в элемент соединения, а не замкнутую разрядку.

Фрейд описывал человека как существо, движимое влечениями, которое общество вынуждено сдерживать, подавляя желания ради цивилизации. Фромм, напротив, видел проблему в другом: общество не столько подавляет, сколько искажает само представление о любви, подменяя её механизмом рынка. В потребительской логике партнёр становится товаром — с «характеристиками», «достоинствами», «недостатками», «рыночной привлекательностью». Секс при этом — инструмент продажи и демонстрации, часть публичного образа. Он больше не принадлежит интимной сфере — он выставлен, разложен, превращён в контент. И чем более телесной становится культура, тем меньше в ней живого тела.

Современность отучила краснеть. Бесстыдство стало не вызовом, а нормой. Порнография растворилась в рекламе, обнажённость — в повседневной одежде, интим — в постах. Но за этим нарочитым отсутствием стыда скрывается не освобождение, а новая форма слепоты. Там, где больше не остаётся границы, исчезает и напряжение. Там, где всё дозволено, теряется вкус к откровению. Настоящая страсть требует тени, пространства, в котором возможна тайна. Когда же всё вывернуто наружу, страсть сжимается в рефлекс, превращаясь в развлечение, из которого ушло трепетание.

Фромм знал: где любовь становится товаром, там человек теряет способность к глубине. Он больше не

ищет себя в другом, не переживает сопричастность, не рискует быть уязвимым. Он выбирает, сравнивает, потребляет, переключается. И в этом бесконечном движении от одного контакта к другому он всё сильнее теряет способность к связности — с другим, с собой, с миром.

Психоанализ, лишённый этического измерения, быстро превращается в инструмент обнажения, но не исцеления. Он вскрывает травмы, расщепляет мотивации, разоблачает иллюзии — но делает это с холодной отстранённостью хирурга, которому важна лишь точность разреза, а не состояние больного. Без внутренней ответственности за другого, без осознания, что перед тобой не только случай, но и человек, психоаналитическая практика становится циничной. В ней появляется соблазн рационализировать страдания, превратить боль в материал, а жизнь — в цепочку объяснимых паттернов. Этический вакуум при этом не просто опасен — он разъедает саму суть помощи, заменяя участие наблюдением, сочувствие — интерпретацией.

Но и обратная крайность столь же бесплодна: этика, лишённая психологической чуткости, часто оказывается слепой и наивной. Она требует добродетели там, где есть лишь страх. Призывает к самоотверженности, не замечая глубинной травмы. Осуждает агрессию, не распознавая за ней боль и отчаяние. Она хочет видеть в человеке автономную, свободную личность, тогда как внутри — зажатый, нерефлексирующий механизм, действующий по модели выживания. Без знания о бессознательном, о

сопротивлении, о защитах — этические призывы звучат как красивые, но бесполезные заклинания.

И только в сопряжении этих двух измерений возникает возможность настоящего понимания. Там, где психоанализ признаёт не только структуру, но и ценность, где он отказывается от позиции наблюдателя и становится формой диалога, а не манипуляции, он перестаёт быть циничным. Там, где этика способна видеть сложность, где она не требует от человека невозможного, а помогает расти, принимая его раненым, она обретает подлинную силу. Настоящая глубина — всегда на стыке: знания и сострадания, анализа и заботы, точности и прощения.

Именно это соединение делает разговор о человеке живым. Иначе — одни будут считать человека сломанной машиной, а другие — несостоявшимся святым. В обоих случаях реального человека — со страхами, тенями, сомнениями — не будет видно вовсе.

Подлинно зрелая любовь начинается там, где исчезает потребность раствориться в другом. Она не требует поглощения, не стремится к полной идентичности, не ищет избавления от одиночества через слияние. Напротив, она растёт из уважения к границе, из понимания, что близость возможна только между двумя отделёнными существами, каждое из которых обладает собственной глубиной, собственной жизнью, собственной тишиной. Это не отказ от связи, но отказ от зависимости, от того навязчивого желания быть

спасённым через другого, слиться, чтобы исчезнуть. Там, где любовь — слияние, там всегда тень страха, что без любимого не останется ничего.

Зрелая любовь строится не на страхе, а на свободе. В ней есть место для дистанции, молчания, разногласий, роста. Она не требует быть одинаковыми, не пугается перемен, не пытается удержать. Её не разрушает разница ритмов или мировоззрений — потому что в основе лежит не стремление подчинить, а способность быть рядом, не теряя себя. Эта любовь не заполняет пустоту — она возникает там, где пустоты уже нет. Она не завершает личность — она сопровождает ту, что уже состоялась.

Такое чувство не нуждается в постоянных подтверждениях, не зависит от ролей, не разрушается, когда исчезает страсть. Оно спокойно, не потому что бесчувственно, а потому что укоренено в уважении. Оно не пытается восполнить внутреннюю нехватку — оно делится тем, что уже есть. И в этом нет холодности — наоборот, именно в этом рождается настоящая теплота: она не требует, не удерживает, не мучает. Она просто присутствует.

Но чтобы дойти до такой любви, необходимо пройти долгий путь — через ошибки, разочарования, иллюзии. Через ту стадию, где любовь — это спасение, где другой — как ответ, как лекарство, как смысл. Только пройдя через этот опыт зависимости, через собственную нецелостность, возможно начать любить иначе — не потому что нужно, а потому что есть из чего.

Религия в своей изначальной сути нередко стремится к освобождению — к выходу за пределы эго, к соединению с тем, что превышает индивидуальную конечность, к откровению, способному преобразить существование. В её истоках часто живёт зов к глубине, к подлинности, к преодолению поверхностного. Но по мере институционализации эта сила превращается в систему. И тогда вместо встречи с тайной человек получает набор правил, обрядов, обязательств, которые позволяют ему не приближаться к себе, а, напротив, прятаться. То, что могло стать шагом к внутреннему пробуждению, превращается в дисциплину бегства — от сомнений, от боли, от свободы, от вопроса, кем он на самом деле является.

Систематизированная вера предлагает комфорт: предписанные смыслы, готовые ответы, заранее обозначенные границы дозволенного. В этом комфорте исчезает необходимость быть в постоянном внутреннем напряжении — слушать, исследовать, терпеть неопределённость. Но исчезает и возможность быть живым. Потому что живая жизнь — это всегда риск. Не в героическом, внешнем смысле, а в глубинном — риск быть собой, чувствовать до конца, принимать одиночество, выбирать без гарантии. Жизнь, в которой нет риска, быстро становится имитацией: повторением чужих фраз, проживанием не своего сценария, принятием ролей вместо сущности. Там может быть порядок, стабильность, даже признание — но не будет подлинности. Всё настоящее связано с уязвимостью, и

потому с риском.

Страх смерти — это часто просто страх бессмысленно прожитой жизни.

И именно в этом напряжении раскрывается подлинный страх смерти. Он редко сводится к факту прекращения дыхания. Куда чаще — это страх оказаться никем, пройти весь путь, так и не начав жить по-настоящему. Страх не в том, что жизнь закончится, а в том, что она окажется пустой, списком чужих ожиданий, цепочкой компромиссов, вежливой и тихой капитуляцией перед нормой. Страх смерти — это вспышка накануне осознания, что многое было упущено, не прожито, не сказано. И потому самый глубокий ответ на него — не обещание вечности, а выбор подлинности здесь и сейчас. Не догма, не обетование, а внутреннее согласие жить не по инструкции, а по отклику.

Современный мир всё чаще пытается свести глубинные кризисы к вопросам устройства — будто бы достаточно выбрать новую систему, поменять декорации, сменить флаг и идеологию, чтобы исцелить расколотое существование. Но истинный выбор стоит гораздо глубже — это выбор не между левыми и правыми, централизованным и либеральным, а между разными образами самого бытия. Речь идёт не о форме власти, а о способе присутствия в мире, о том, как человек осознаёт себя, других, время, смерть, любовь. И здесь все прежние ответы теряют силу, потому что не затрагивают главного — утрату связи с чем-то большим, чем логика

производства и потребления.

Когда-то Бог был не просто идеей — Он был горизонтом, за которым раскрывалась тайна, страх, надежда. Его не обязательно было понимать, достаточно было чувствовать перед Ним меру своей смертности и величие тишины. Пророки говорили не для рынка, а вопреки ему — их речь не продавалась, она жгла, пробуждала, разрушала ложь. Мистика позволяла человеку выйти за пределы рационального, прикоснуться к невыразимому, к опыту, который не нуждался в лайках и доказательствах. Сегодня же всё это подверглось замене. Вместо Бога — рынок, вместо пророчества — рекламная стратегия, вместо молчания — контент.

Капитализм не уничтожил духовные стремления — он их переписал. Он взял язык веры, обёрнул его в мотивационные фразы, сделал из экзистенциального страха возможность для роста, превратил внутренний поиск в курс, который можно купить со скидкой до конца недели. Он не борется с мистикой — он её редактирует. Он не спорит с жаждой смысла — он предлагает её упростить и монетизировать. Душа, оставшаяся без опоры, больше не находит утешения в глубине — она покупает его на распродаже. И чем дальше уходит человечество от подлинного опыта тишины и боли, тем легче им управлять через обещание успеха, эффективности, мнимого счастья.

Капитализм не победил коммунизм в борьбе идей — он просто оказался способным интегрировать любую идею

в механизм продажи. Он извлёк из утопии её патос, её колективный дух, её язык надежды — и превратил всё это в бренд. В результате исчез не строй — исчезло ожидание иной жизни. Угасла не вера в революцию — угасла сама способность к преобразующему действию. Осталась только замена: вместо справедливости — устойчивый доход, вместо братства — корпоративная культура, вместо мечты — карьерный рост. И в этой подмене человечество оказалось перед не выбором политической модели, а перед вопросом: хочет ли оно жить как живое — или быть товаром с человеческим лицом.

Когда человек утрачивает способность сомневаться, он перестаёт быть субъектом своего мышления и превращается в сосуд для чужих истин. Без критического взгляда на то, что внушается, предлагается, декларируется, любая идея — даже самая светлая на первый взгляд — может стать инструментом порабощения. Идеология, не встречающая сопротивления, легко проникает в сознание, упрощая сложное, подменяя опыт схемой, обещая ответ там, где нужен вопрос. Она предлагает утешение — но ценой отказа от внутреннего усилия. В этом отказе человек и становится рабом: не потому, что кто-то приказал, а потому что сам отдал власть над собой — из усталости, из страха, из желания принадлежать.

Критическое мышление не делает человека холодным или циничным. Оно — форма заботы о подлинности. Это

способность не принимать автоматом, не подчиняться лозунгам, не повторять чужую правду, пока не проверена своя. Это не бунт ради бунта, а осторожность перед обманом. Потому что история полна примеров, когда за громкими обещаниями скрывались насилие, когда под видом «спасения» приходил контроль, когда вера превращалась в дисциплину послушания. И только способность остановиться, усомниться, переспросить — сохраняет личность живой в условиях, где слишком много навязывается под видом очевидного.

Но для этого необходимо принять одно простое, но нелёгкое чувство — неуверенность. Она — не слабость и не признак недоразвитости, а следствие пробуждённой чувствительности. Тот, кто чувствует всё слишком остро, не может быть окончательно уверен. Он видит больше — и потому чаще колеблется. Он допускает противоречия, слышит внутренние голоса, не может принять простых решений. Эта неуверенность не парализует — она удерживает от фанатизма. В ней живёт подлинное уважение к реальности, которая не сводится к одному объяснению.

Пробуждённая человечность не боится сказать «я не знаю». Она не прикрывается манией правоты, не спешит стать частью лагеря, не требует немедленного ответа. В этом внутреннем колебании больше зрелости, чем в любой готовой позиции. И пока сохраняется способность сомневаться — сохраняется свобода.

Человеческая природа не терпит замкнутости.

Внутреннее напряжение, если не находит выхода в созидании, начинает искать другие пути для разрядки — и рано или поздно приводит к разрушению. Это разрушение не обязательно проявляется как агрессия вовне; оно может быть тихим, направленным внутрь, принятым в виде апатии, зависимости, саморазрушительного поведения. Но суть остаётся: энергия, не реализованная в творческом акте, не исчезает — она искажается, теряет направление, обрачивается враждой к себе, к другим, к миру.

Творчество — это не только искусство. Это способ быть, форма выхода за пределы утилитарного. Это возможность придать форму тому, что не имеет языка, превратить боль в образ, смятение — в слово, одиночество — в структуру. Это акт сопряжения: с собой, с другим, с бытием. Именно в творчестве внутренний хаос находит порядок не через контроль, а через выражение. Там, где человек способен создавать — он может выносить страдание. Но если эту способность отнять или не развить, страдание становится бесформенным, и тогда разрушение представляется единственным выходом.

Именно по этой причине культура, лишённая подлинной творческой среды, становится опасной. В ней нет канала, куда можно направить тревогу, тоску, отчаяние, стремление к смыслу. Там, где нет места для внутреннего высказывания, начинается мнимая свобода разрушения — как имитация силы, как месть за глухоту мира. В таких условиях агрессия — не просто вспышка; она — свидетельство глубокого отчуждения,

неспособности соединиться с реальностью иначе, кроме как через её порчу. И это не только социальная, но и духовная катастрофа.

Созидание требует усилия, времени, одиночества, терпения. Разрушение — мгновенно. Потому именно безысходность, лишённая возможности быть преобразованной в жест, в музыку, в образ, в движение — выбирает самый короткий путь. И только тогда, когда человек находит свой голос, своё ремесло, свою форму отклика, он перестаёт быть заложником внутреннего давления. Он начинает строить — даже если строит из обломков.

Фромм настаивал: корень человеческой несвободы — не внешняя сила, а внутренний страх. Страх перед собственной глубиной, перед непредсказуемостью чувств, перед внутренним хаосом, который нельзя заглушить внешним порядком. Он видел: человек современности отвык быть собой, потому что быть собой — значит признать всю сложность своей природы. Признать агрессию и нежность, эгоизм и способность к жертве, страх и жажду свободы, любовь и отчаяние. Он знал, что личность не может развиться, пока избегает контакта с собственной тенью, пока строит жизнь вокруг избегания, а не осознания.

Фромм утверждал: единственный путь к зрелости — это движение внутрь. Не в смысле замкнутости, а в смысле

честного взгляда на самого себя, без самооправданий и ритуального самообвинения. Он понимал, насколько пугающим может быть этот взгляд. Потому что там, за фасадом социальных ролей, за идентичностями, склеенными из чужих ожиданий, открывается неустроенность, неуверенность, противоречие. Но именно это — и есть человек. Не гладкая концепция, а живая внутренняя борьба. Фромм не идеализировал человека, но и не терял веру в него: он видел шанс. Шанс не для всех и не автоматически, но для тех, кто рискнёт отказаться от бегства.

В этом отказе от бегства и заключается свобода. Перестать бояться себя — значит перестать проецировать вину на других, перестать искать врага вовне, перестать требовать от мира избавления от внутреннего конфликта. Это значит — начать путь. Путь не быстрый и не гарантированный. Но единственный, где человек становится не функцией, не ролью, не результатом воспитания, а кем-то, кто может видеть, чувствовать, отвечать. В мире, полном обещаний избавить от страха, Фромм предлагал не избавление, а зрелость. И это был его тихий, человеческий, неидеологический вызов: не беги — посмотри. Именно в этом взгляде и может родиться надежда.

Приглашаю вас ознакомиться с моей статьей *Beyond escape: Developing Fromm's humanist critique for the age of manufactured selves* (За пределами бегства: развитие гуманистической критики Фромма в эпоху фабрикованных личностей), опубликованной в *The Common Sense World*. В этой работе я исследую, как

идеи Эриха Фромма могут быть переосмыслены для анализа современных психологических и социальных реалий, когда личности всё чаще формируются под воздействием потребительской культуры и цифровых симуляций. Надеюсь, статья будет интересна тем, кто задумывается о человеческой свободе, идентичности и роли аутентичности в эпоху технологической зависимости.

БИБЛИОГРАФИЯ

Kriger, B. (2025). Beyond escape: Developing Fromm's humanist critique for the age of manufactured selves. The Common Sense World.

Fromm, E. (1941). Escape from freedom. New York, NY: Farrar & Rinehart.

Fromm, E. (1947). Man for himself: An inquiry into the psychology of ethics. New York, NY: Rinehart.

Fromm, E. (1950). Psychoanalysis and religion. New Haven, CT: Yale University Press.

Fromm, E. (1951). The forgotten language: An introduction to the understanding of dreams, fairy tales, and myths. New York, NY: Rinehart.

Fromm, E. (1955). The sane society. New York, NY: Rinehart.

Fromm, E. (1956). The art of loving. New York, NY: Harper & Row.

Fromm, E. (1959). Sigmund Freud's mission: An analysis of his personality and influence. New York, NY: Harper & Brothers.

Fromm, E., Suzuki, D. T., & De Martino, R. (1960). Zen Buddhism and psychoanalysis. New York, NY: Harper & Brothers.

Fromm, E. (1961). Marx's concept of man. New York, NY: Frederick Ungar Publishing Co.

Fromm, E. (1962). Beyond the chains of illusion: My encounter with Marx and Freud. New York, NY: Simon & Schuster.

Fromm, E. (1963). The dogma of Christ and other essays on religion, psychology, and culture. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.

Fromm, E. (1964). The heart of man: Its genius for good and evil. New York, NY: Harper & Row.

Fromm, E. (1966). You shall be as gods: A radical interpretation of the Old Testament and its tradition. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.

Fromm, E. (1968). The revolution of hope: Toward a humanized technology. New York, NY: Harper & Row.

Fromm, E. (1970). The crisis of psychoanalysis: Essays on Freud, Marx, and social psychology. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.

Fromm, E., & Maccoby, M. (1970). Social character in a Mexican village: A sociopsychanalytic study. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Fromm, E. (1973). The anatomy of human destructiveness. New York, NY: Holt, Rinehart and Winston.

Fromm, E. (1976). To have or to be?. New York, NY: Harper & Row.

Fromm, E. (1979). Greatness and limitations of Freud's thought. New York, NY: Harper & Row.

Fromm, E. (1981). On disobedience and other essays. New York, NY: Seabury Press.

Fromm, E. (1986). For the love of life. New York, NY: Free Press.

Fromm, E. (1989). The art of being. New York, NY: Continuum.

Fromm, E. (1994). *The art of listening*. New York, NY: Continuum.

Fromm, E. (1995). *The essential Fromm: Life between having and being* (R. Funk, Ed.). New York, NY: Continuum.

Friedman, L. J. (2013). *The lives of Erich Fromm: Love's prophet*. New York, NY: Columbia University Press.

Funk, R. (2000). *Erich Fromm: His life and ideas*. New York, NY: Continuum.

Funk, R. (2019). *Life itself is an art: The life and work of Erich Fromm*. London, UK: Bloomsbury Academic.

Burston, D. (1991). *The legacy of Erich Fromm*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Frie, R. (2024). *Edge of catastrophe: Erich Fromm, fascism, and the Holocaust*. New York, NY: Oxford University Press.

Burston, D. (1991). *The legacy of Erich Fromm*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Friedman, L. J. (2013). *The lives of Erich Fromm: Love's prophet*. New York, NY: Columbia University Press.

Funk, R. (2000). Erich Fromm: His life and ideas. New York, NY: Continuum.

Funk, R. (2019). Life itself is an art: The life and work of Erich Fromm. London, UK: Bloomsbury Academic.

Bronner, S. E. (1994). Of critical theory and its theorists. New York, NY: Routledge.

Jay, M. (1973). The dialectical imagination: A history of the Frankfurt School and the Institute of Social Research, 1923–1950. Boston, MA: Little, Brown.

Jacoby, R. (1981). Social amnesia: A critique of conformist psychology from Adler to Laing. Boston, MA: Beacon Press.

McLaughlin, N. (1999). Erich Fromm and the Frankfurt School: A re-evaluation. *Telos*, 1999(81), 45–68.

Wiggershaus, R. (1994). The Frankfurt School: Its history, theories, and political significance. Cambridge, MA: MIT Press.

Bottomore, T. (1991). Between Marx and Freud: Erich Fromm's political humanism. *Socialist Register*, 27, 120–135.

Evans, R. (2006). Fromm's humanism as critique: A dialectical approach to alienation and freedom. *Human Studies*, 29(3), 275–295.

Benhabib, S. (1986). Critique, norm, and utopia: A study of the foundations of critical theory. New York, NY: Columbia University Press.

Maccoby, M. (2014). The leaders we need: And what makes us follow. Boston, MA: Harvard Business Review Press.

Oakley, A. (2016). A small sociology of love: Fromm and beyond. *Sociological Review*, 64(1), 180–195.

Wolin, R. (2006). The Frankfurt School revisited and other essays on politics and society. New York, NY: Routledge.

Marcuse, H. (1964). One-dimensional man: Studies in the ideology of advanced industrial society. Boston, MA: Beacon Press.