

Философская практика в «платоновской пещере»

Борисов Сергей Валентинович

доктор философских наук

заведующий, Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, профессор,
Южно-Уральский государственный университет (Национальный исследовательский университет)

454080, Россия, Челябинская область, г. Челябинск, пр. Ленина, 69, каб. 444

BorISOV Sergey Valentinovich

Doctor of Philosophy

Head of the Philosophical Department at Chelyabinsk State Pedagogical University

454080, Russia, Chelyabinskaya oblast', g. Chelyabinsk, pr. Lenina, 69, kab. 444

✉ borisovsv69@mail.ru



[Статья из рубрики "В потоке книг"](#)

Аннотация. Статья представляет собой развернутую рецензию на книгу американского философа-практика Рэна Лахава «Выход из платоновской пещеры: философское консультирование, философская практика и само-трансформация» (Lahav, Ran. (2016). *Stepping out of Plato's Cave: Philosophical Counseling, Philosophical Practice and Self-Transformation*, 2 ed., Hardwick, Vermont (USA): Loyev Books, 226 p.). Рецензируемая книга является плодом более чем двадцатилетней работы автора в области философской практики. Исходя из содержания книги, в статье дается подробный анализ истории движения философской практики, содержанию основных подходов и методов, используемых в философской практике, соотношению философской практики и психотерапии, а также оригинальной теории самого автора. Статья базируется на сравнительно-историческом методе, компаративистском подходе, также дается критический анализ теории философской практики Рэна Лахава со ссылкой на основные его произведения. Данная развернутая рецензия дает возможность российским читателям познакомиться с основными идеями книги Рэна Лахава, которая в настоящее время еще не переведена на русский язык. Оригинальная методика автора рецензируемой книги, детально описанная в статье, может быть использована в практике философского консультирования и адаптирована к российской философской традиции.

Ключевые слова: современная философия, философская практика, философское консультирование, феноменология, психотерапия, критическое мышление, периметр, паттерн, Рэн Лахав, Пьер Адо

УДК: 101.1

DOI: 10.7256/2454-0757.2017.8.23648

Дата направления в редакцию: 22-07-2017

Дата публикации:

Статья подготовлена в рамках задания № 35.5758.2017/БЧ «Философская практика как новая парадигма современных социогуманитарных исследований» Министерства

образования и науки Российской Федерации на выполнение государственных работ в сфере научной деятельности и проекта РФФИ № 17-33-00021 «Теория и практика философского консультирования: компаративистский подход».

Abstract. Philosophical practice in the "Plato's cave"

This article represents an extensive review of the book by the American philosopher-practitioner Ran Lahav "Stepping out of Plato's Cave: Philosophical Counseling, Philosophical Practice and Self-Transformation" (2 ed., Hardwic, Vermont (USA): Loyev Books, 2016, 226 p.). The book under review is the fruit of more than twenty years of the author's work in the field of philosophical practice. Leaning on the content of the book, the article carries out a meticulous analysis of the evolution of movement of the philosophical practice, content of the main approaches and methods applied in philosophical practice, relationship between the philosophical practice and psychotherapy, as well as the author's original theory. The work is based on the comparative-historical method and a critical analysis of the theory of philosophical practice of Ran Lahav with reference to his main complitaions. This detailed peer review allows the Russian readers to familiarize with the basic ideas Ran Lahav's book, which has yet to be translated into the Russian language. The described in the article original methodology of the author of the book under review, can be implemented in the practice of philosophical counseling and adjusted to the Russian philosophical tradition.

Keywords: critical thinking, psychotherapy, phenomenology, philosophical counseling, philosophical practice, Modern philosophy, perimeter, pattern, Ran Lahav, Pierre Hadot

Годы экспериментов

Философская практика – это новое направление в современной философии, которое, начиная с 90-х годов прошлого века, обрело силу международного движения. Рецензируемая книга американского философа Рэна Лахава «Выход из платоновской пещеры: философское консультирование, философская практика и само-трансформация» является плодом более чем двадцатилетней работы автора в области философской практики.

Автор книги присоединился к этому движению на самых ранних этапах его формирования, и, как он пишет в одной из своих статей, вскоре ему стало ясно, что данное движение остро нуждается в своем самоопределении [\[1, 2\]](#). «Так началось мое философское путешествие, – пишет Лахав, – которое оказалось иногда волнующим, а иногда разочаровывающим, но всегда глубоким и полезным. На протяжении всего этого путешествия я был вдохновлен тем, что философия может углубить и обогатить нашу жизнь, но поначалу мне было трудно воплотить это на практике. Философия казалась слишком далекой от повседневной жизни и слишком абстрактной, чтобы иметь отношение к нашим личным проблемам. Мне потребовались годы экспериментов, чтобы поэтапно обнаружить способы решения этой проблемы» [\[3, p. vii\]](#).

Эти «годы экспериментов» не прошли даром, и плодом данной работы является рецензируемая книга. Многие идеи, систематически разработанные в книге, были опубликованы ранее в серии статей и книг автора [\[4-9\]](#). «Философия, как и жизнь, – пишет Лахав, – это бесконечное путешествие в местности, которая никогда не была полностью исследована и которая открывается только лично и творчески» [\[3, p. vii\]](#).

Название книги Рэна Лахава отсылает нас к аллегории платоновской пещеры [\[10\]](#). Как

известно, в своем произведении «Государство» Платон описывает группу людей, сидящих в пещере, связанных по рукам и ногам и неспособных двигаться. Всмотриваясь в каменный свод пещеры, они могут видеть только тени, отбрасываемые огнем, горящим позади них. Поскольку они никогда не видели ничего, кроме теней, они воспринимают их как реальный мир. Согласно Платону, эти люди похожи на всех нас, поскольку мы тоже ограничены своим пониманием мира и полагаем, что это понимание и есть реальность. Нам трудно постичь, что мы наблюдаем всего лишь игру теней на стене и что подлинная реальность выходит за пределы нашей пещеры. Одному из заключенных удастся освободиться от своих оков. Сначала он боится оглянуться, ведь свет огня больно бьет в глаза. Но после того, как его глаза привыкают к свету, и по мере того, как он пробирается к выходу из пещеры, он начинает все больше узнавать и ценить подлинный мир. Такова, по мысли Платона, роль философов – найти выход из пещеры. Однако их роль на этом не заканчивается. Нужно вернуться в пещеру, помочь другим освободиться от своих оков и показать им выход.

Лахав считает, что данная аллегория Платона касается всех нас, потому что это напоминает нам о нашем внутреннем стремлении достичь более глубокой и насыщенной жизни. Наш повседневный мир обычно ограничивается удобной и рутинной «пещерой», в масштабах которой мы ведем свои привычные дела. Только в особые моменты самосознания мы вдруг понимаем, как давит на нас пещерный свод и в нас появляется стремление вырваться из этой добровольной тюрьмы к более содержательной и свободной жизни.

По мысли автора, Платон не был единственным философом, который писал об этом стремлении. Это характерно для всей истории западной философии. Однако эта тоска по подлинности видна не только в трудах великих философов, мы ее можем обнаружить даже в бытовых, случайных разговорах людей с улицы, хотя не всегда эти разговоры встречают поддержку, так как очень трудно покинуть нашу уютную «пещерку» и изменить наш привычный образ жизни. Эта тоска говорит на многих языках.

Однако, несмотря на эти различия, она исходит из единого истока – «зова бытия». И хотя литературные произведения могут выразить эту тоску более поэтично и красиво, философия выражает это с большей ясностью.

Лахав называет всех философов, центрирующихся на данной проблематике, «трансформирующими мыслителями» (*transformational thinkers*) [3, p. 6]. К этим философам он относит Марка Аврелия, Жан-Жака Руссо, Ральфа Эмерсона, Фридриха Ницше, Анри Бергсона, Мартина Бубера, Эриха Фромма, Кришнамурти и многих других. Во-первых, эти мыслители говорят о том, что повседневная жизнь остается на поверхностном уровне, который не отражает всю полноту человеческого существования. Во-вторых, по мнению этих мыслителей, существует альтернативный способ человеческого бытия. В-третьих, они свидетельствуют, что очень нелегко перейти от нашего поверхностного состояния к состоянию полноты бытия. «Наши естественные тенденции не приводят нас к этому автоматически, – отмечает Лахав, – преодоление этих тенденций – большая проблема. Недостаточно просто посещать два раза в неделю семинар или курс лекций по “новой теории жизни”, заниматься зарядкой или йогой по утрам. Необходима полная трансформация, которая преобразит каждый аспект нашего существования – наши эмоции, поведение, мысли и отношения, от самых мелких до самых значительных» [3, p. 6].

Очевидно, что эти «трансформирующие мыслители» формулируют разные идеи, по-

разному понимают состояние человека, сосредотачиваются на разных аспектах человеческого существования и даже приходят к диаметрально противоположным выводам. Тем не менее, несмотря на все это разнообразие, они выражают те же три основных сюжета, отмеченных выше. Кроме того, для этих «трансформирующих подходов» Лахав находит еще две общие темы. Во-первых, эти подходы описывают наше поверхностное состояние, управляемое жесткими *паттернами*, а именно, шаблонами поведения, мысли, желаний, эмоций. Эти шаблоны являются результатом мощных психологических или социальных механизмов, которые действуют внутри нас, что приводит к ограниченным способам существования, отделяющим нас от полноты подлинного бытия. Во-вторых, все эти трансформирующие подходы предполагают, что состояние полноты выходит за рамки этих закономерностей и не может быть привязано к какой-либо фиксированной структуре. Они сравнивают это состояние с освобождением. Используются такие термины: свобода, спонтанность, поток, творчество, уникальность, подлинность, индивидуальность, открытость, экспансивность. Интересно, что данное освобождение описывается только косвенно, без точного анализа. Часто используются поэтические метафоры или обращение к личным переживаниям. И это не удивительно, ведь шаблоны и механизмы имеют фиксированную структуру и могут быть проанализированы прямо и точно. Напротив, то, что выходит за рамки шаблонов, противоречит анализу, поскольку выходит за рамки любой фиксированной формулы.

«Поэтому мы можем заключить, – отмечает Лахав, – что те или иные трансформирующие мыслители были вдохновлены одним и тем же фундаментальным пониманием человеческого бытия. Неслучайно, что их взгляды настолько похожи друг на друга. Видение, которое они все выражают, основано на общем человеческом опыте, на главной теме, которая вплетается в ткань человеческой жизни. Мы можем сказать, что это один из основных аспектов человеческого бытия» [3, p. 10]. Складывается впечатление, что «трансформирующие мыслители» пытаются не просто *описывать*, но и *предписывать*; не просто изображать то, каковы люди есть, но и то, каковыми они должны быть. Однако это не означает простого выражения личных предпочтений. Эти мыслители наделяют голосом (*giving voice*) тот призыв, который существовал всегда, призыв, который они не изобретали, а просто раскрыли и по-своему артикулировали.

Во второй главе своей книги Рэн Лахав дает краткую характеристику движению философской практики. Автор отмечает, что философия не всегда была чисто интеллектуальным делом. Со ссылкой на исследования П. Адо, он обосновывает, что философские практики можно обнаружить в древнегреческих и эллинистических школах, рассматривающих философию как образ жизни [11]. Однако автор отмечает догматичность этих подходов. Каждая философская школа имела конкретную доктрину «привальной» жизни, и она пыталась направить учеников на принятие этой доктрины. Разумеется, основатели этих школ были глубокими и творческими философами, но своим ученикам они дали уже законченную философскую систему. Эти ученики действовали только в рамках этой системы, что препятствовало свободному и открытому философскому поиску. «На самом деле, – пишет Лахав, – такой догматизм похож на другую платоновскую пещеру. Современным людям трудно согласиться с тем, что одна доктрина может охватить всю реальность. Если мы хотим использовать философию для само-трансформации (*self-transformation*), нам нужен более широкий философский подход, более разносторонний и открытый, без окончательных ответов и без каких-либо жестких доктрин» [3, p. 14]. Философствование – это деятельность, отмечает Лахав. Это открытое исследование, которое проводится без предубеждений.

Освещая вопрос, что же такое философствование, автор формулирует пять общих тем,

свойственных этой форме духовной деятельности.

Во-первых, все философы обращаются к фундаментальным вопросам действительности, в особенности к фундаментальным вопросам жизни. Говоря о том, что такие вопросы имеют фундаментальное значение, нужно иметь в виду, что они есть общие проблемы человеческого существования, не просто конкретные душевные состояния Джона или Мэри. Если вы обсуждаете только конкретную историю любви Джона или конкретную семейную проблему Мэри, то вы еще не философствуете, отмечает Лахав.

Во-вторых, все философы пытаются решить эти фундаментальные проблемы путем разработки теорий или, в более общем смысле, «сети идей» (*networksofideas*). Они не удовлетворяются простой сентенцией или детальным рассказом о Джоне или Мэри. Они развивают сеть идей, сложно переплетенных в единое целое, чтобы дать всестороннее понимание проблемы.

В-третьих, философы выстраивают эту сеть идей не на основе веры или личной убежденности (как в религии), и не на основе научного экспериментирования (как, например, в психологии или биологии), а на основе мышления или рассуждения. Рассуждение не обязательно означает логическое мышление в строгом смысле слова, поскольку некоторые философы используют образные рассуждения и интуитивное мышление. Кроме того, эти рассуждения не дают убедительных доказательств, ведь это невозможно в философских вопросах. Тем не менее, все истинные философы пытаются поддержать свои идеи рассуждениями, которые делают их (идеи) максимально последовательными, взвешенными и убедительными.

В-четвертых, все философы выстраивают свои идеи в творческом процессе. Они не просто копируют, а создают свои собственные оригинальные идеи. Это означает, что изложение содержания философской книги или анализ чужих идей не есть философствование.

И, в-пятых, философы не изолированы от других мыслителей. Почти всегда они развивают свои идеи в плодотворном общении, будь то в личных встречах, переписке или диалогах с трудами мыслителей прошлого, встроенных в ткань рассуждения. Философская рефлексия всегда проходит в контексте истории философии.

Обобщая сказанное, автор приходит к выводу, что философствовать – это значит исследовать основные вопросы человеческого существования путем создания сети идей рациональным, творческим и диалогичным способом [\[3, p. 17\]](#). В контексте философской практики, Лахав отмечает, что это современное интеллектуальное движение признает, что философская рефлексия имеет непосредственное отношение к нашей повседневной жизни. Автор видит в этом современную попытку возродить миссию древних философских школ о философском образе жизни [\[3, p. 18\]](#).

Далее Лахав дает детальный анализ различных подходов, укоренившихся в современной философской практике. Он их делит на три основные группы. Во-первых, существуют такие методы, которые можно обозначить как «Подход, ориентированный на решение проблем» (*Problem-Solving Approach*). Эти методы помогают людям решать конкретные проблемы своей жизни и преодолевать их: неудовлетворенность работой, семейными отношениями, низкая самооценка и т.д. В этом плане они похожи на методы психотерапии. Другой, связанный с этим подход, помогает людям развить навыки мышления, с помощью которых они могли бы справляться в будущем с личными проблемами и трудностями. Акцент в этом «Подходе, ориентированном на мыслительные

навыки» (*ThinkingSkillsApproach*) делается на совершенствование инструментов мышления, а не на решение конкретных проблем. Третья группа философских практик, которая может быть обозначена как «Подход, ориентированный на саморазвитие» (*DevelopmentApproach*), направлен на обогащение жизни смыслом и мудростью, глубиной и полной [\[3, p. 22-23\]](#).

По «технологии» реализации этих подходов, Лахав выделяет еще две группы. Во-первых, существуют философские практики, в которых превалирует критическое мышление. Сторонники этого «Подхода, базирующегося на критическом мышлении» (*CriticalThinkingApproach*) считают, что вся философия – это, по сути, стремление к рациональному анализу. В связи с этим, методы философского консультирования должны основываться исключительно на инструментах логического мышления, таких как аргументация, логическая состоятельность, анализ понятий, выявление скрытых предпосылок и т.д. Альтернативой критическому мышлению является то, что можно назвать «Подходом, базирующимся на мудрости» (*WisdomApproach*). Здесь основное внимание уделяется не критическому мышлению (хотя это тоже важно), а глубине философских идей. Его главная задача – не анализировать идеи, а «завершать» их для более глубокого понимания жизни [\[3, p. 24-25\]](#).

Автор старается избегать субъективной критики и предпочтений в характеристике этих подходов, однако по ходу изложения становится понятно, какие подходы ему ближе.

Философская теория Рэна Лахава

Далее Лахав «распутывает» еще один проблемный узел в характеристике движения философской практики, а именно объясняет, в чем заключается фундаментальное различие между философской практикой и психотерапией (для многих исследователей это различие не столь очевидно). Во-первых, психотерапия работает с процессами или механизмами, формирующими эмоции, мысли и поведение человека. Философия же работает с идеями. Философская практика, как форма философствования, основана на осознании того, что идеи обладают способностью преобразовывать нашу жизнь. При этом философия не заинтересована в каждой идее, ее не интересуют общепринятые мнения или популярные способы мышления, представляющие несомненный интерес для психолога или социолога. Философия не интересуется тем, как думают «нормальные» люди. Ее интересуют потенциальные способы мышления, выражающие связность, глубину, смысл, мудрость.

Это подразумевает второе различие между этими двумя практиками. Психотерапия, как исследование того, как люди чувствуют, думают и ведут себя, фокусируется на диапазоне реальных человеческих функций. Напротив, философская практика в первую очередь интересуется более высокими измерениями существования, теми измерениями, которые редко встречаются и часто скрываются. Главная задача психотерапии состоит в том, чтобы сделать жизнь человека функционально удовлетворительной по отношению к некой «норме», в то время как миссия философской практики, как это видится автору, должна подняться выше нормальности, выше функциональности, ища то, что является более ценным и глубоким [\[3, p. 29\]](#).

Следует отметить, что к проблеме соотношения философской практики и психотерапии автор вновь возвращается в седьмой главе, конкретизируя данную проблему вопросом: может ли философская практика способствовать удовлетворению запросов (*needs*) клиента? Хотя такой подход распространен в психотерапии, он, по мысли автора, неприменим к философской практике. Во-первых, этот подход искажает и упрощает

(*trivializes*) идеи «трансформирующих философов». Вместо того чтобы подвергать сомнению нашу нормальную жизнь и вдохновлять нас преодолевать ее, этот подход призывает нас вернуться к «нормальности». Вместо того чтобы вывести нас из «пещеры» нашей жизни, этот подход хочет помочь нам украсить своды нашей пещеры, сделать ее более комфортабельной. Во-вторых, когда мы ставим перед философией задачу решения наших личных проблем и удовлетворения наших запросов, мы тем самым превращаем ее в простой инструмент для достижения этих целей. Это означает, что философская практика будет руководствоваться только соображениями благополучия клиента, а собственно философские соображения, связанные с более глубоким пониманием бытия, отходят на второй план. В этом Лахав видит предательство (*betraying*) философии как поиска понимания и мудрости. В-третьих, после того, как перед философией будет поставлена цель удовлетворения запросов клиента, она проникнется потребительским духом современной рыночной экономики. Философ превратится в поставщика услуг, наподобие шеф-повара, который готовит пищу в соответствии со вкусами клиентов, или пластического хирурга, который модифицирует носы и губы, чтобы следовать эталонам красоты, или дизайнера интерьера, который проектирует жилые помещения, следуя моде стилей. В результате философия, которая всегда была критиком общепринятых социальных норм, становится «пешкой» в этой социальной игре, подстраивается под требования рынка. «Это не Сократы, Руссо или Ницше, – пишет Лахав, – которые пробуждали людей от их самодовольных заблуждений и самоуспокоенности, которые звали к обществу, которое не хотело их слышать, это просто одомашненные (*domesticated*) поставщики услуг» [\[3, p. 112\]](#).

Следующие главы книги Рэна Лахава посвящены характеристике того пространства «платоновской пещеры», в которой проходит наше повседневное существование. Автор приводит многочисленные примеры из личной философской практики, иллюстрирующие его теоретические построения. Примеры представлены в форме диалогов, погружающих в атмосферу живого общения, дающих возможность увидеть все нюансы развития индивидуального или группового философствования.

Следует отметить ряд базовых концептов, на которых Рэн Лахав выстраивает свою теорию. Одним из ключевых в понимании повседневного существования является концепт *периметра*. Мы постоянно интерпретируем наш мир, но делаем этой большей частью автоматически и бездумно. При всей практической пользе этих интерпретаций, например, для принятия решений, они зачастую являются нашей тюрьмой. Этот ограниченный нашей привычной интерпретацией мир и есть наш периметр. «Это сумма моих понятий о жизни, – поясняет Лахав, – тех понятий, которые в основном выражаются не через мои размышления и рассуждения, а через мое привычное поведение, эмоции и отношения» [\[3, p. 40\]](#).

Концепт «периметр» указывает на двойственную природу нашего мира, с одной стороны, означающую комфорт, удобство и безопасность, а с другой стороны, устанавливающую границу, предел. Периметр – это наша игра, у которой есть определенные правила, а в дополнение к правилам, есть четкая цель. В этом смысле, утверждает Лахав, игры, в которые мы играем, соответствуют нашим периметрам. Мы можем находить эти игры весьма захватывающими, но это не реальность, так как правила и цели игры устанавливаются произвольно. «В баскетбольной игре мы ведем себя так, как будто нам очень важно попасть мячом в корзину, хотя вне игры нам все равно, где этот мяч находится. Эти правила и цели сами по себе не имеют реальной власти надо мной. Я связан ими только до тех пор, пока я их принимаю, только до тех пор, пока я идентифицирую себя с ними и позволяю им определять мое поведение», – поясняет

Лахав [3, p. 46].

Возникает вопрос: что же сдерживает нас в периметре нашей «платоновской пещеры»? Для объяснения этого Рэн Лахав пользуется концептами «паттерны» (*patterns*) и «силы» (*forces*). Важнейшим ключом к пониманию периметра являются поведенческие и эмоциональные модели. Когда наше понимание жизни ограничено определенным периметром, у нас есть подогнанный под него репертуар эмоций и стилей поведения, которому мы следуем. Это и есть наши паттерны. Изучая этот репертуар, мы можем понять тот периметр, который он обслуживает. Паттерн – это устойчивая тема, которая проигрывается в нашей жизни снова и снова. В тех или иных жизненных ситуациях мы снова и снова используем один и тот же репертуар стилей поведения и эмоций [3, p. 51]. Понять свой периметр мы можем также, сосредоточив свое внимание на том, как мы сопротивляемся изменениям. Мы можем осознать, что наши паттерны бывают весьма жесткими. Лахав полагает, что существуют поддерживающие их внутренние силы, сопротивляющиеся изменениям. Философу-консультанту, который пытается разобраться в паттернах клиента, следует хорошо разбираться в этих силах [3, p. 55]. Многие чувства и эмоции – беспокойство, скука, неловкость и т.д. – являются прямым указанием на действие этих сил, когда можно обнаружить внутреннюю борьбу в душе клиента. Возвращаясь к аллегории платоновской пещеры, Лахав сравнивает паттерны с тюремными стенами, которые осознаются заключенным, но определенные силы вынуждают его оставаться в этой темнице [3, p. 57].

Как же философ-консультант может исследовать «ландшафт периметра» (*PerimetralLandscape*) своего клиента? В этом контексте, считает Лахав, философский процесс проходит в два этапа: во-первых, это философское исследование, открывающее сам периметр, и, во-вторых, это поиск выхода из этого периметра. Эти этапы различны по своему содержанию. Первый посвящен главным образом анализу существующего положения дел, другими словами, определению структур периметра. На втором этапе, напротив, основное внимание уделяется поиску потенциальных горизонтов вовне. В то время как на первом этапе акцент делается на наблюдении и анализе, второй открывает источники творчества и вдохновения. Поскольку первый этап использует наблюдение и анализ, он основан главным образом на стандартных инструментах логического мышления: определении понятий, сравнении, выявлении скрытых предпосылок, построении корректных выводов и т.п. Напротив, второй этап творческий и экспериментальный. Он включает в себя поиск новых способов понимания, выработку принципиально новых путей, экспериментирование и интуицию. Используя многочисленные примеры из практики индивидуального и группового философского консультирования, автор в пятой главе своей книги показывает разнообразные методы своей работы.

Первые две или три сессии обычно посвящаются выявлению поведенческих и эмоциональных паттернов клиента. Но для философа-практика эти паттерны не интересны сами по себе. Они исследуются только для того, чтобы дать ключи к пониманию периметра. Затем данное понимание необходимо синтезировать в нечто большее. Рэн Лахав называет это «мировоззрением периметра» (*perimetralworldview*). Данное мировоззрение представляет собой совокупность всех представлений клиента о своем периметре [3, p. 79]. Этот синтез иллюстрируется автором следующим примером: представим себе, что в процессе философского консультирования клиенту последовательно открываются три понимания своего периметра. Понимание 1: Мне нравится весело проводить время («Мне нравятся забавные фильмы. Мне нравится

смеяться и дурачиться. Я очень горжусь своим чувством юмора»). Понимание 2: Мне важно быть признанным («Иногда меня раздражают люди, которые не разделяют моего образа жизни, они как будто игнорируют меня»). Понимание 3: Мне тревожно быть в присутствии Другого в силу его ожиданий («Я очень нервничаю, когда я нахожусь в компании других людей. Я чувствую, что они чего-то ждут от меня, но я не знаю чего. Возможно, я не знаю себя») [3, p. 82]. Далее автор приводит ряд тематических исследований (*casestudies*), посвященных «проблеме Другого» на примере использования в философском консультировании текстов Ж.-П. Сартра, Х. Ортеги-и-Гассета, Э. Левинаса, М. Бубера.

Можно ли рассматривать понимание периметра как философскую теорию? «Теорию можно рассматривать как сеть идей, которая пытается пролить свет на тот или иной предмет изучения, что с полным правом можно отнести и к пониманию периметра», – поясняет Лахав [3, p. 85]. Конечно, понять периметр «человека с улицы» не так сложно по сравнению с философскими теориями великих мыслителей. Понимание периметра может быть упрощенным, искаженным, предвзятым, основанным на ошибочных рассуждениях, и все же – это тоже философская теория. Но не в том смысле, который мы находим в философских книгах и учебниках по философии, а в том, что каждый мыслящий человек, по сути, является философом, хотя и не всегда хорошим философом. Как и профессиональный философ, каждый мыслящий индивидуум может представить свое отношение к миру посредством теории в своих рассуждениях о любви, дружбе, нравственности или смысле жизни.

Еще один концепт, на котором Рэн Лахав выстраивает свою философскую теорию, носит название *внутреннего измерения (InnerDimension)*. Данный концепт описывает трансформационное состояние индивида, связанное с поиском выхода из периметра. «В качестве первого шага, – пишет автор, – мы должны научиться идентифицировать его (внутреннее измерение), чтобы знать, где искать и что искать. Здесь нет общей формулы. Подобно тому, как различаются периметры у разных людей, так и выходы из периметра по направлению к внутреннему измерению тоже различны. Внутреннее измерение для каждого человека имеет свой специфический “язык”, которым он (человек) повествует о своей жизни» [3, p. 152]. Для определения концепта «внутреннее измерение» автор использует следующие характеристики:

1. *Драгоценность (Preciousness)*, т.е. идея о том, что трансформационное состояние воспринимается как имеющее особую ценность. На фоне повседневных моментов существования, которые кажутся незначительными, неосознанными, рутинными, данное состояние переживается как момент особой значимости – не потому, что это состояние полезно для какой-либо прагматической цели, а потому, что оно ценно само по себе.
2. *Полнота (Fullness)*, т.е. чувство полноты непосредственного осознания реальности, когда рассеивается туман «небытия» в автоматизмах повседневности, и мы начинаем ценить момент настоящего во всей его полноте. Это не теоретическая оценка открытия ранее неизвестных фактов, а непосредственное осознание полноты и богатства реальности вне и внутри нас.
3. *Цельность (Self-unity)*, т.е. в противовес паттернам и силам, разъединяющим наши стремления, в трансформационном состоянии мы обретаем единство. Наши мысли, эмоции и поведение больше не являются разделенными и изолированными, они не тянут в разные стороны, а являются частью единого целого, частью нашей единой внутренней сущности.

4. *Децентрализация (Decentralization)*, т.е. в противоположность повседневной централизации на себе в попытках управлять и контролировать свои потребности, а также людей и события, в трансформационном состоянии мы, наоборот, осознаем себя частью более масштабной реальности, выходящей за пределы нашего маленького «я», открывающей перед нами широкие горизонты жизни.

5. *Внутренняя свобода (InnerFreedom)*, т.е. если до обретения трансформационного состояния нас ограничивали фиксированные психологические силы и паттерны, и в этом смысле мы были несвободными, то в трансформационном состоянии мы становимся свободными от действия этих механизмов за счет обретения целостности; отныне мы способны к самоопределению [\[3, p. 125-126\]](#).

Лахав отмечает, что, возможно, самым явным намеком на то, что есть жизнь за пределами нашего узкого периметра, является чувство неудовлетворенности, тоски (*yearnings*) [\[3, p. 135\]](#). Чувство неудовлетворенности как бы говорит нам: «Существует более полная жизнь, чем та, которую ты проживаешь в своей тесной пещере». Однако не всякая неудовлетворенность касается пещеры в целом. Многие может касаться лишь конкретных деталей внутри пещеры, выражать желание локальных улучшений. Здесь же речь идет о фундаментальной неудовлетворенности, которая не связана с конкретной бытовой проблемой, а указывает на то, что мы неудовлетворены своим мировоззрением. Это то, что бросает нам вызов, выводит нас за рамки привычной жизни, манит нас.

Мне представляется любопытной десятая глава рецензируемой книги, в которой автор дает характеристику особому состоянию личностной трансформации – философскому созерцанию (*contemplation*) на примере духовных упражнений Марка Аврелия. Опираясь на исследования П. Адо и А. Лонга [\[12,13\]](#), Лахав называет Марка Аврелия «одним из древних предшественников современной философской практики» [\[3, p. 177\]](#). Однако чтобы использовать «методику» Марка Аврелия в философской практике необходимо различать его «духовные упражнения» и его философскую доктрину. Марк Аврелий применяет свои созерцательные методы к идеям стоицизма, но мы, поскольку мы не являемся приверженцами стоицизма, можем использовать его методы, даже не разделяя целиком и полностью эту философскую доктрину. В философской практике недопустимо доктринерство. Целью является пробуждение внутреннего измерения, а для этого необходима свобода в выборе собственного уникального пути. Однако мы должны понимать, что наша внутренняя глубина вряд ли будет вдохновлена какой-либо произвольной идеей. Это будет только близкая нам идея, которая будет усовершенствована и завершена с помощью идей того или иного философа. «Поэтому, – делает вывод Лахав, – только если мы знаем язык внутреннего измерения человека, если мы знаем основные понятия, лежащие в основе его мировоззрения, только тогда мы можем использовать нужные философские тексты, содержащие похожие идеи, способные пробудить и вдохновить его» [\[3, p. 180\]](#).

Итак, что же это за «путь философского созерцания», которым предлагаем следовать Рэн Лахав? Этот путь предполагает: во-первых, изучение языка «говорящего» в отношении его периметра и внутреннего измерения; во-вторых, использование связанных по смыслу философских текстов, чтобы пробудить в человеке внутреннее измерение и наделять его голосом (*giving voice*), или, более конкретно, подняться до уровня философских размышлений. Созерцание – сложная практика. По словам Марка Аврелия, для того, чтобы ее развивать нам следует полностью открыться идее. Другими словами, мы должны научиться реагировать на идеи не исходя из наших паттернов, а исходя из нашего внутреннего измерения, внутренней глубины. Чем полнее мы разовьем

в себе эту способность, тем скорее мы сможем преодолеть наши привычные реакции, что позволит достичь духовной трансформации [\[3, p. 181\]](#).

«Когда мы используем философский текст для созерцания, – отмечает Лахав, – мы не рассматриваем его содержание как теорию. Мы не пытаемся это содержание анализировать и дискутировать о нем – это все пережитки нашего самоуверенного (*opinionated*) разума, который занимает позицию стороннего наблюдателя и поэтому мешает созерцательному отношению. В созерцании содержания текста мы не думаем о (*thinkabout*) тексте, но мы находимся в (*with*) самом тексте, исходим из внутренней пустоты, прислушиваясь к смыслу текста и резонируя с ним. Это не означает, что мы согласны с тем, что говорится в тексте: согласие или несогласие совсем не важно» [\[3, p. 184\]](#). (Как известно, эта процедура чтения является несколько измененным, нерелигиозным вариантом техники, разработанной в средние века католическими монахами, называемой *Lectio Divina* (божественное чтение), предназначенной для чтения Библии). Конечно, не каждый философский текст подходит для созерцательного чтения, поэтому Лахав советует выбирать короткие тексты (не более трех-четырех абзацев), насыщенные смыслом (без излишних повторов и многословных объяснений) и касающиеся проблем человеческого существования (аутентичности, любви, свободы и т.д.).

Далее автор дает конкретные рекомендации, касающиеся основных процедур индивидуального и группового философского консультирования, поддерживающего созерцательное отношение. Более подробно об этом, а также о такой форме группового консультирования как «*философское партнерство*» (*philosophical companionship*) можно узнать в книге Рэна Лахава «Руководство по философскому партнерству: принципы, процедуры, упражнения», переведенной на многие языки мира, включая русский язык [\[4, 14\]](#).

Подводя итог краткому обзору книги Рэна Лахава «Выход из платоновской пещеры», хочется сказать, что, даже используя в своей философской практике все то, что написано в этой книге, мы все же не можем рассчитывать раз и навсегда выйти за пределы нашего периметра и всегда быть открытыми голосу мудрости. Время от времени мы опять будем обнаруживать себя в своей «пещере». Но при этом мы, несомненно, обретаем опыт более глубокого понимания жизни. Наши привычные поведенческие и эмоциональные паттерны не исчезнут, хотя и будут ослаблены. Тем не менее, у нас появится новое измерение нашего бытия, мы обретаем его новое понимание. И в этой открытости будет заключаться наша фило-софия, любовь к мудрости. Эту любовь к мудрости почувствует любой проницательный читатель книг и статей Рэна Лахава.

Библиография

1. Lahav, R. (2016). "Philosophical Practice – Quo Vadis?" in: Ed. Stephen Costello, The Philosophy Clinic, Cambridge Scholars Press.
2. Лахав, Р. Философская практика – Quo Vadis? / Р. Лахав // Социум и власть. – Челябинск, 2016. – № 1 (57). – С. 7-14.
3. Lahav, R. (2016). Stepping out of Plato's Cave: Philosophical Counseling, Philosophical Practice and Self-Transformation, 2 ed., Hardwick, Vermont: Loyev Books.
4. Lahav, R. (2016). Handbook of Philosophical Companionships, Hardwick, Vermont: Loyev Books.
5. Lahav, R. (2016). "The Philosophical Gardner," in: Lydia Amir, New Frontiers of Philosophical Practice: Expanding Boundaries, Cambridge Scholars Press.

6. Lahav, R. (2015). "Contemplative Philosophy and Philosophical Practice," in: Ed. Michael Noah Weiss, *The Socratic Handbook*, LIT Verlag.
7. Lahav, R. (2014). "Philosophical Counseling in Search of Self-Edification," *Overtures: Revue de Philosophie, Theologie, et Psychanalyse*, 2.
8. Lahav, R. (2013). "Philosophical Counseling and Self-Transformation," in: Ed. Elliot Cohen, *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Press.
9. Lahav, R. (2012). "Philosophical Voices of Self-Transformation," *Journal of Humanities Therapy*, 3.
10. Платон. Государство. Кн. VII / Платон // Платон. Собрание сочинений: в 4 т. – М.: Мысль, 1994. – Т. 3. – С. 295-298.
11. Hadot, P. (1995). *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*, Malden, MA: Blackwell.
12. Hadot, P. (1995). *The Inner Citadel: The Meditations of Marcus Aurelius*, Cambridge: Harvard University Press.
13. Long, A.A. (2006). *From Epicurus to Epictetus. Studies in Hellenistic and Roman Philosophy*, Oxford: Clarendon Press.
14. Лахав, Р. Руководство по философскому партнерству: принципы, процедуры, упражнения / Р. Лахав. – Hardwick, Vermont: Loyev Books, 2016. – 62 с.

References (transliterated)

1. Lahav, R. (2016). "Philosophical Practice – Quo Vadis?" in: Ed. Stephen Costello, *The Philosophy Clinic*, Cambridge Scholars Press.
2. Lakhav, R. *Filosofskaya praktika – Quo Vadis? / R. Lakhav // Sotsium i vlast'*. – Chelyabinsk, 2016. – № 1 (57). – S. 7-14.
3. Lahav, R. (2016). *Stepping out of Plato's Cave: Philosophical Counseling, Philosophical Practice and Self-Transformation*, 2 ed., Hardwick, Vermont: Loyev Books.
4. Lahav, R. (2016). *Handbook of Philosophical Companionships*, Hardwick, Vermont: Loyev Books.
5. Lahav, R. (2016). "The Philosophical Gardner," in: Lydia Amir, *New Frontiers of Philosophical Practice: Expanding Boundaries*, Cambridge Scholars Press.
6. Lahav, R. (2015). "Contemplative Philosophy and Philosophical Practice," in: Ed. Michael Noah Weiss, *The Socratic Handbook*, LIT Verlag.
7. Lahav, R. (2014). "Philosophical Counseling in Search of Self-Edification," *Overtures: Revue de Philosophie, Theologie, et Psychanalyse*, 2.
8. Lahav, R. (2013). "Philosophical Counseling and Self-Transformation," in: Ed. Elliot Cohen, *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, Cambridge Scholars Press.
9. Lahav, R. (2012). "Philosophical Voices of Self-Transformation," *Journal of Humanities Therapy*, 3.
10. Platon. Gosudarstvo. Kn. VII / Platon // Platon. Sbranie sochinenii: v 4 t. – M.: Mysl', 1994. – Т. 3. – С. 295-298.
11. Hadot, P. (1995). *Philosophy as a Way of Life: Spiritual Exercises from Socrates to Foucault*, Malden, MA: Blackwell.
12. Hadot, P. (1995). *The Inner Citadel: The Meditations of Marcus Aurelius*, Cambridge: Harvard University Press.
13. Long, A.A. (2006). *From Epicurus to Epictetus. Studies in Hellenistic and Roman Philosophy*, Oxford: Clarendon Press.
14. Lakhav, R. *Rukovodstvo po filosofskomu partnerstvu: printsipy, protsedury*,

uprazhneniya / R. Lakhav. – Hardwisk, Vermont: Loyev Books, 2016. – 62 s.