

ВОСПРИЯТИЕ И ПЕРЕЖИВАНИЕ ОДИНОЧЕСТВА В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Елкина А.В.¹

¹ Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Омский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Автор, ответственный за переписку:

Елкина Анастасия Витальевна, студентка 2-го курса лечебного факультета ФГБОУ ВО ОмГМУ Минздрава России. elkina_nastasya@list.ru

Резюме

В представленной статье рассматривается аспект одиночества. Большое значение в раскрытии сущности одиночества имеет индивидуализация. На данный момент трендовым является раскрытие своего потенциала, познание себя, самолюбие, что в своём роде и есть персонализация. Ценность философского осмысления одиночества состоит в актуальности внимания к большей значимости обособления индивидов в обществе.

Ключевые слова: одиночество, индивидуальность, оторванность, отчуждение, изгой, познание себя.

Одиночество является сложной проблемой для психологии, философии, социологии и смежных дисциплин. Данная проблема исследовалась с давних времён, но в настоящее время она также актуальна. Интересы современного человека сфокусированы на материальных благах. Забываются духовные ценности. В погоне за успехом люди отдаляются друг от друга.

С точки зрения психологии «одиночество – это переживание, вызывающее комплексное острое чувство, которое выражает определённую форму самосознания, и показывающее раскол основной реальной сети отношений и связи внутреннего мира личности» [1]

Жан-Поль Сартр считал: «одиночество человека заключается в выборе действий. Будучи лишенным возможности перекладывать ответственность за свои решения, человек обречен осуществлять свой выбор сам, единолично» [2].

Ошо (индийский религиозный деятель) говорил: «Первое, что нужно осознать, – что, хочешь ты того или нет, ты один. Одиночество – сама твоя природа. Ты можешь попытаться его забыть, ты можешь попытаться не быть один, находя друзей, находя любовников, смешиваясь с толпой... Но, что бы ты ни делал, это останется на поверхности. Глубоко внутри, твоего одиночества это не касается, оно остается незатронутым» [3].

Исходя из вышеизложенных понятий можно сделать вывод, что одиночество в определённой мере является естественным состоянием человека. Следовательно, его можно воспринимать по-разному. Переживание одиночества зависит от призмы, через которую на него смотрит человек. Далее изложены мысли, рожденные из собственного опыта. Выделяются следующие этапы одиночества:

1. Осознание одиночества
2. Восприятие, реакция
3. Возникновение вопросов

Во втором и третьем этапе могут быть разные пути развития событий. На втором этапе я испытывала страдание, приняв общепринятое мнение, что одиночество – это плохо, неполноценно, уязвимо и в целом больно. Человек не обязательно может испытывать негативные эмоции, если он не поддаётся чужим умам. Возможны и принятие, и наслаждение, и нейтральность.

В третьем этапе исходя из названия было много вопросов: «Что данное состояние даёт мне?», «Что с ним делать?». Были неудачные попытки заткнуть это чувство другими людьми, действиями, избежать его, но, поскольку оно естественно для человека, это не избавляло от травмирующих эмоций. Тогда было принято решение попробовать трансформировать его. Выделить из ситуации что-то положительное. Необходимо осознавать сущность, ум, способности, которыми мы обладаем. Это отличает нас от других, в этом проявляется одиночество, и это есть индивидуализация.

А может и не быть никаких этапов. Здоровый ментально человек будет жить в этом состоянии и не ощущать его. Но зачастую личность тяжело переносит одиночество. Состояние подобно нахождению в пустыне, которая накрывает, вызывая ощущение тоски и пустоты.

К слову хочу привести в пример человека, который очевидно не уживался с одиночеством. Интерес представляет то, что персонаж был крайне раскрыт и именно это и было проблемой.

Для Марины Цветаевой собственное переживание одиночества завершилось трагически.

Как отмечает В.В. Заманская, Цветаева понимала и принимала судьбу. Поэтесса рождена для одиночества. Это её земной крест. Без него она перестает быть поэтом. Изначально принятие погубило бы сущность Марины Ивановны. В письме Ю. Иваску поэтесса пишет, что не находит родственной души даже среди поэтов. Не имеет книг, читателей, среды.

Сравнивает себя с собакой. В данном случае от общества исходит неприятие и не понимание, именно от этого писательница испытывает дискомфорт. Одиночество проявляется в изгнании сформированной сущности человека.

К сожалению, в нашем социуме принято воспринимать одиночество в негативном ключе. Именно из-за восприятия одиноким людям больно. Они чувствуют себя не принятыми и чужими. Они разорваны и целы одновременно. Разорваны обществом, целы одиночеством. Одиноким, чтобы жить должен быть сильной и вдохновлённой личностью. Сильным, чтобы противостоять внутренним винтам. Вдохновлённым, чтобы противостоять мнениям других. Есть ли своё счастье у одиноких? И в чём оно? Оно заключается в истинном обретении себя, индивидуальности и ключевое сохранение этого в обществе, что является сложным, поскольку общество давит и душит собой.

Социум не понимает контрастности. Умы слишком каменные, для того чтобы знакомиться с чем-то другим. Одиноким люди как полоса в книге от маркер-выделителя среди чёрно-белого. Многим людям самим хочется выделиться и они завидуют этому маркеру. Также общественное сознание может восхищаться и превозносить. У общества есть общий голос, но он может разделиться. На поколения, времена, понятия. Можно быть признанным или отвергнутым или и то, и то одновременно. Следовательно, цельность от одиночества может и укрепляться обществом. Получается жизнь одинокого зависит от общества? Да, если одиноким социально зависим.

Можно предположить, что одинокие – сила. Им лишь стоит раскрыться и бросить вызов определённой части социума. Может эти люди движут миром? Миром индивидуальности, которого так мало. Одиночество может пожирать или раскрывать. Также стоит учитывать, что чаще подразумевается

под одиночеством именно в обществе. Обычно люди хотят внимания, любви, заботы, чувства принадлежности кому-то, принятия. Когда данные потребности не удовлетворяются, человек начинает думать, что он испытывает чувство одиночества. Возникает вопрос, почему люди хотят связать себя с кем-то или чем-то. Нужно определиться что тебе нужно. Зависимость или свобода, принадлежность самому себе? Почему, если ты свободен, то чувствуешь чувство одиночества? Здраво ли это? Можно сказать, что большинство людей не могут справиться с свободой и пытаются связать себя отношениями. Мы должны прийти к тому, чтобы не быть зависимыми от того что происходит во вне, тогда и одиночество не будет существовать. В пределах нашего тела мы всегда одни. Мы можем общаться, вступать в половые отношения, но в пределах нашего тела мы одни. Это нужно ценить. Ценить, что в наш духовный мир, понятия, мировоззрение никто не может забраться. Это наше собственное пространство, разве это не замечательно? Философ Жан-Поль Сартр считал, что одиноким в выборе пути, поступков. На человеке лежит ответственность, которую не переложить на других. Сартр считает, что человек обречен быть свободным. Человек в экзистенциализме неизбежно одиноким в этой свободе.

Одиночество естественное состояние человека, если рассматривать то, что люди различны и индивидуальны. В жизни одинокого человека переплетаются социальное одиночество с личностным. Именно личностное одиночество является нормой. Человек не должен испытывать страдания от одиночества. Каждому человеку стоит разобраться в этой теме, поскольку это наша сущность. Необходимо осознать своё одиночество, которое присуще каждому и преодолеть общественные клише, призмы, свои страсти, деструктивные потребности. Осознание этого аспекта делает нас выше, сильнее,

состоятельнее. Нужно принять своё одиночество, поскольку оно есть сущностная характеристика человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Возрастные особенности переживания одиночества [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.allbest.ru/> (дата обращения 12.02.2022)
2. «Теории»: Сам по себе. Пять концепций одиночества [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://concepture.club/post/obrazovanie/teorii-odinochestva> (дата обращения 12.02.2022)
3. Фромм Об одиночестве [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://xfresh.info/samorazvitiye/305-filosofy-ob-odinochestve> (дата обращения 12.02.2022)