О.В.Иванова, научный сотрудник

[Мемориального Дома-музея академика А.А. Ухтомского (Рыбинск)](https://yandex.ru/maps/org/memorialny_dom_muzey_akademika_a_a_ukhtomskogo/1024172324/?source=wizbiz_new_text_single" \t "_blank)

**САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ В ЖИЗНИ А.А.УХТОМСКОГО**

У академика Алексея Алексеевича Ухтомского (1875-1942) мы ничего не найдем о совершенствовании физического тела (хотя для физиолога это странно), почти ничего – о культивировании ума (хотя он был очень умным человеком). Основной вектор его исканий лежал в нравственной области. И здесь он оставил нам множество интересных мыслей, а главное – пример собственной жизни.

Самосовершенствование начинается с самопознания. А.А.Ухтомский выделял несколько условий, способствующих этому процессу.

Во-первых, одиночество. Недаром он несколько раз всерьез задумывался об уходе в монастырь – «чтобы всецело прислушаться к новой области опыта, избавиться для этого <…> от посторонних и обычных звуков»1. Это не осуществилось, но «великолепные стороны одинокой тишины»2, дающие возможность побыть наедине с собой, в молчании и без спешки оценить себя и свою жизнь, он продолжал ценить до конца.

Второе условие – запись своих мыслей в дневнике, «когда говоришь сам с собою»3. Алексей вел их с юности, впоследствии перечитывая и корректируя себя. Поэтому в них нередки такие записи: «Записываю это, чтобы потом приятнее было над собой посмеяться или себя исправить»4; «Не знаю, глупо, плохо ли я сделал, написав <…> в эту книжку то, что тогда вылилось у меня в минуту досады на обстоятельства. <…> Ошибаюсь я там или нет, эти строки сделают для меня открытым ход в <…> твердый путь самоуничижения, смирения, покаяния»5.

Третье условие противоположно двум первым. Это общение: «Только через людей узнаю я себя, т.е. свое содержание, что такое я из себя представляю»6; «Реальное сообщение с людьми впервые дает мне знать реальную ценность моей жизни и мысли»7.

Четвертое условие объединяло все три вышеперечисленных условия вместе – писать письма людям, которым доверяешь. Для А.А.Ухтомского таким человеком была Варвара Александровна Платонова, петербургская знакомая, едва не ставшая его женой. Неоднократно в письмах к ней А.А.Ухтомский отмечал: «Пиша письмо, я впервые улавливаю свою мысль, смутно бродящую в душе, так что тут же <…> впервые и самому себе раскрываю я некоторые стороны своей внутренней жизни»8.

Пятым условием была самопереоценка на родине. Ежегодно приезжая летом в Рыбинск, в дом, где прошло его детство, А.А.Ухтомский признавался: «Лишь сюда возвращаясь, я прихожу в себя, во внутреннего своего человека, и начинаю с миром на душе отдавать себе отчет в том, чем живу, в чем изменяюсь, что ценно и что обманчиво»9. Сравнение шло не в пользу взрослой жизни. Однажды он почувствовал, что таскает за собой «инертную, тяжелую массу, <…> накопившиеся пороки, слабости, измены добрым юным стремлениям, и это все искажает и портит; и лучше летать сюда лишь мыслью»10.

Да, он судил себя очень строго. Начиная с юношеских дневников ругал себя за лень: «Мое давящее, инертное настроение безделья, очевидно, создается не обстановкой, но коренится своим началом во мне самом; оно началось во мне еще тогда, когда я терял драгоценное время в академии, часами просиживал после обеда в академическом коридоре. <…> Я менял уже тогда тетины слова, <…> мой дорогой, незабвенный ученый стол около нее – на бессмысленную болтовню, бессмысленное празднословие со студентами»11.

Требовательность к себе сохранилась до конца жизни: «Летом я доволен, за исключением того, что сделал <…> значительно меньше, чем было намечено. Это оттого, что я стал лениться и отвлекаться чтением интересных, но «внеплановых» вещей от обязательного! Старость возвращает человеку его прошлое, далекие, детские черты. И я ловил себя несколько раз на увертках, когда вместо «урока» я брал постороннюю работу и отдавался ей надолго!»12.

Другое свое отрицательное качество он обозначил как недоверие. Вот высказывания о недоверии к жизни: «Я не могу быть довольным действительностью даже тогда, когда нарочно смотрю лишь на лучшие ее стороны»13; «Во всех моих главных событиях жизни сказывается главною чертою неверие к жизни, боязнь предаться ей, боязнь, что она обманет»14.

Рука об руку шло недоверие к себе. В Санкт-Петербургский университет после Московской духовной академии Алексей пришел с грандиозными планами: и общественными – примирить одинаково дорогие ему науку и религию, создать подлинно научную психологию религиозного опыта, и личными – «закалить себя на практических занятиях естествоведением»15; «самому себе выяснить, что несешь в себе, т.е. из области чувства и намеков перенести это на язык общего сознания»16. И почти сразу стал сомневаться: «По силам ли задачи я себе наметил?»17; «Мне казалось в прежнее время, что я очень богат духом и этим богатством я должен поделиться с братьями. <…> И вдруг мне открылось, что нищ я и мне не только нечем делиться, а я едва живу сам»18.

Но страшнее всего оказалось недоверие к людям. В минуты усталости и раздражения вырывались у него горькие слова: «Общее дружелюбие к людям без желания их видеть. <…> Теперь я сам отношусь именно так ко всем людям»19; «Теперь всякий человек внушает мне больше ненависти, чем любви к себе»20; «Я привык видеть в людях, с которыми обыденно сталкивает судьба, совсем чужих людей для того, что мне дорого и чему я служу. <…> Сидят люди передо мной и болтают, а я на них смотрю – и чувствую только одно, что они мне ни в чем не товарищи, ничего общего у меня с ними нет и надо от них только беречься, т.е., собственно, беречь свое дело»21. Это из дореволюционных дневников и писем.

После Октябрьской революции многие мероприятия Советской власти усилили его недоверчивость к встречаемым людям. Вот его состояние после второго ареста в 1923 г.: «Все это время я живу под ожиданием каких-нибудь новых ударов и неприятностей. <…> Когда встречаю знакомого, то, по успевшей уже сложиться привычке, тревожусь, не принес ли он чего-нибудь нового, неожиданно тяжелого»22. Вот признание из письма 1938 г.: «Теперь я начинаю все чаще видеть в себе именно подозрительность, нездоровую мнительность в отношении людей»23.

Преодолевать эти настроения ему помогала глубокая и не зависящая ни от каких политических событий вера в Бога. В кратких словах: «Я не знаю ничего лучше, светлее и радостнее Христа и христианства»24 – суть его веры.

Он старался жить по заповедям, «любить и жалеть людей, хотя бы немного приближаясь к тому, как любил и жалел их Христос на высоте своего креста»25. Много раз во время молитвы ощущал «изобилие мысли, готовности радовать людей»26, наполнялся мужеством: «Что бы со мною ни было, я исполню, что надобно»27. «Великий нравственный труд личности над собою»28 («покамест не изобразится в нас Христос»29) он считал единственно верным направлением культуры и прогресса.

Правда, христианские постулаты поселили в нем ощущение собственной греховности, а главное, неожиданно вступили в противоречие с делом всей его жизни – любимой наукой. Он писал В.А.Платоновой: «Мне казалось, что я людям больше сделаю, если пойду своим путем, а не уйду в общий шаблон»30, и вдруг «ужаснула мысль, что искание «нового слова» <…> отвело мои силы от настоящего, насущного дела на ниве и жатве Христовой»31. Возникло чувство вины – «в самости, во внутренней, тонкой гордости, - в том, что вот непременно по-своему <…> хотим мы (и хочу я) идти в жизни и искать ее правду»32. Отныне слово «самоутверждение» навсегда стало одним из его самых нелюбимых слов.

После революции свои религиозные убеждения А.А.Ухтомский был вынужден держать при себе. Христианскую заповедь «Возлюби ближнего» он трансформировал в «доминанту на лицо другого», органически соединив в ней свое главное научное открытие со своими философскими изысканиями. Доминанта – временно господствующий в центральной нервной системе очаг возбуждения, на более или менее длительный срок, определяющий все поведение организма. Лицо – введенная ученым новая философская категория, уникальная и неповторимая личность, внутренняя сущность человека. Доминанта на лицо другого – это внимание к другому человеку, умение «войти в его скорлупу, зажить его жизнью, понять его точки отправления»33.

Он знал людей с такой доминантой. «Моя покойная тетя, - писал он, - которая меня воспитывала, <…> своим примером наглядно дала мне видеть с детства, как обогащается <…> жизнь, если душа открыта всякому человеческому лицу, которое встречается на пути»34. Воспоминания современников и собственные высказывания А.А.Ухтомского говорят о том, что он и сам обладал развитой доминантой на лицо другого. Приведу лишь одно: «Я <…> избалован в жизни тем, что встречал удивительных людей по скрытым душевным силам и качествам. <…> Только все это было скрыто от глаз других людей и толпы, <…> не видали истинной красоты, бескорыстия, самозабвенной любви, всеискупающих человеческих качеств, которые были у них под носом, - а они томились обо всем этом и тщетно искали этого в книгах, театрах, далеких теориях и фантазиях. Я счастлив, что у меня был достаточный слух и чутье к людям, - так что они выявлялись для меня»35.

В воспитании требующихся доминант, считал ученый, большую помощь может оказать быт: «Как устроишь свою ближайшую и от тебя зависящую жизнь, так и увидишь вещи и людей в мире»36. В статье «Доминанта как рабочий принцип нервных центров» он подвел под это явление физиологическую базу: «Среда поделилась целиком на «предметы», каждому из которых отвечает определенная, однажды пережитая доминанта в организме, определенный биологический интерес прошлого. Я узнаю вновь внешние предметы, насколько воспроизвожу в себе прежние доминанты, и воспроизвожу мои доминанты, насколько узнаю соответствующие предметы среды»37.

Сам он решил «следовать быту наименее связанных собою людей, наиболее свободных от себя самих, наибольших мастеров собеседования»38. На форзаце одной из книг он записал советы одного из таких мастеров: «По Авве Моисею: воздержание в пище (2 р. в день), сон (6 часов), деятельность постоянная, не забавляться, не празднословить, простота одежды»39. Нежелание потерять «нравственную и физическую свободу»40, «панический страх перед мещанским благополучием»41 привели к тому, что он так и не создал семьи и «всю жизнь опрометью бежал от «обстановки» и «комфорта»»42.

Когда-то, только закончив университет и начав в нем работать, молодой человек самокритично записывал в своем дневнике: «Я – переходная форма. Я люблю старое и не могу уже им жить. Почитаю и приветствую новое, но до сих пор не могу ему отдаться. <…> А рядом творится жизнь, и я не могу ее догнать, войти в ее святое движение»43. Прошло 15 лет, и тот же человек, став мудрее и опытнее, писал: «Я научаюсь воспринимать на расстоянии во времени события гораздо дальше, чем может простираться моя собственная жизнь. Я проникаю мысленно в ХХI столетие, в отдаленнейшие века! Я ношу с собою и в себе то, что больше меня и моего личного существования»44. Еще несколько лет – и будущее обрело черты его любимой доминанты на лицо другого: «Она во мне брезжит, как утренняя заря какого-то очень хорошего и очень горячего и светлого дня, который я издали так приветствую, хоть и не дождусь его»45. Его мысли помогут нам на этом пути.

**Список литературы**

1. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник: Этика. Религия. Наука. – Рыбинск: Рыбинск. подворье, 1997. – С.97.
2. Ухтомский А.А. Интуиция совести: Письма. Записные книжки. Заметки на полях. – СПб.: Петерб. писатель, 1996. – С.122.
3. Там же. – С.86.
4. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.27.
5. Там же. – С.62.
6. Ухтомский А.А. Доминанта души: Из гуманитарного наследия. – Рыбинск: Рыбинск. подворье, 2000. – С.246.
7. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.186.
8. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.86.
9. Там же. – С.37.
10. Там же. – С.248.
11. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.67.
12. Ухтомский А.А. Доминанта души. – С.420.
13. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.39.
14. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.490.
15. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.50.
16. Там же. – С.111.
17. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.36.
18. Там же. – С.112.
19. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.51.
20. Там же. – С.89.
21. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.32.
22. Там же. – С.239.
23. Там же. – С.181.
24. Там же. – С.206.
25. Там же. – С.92.
26. Там же. – С.406.
27. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.43.
28. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.63.
29. Там же. – С.426.
30. Там же. – С.36.
31. Там же. – С.40.
32. Там же. – С.39.
33. Ухтомский А.А. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т.1. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1950. – С.314.
34. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.253.
35. Там же. – С.261-262.
36. Ухтомский А.А. Доминанта души. – С.272.
37. Ухтомский А.А. Собр. соч. Т.1. – С.170.
38. СПбФ Архива РАН. – Ф.749. – Оп.1. - № 142. – Лл.1-140. – Параграф 23.
39. Ухтомский А.А. Доминанта души. – С.303.
40. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.96.
41. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.364.
42. Там же. – С.275.
43. Ухтомский А.А. Заслуженный собеседник. – С.112.
44. Там же. – С.139.
45. Ухтомский А.А. Интуиция совести. – С.262-263.