


Кристоф Андре

психотерапевт, автор бестселлеров по психологии

Искусство счастья

Тайна счастья в шедеврах великих художников

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва 2024

*В знак дружеской признательности
Андре Конт-Спонвилю*

*В память Алет и Реми,
за пережитые вместе мгновения
счастья и несчастья*

СЧАСТЬЕ — ЭТО ПРОИЗВЕДЕНИЕ ИСКУССТВА

Живопись — это таинство, которое протекает в одиночестве», — писал Аллен¹. Не моя ли профессия психиатра, не любовь ли к интимности и тишине или интерес к движениям наших эмоций влекут меня к живописи и ее власти над нами? Не могу этого утверждать, но мне хотелось бы познакомить читателя с азами своего опыта и его благотворным влиянием: встать лицом к картине, тихо дышать, не нарушая тишины, дожидаться, когда картина заговорит с нами, проникнет в нас. Найти для нее место в нашей душе...

На двадцати пяти представленных в этой книге шедеврах изображены лица, формы, движения счастья. Двадцать пять картин побуждают нас к чувству, медитации, размышлению. И двадцать пять «уроков» помогают развить наши способности и стать счастливыми.

¹ Аллен — французский философ Эмиль Огюст Шартье (1868–1951).
(Здесь и далее прим. перев.)

Среди художников, воплотивших в своем творчестве мгновения счастья, были те, кто прожил счастливую жизнь, и те, кто был часто и глубоко несчастлив. Но всех их влекла идея счастья и *потребность* в нем. Все они, даже самые состоявшиеся, признавали мимолетность и недостижимость счастья.

Поскольку счастье — живая эмоция, она рождается, растет, расцветает, убывает и исчезает. Существует цикл счастья, точно так же, как существует цикл дня и ночи. Это естественное движение послужит для нас нитью Ариадны. Следуя за ней, мы познакомимся с собранными здесь шедеврами, изображающими утро, полдень, сумерки и ночи счастья. И, конечно, моменты его вечного возрождения...

«МНОГИЕ ГОВОРЯТ:
«КТО ПОКАЖЕТ НАМ БЛАГО?»»

Ветхий Завет, Псалтирь 4:7

II ПРЕЛЮДИЯ

ЗАГАДКА СЧАСТЬЯ

19 УТРО

РОЖДЕНИЕ СЧАСТЬЯ

- 20 Сильное и хрупкое, как жизнь
- 26 Первые шаги счастья
- 34 Счастье детства
- 42 Счастье каждый день

53 ПОЛДЕНЬ

ПОЛНОТА СЧАСТЬЯ

- 54 Неодолимая сила
- 62 Как быть счастливым?
- 70 Разум счастья
- 78 Дыхание любви
- 86 Счастье близости
- 94 Счастье за пределами своего «я»

103 ВЕЧЕР

СУМЕРКИ СЧАСТЬЯ

- 104 Грусть уходящего счастья
- 110 Теневая сторона счастья
- 122 Искушение хандрой
- 132 Дверь в зиму счастья

141 НОЧЬ

УТРАЧЕННОЕ СЧАСТЬЕ

- 142 Темная ночь души
- 150 Огонь и одиночество боли
- 158 Звезды в ночи
- 166 Не сдаваться!

175 ЗАРЯ

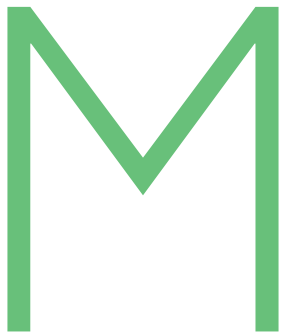
ВОЗВРАЩЕНИЕ СЧАСТЬЯ

- 176 Сок для дерева счастья
- 182 Назад, к счастью
- 190 История, вечная как мир
- 198 Мудрость счастья
- 208 Счастье навсегда

215 ПОЛЕТ

В ВИХРЕ МИРОВОГО ВЕТРА...

ПРЕЛЮДИЯ
ЗАГАДКА
СЧАСТЬЯ



Мы так давно ищем его, наше счастье, что иногда начинаем сомневаться в его существовании. Да и есть ли смысл к нему стремиться? Порой мы возвращаемся к обычной жизни, которую нельзя назвать ни абсолютно печальной, ни абсолютно счастливой. Там мы пребываем до тех пор, пока предчувствие его существования снова, помимо нашей воли, не посещает нас, задавая вопросы, требуя решения и обретая над нами власть тайны, которую нужно раскрыть.

Географ на картине Вермеера стремится разгадать загадку совсем иного рода. Может быть, это тайна Рая? Вплоть до XVII века многие великие умы еще верили, что он находится

Географ

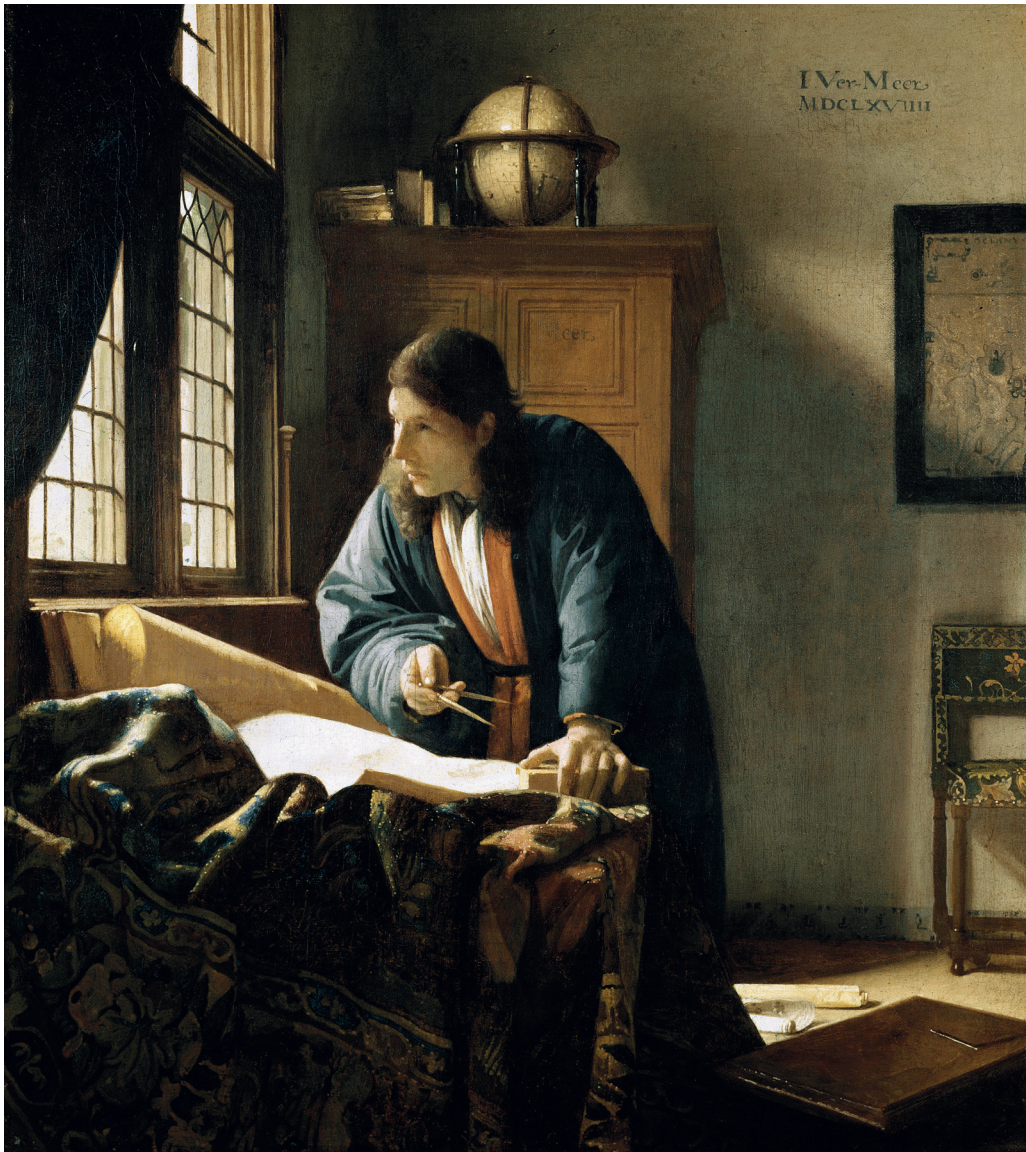
Ян Вермеер (1632–1675)

1668 г., холст, масло, 52 x 45,5 см,
Художественная галерея, Франкфурт-на-Майне

Незадолго до того, как Вермеер начал писать эту картину, в истории науки произошли глубокие и драматические перемены. Прежде исследования природы звезд, Земли и жизни считались противоречащими божественному замыслу. Всего тридцатью годами раньше Галилей был осужден за

сделанные им открытия и, стоя на коленях, отрекся от утверждения, что Земля вращается вокруг Солнца. Но в XVII столетии научное «curiositas» (любопытство, лат.) больше не страшилось запретов религиозных властей и немилости консервативных гуманистов.

В наши дни научные поиски счастья вызывают иронию у некоторых клириков. Напрасную и лживую иронию. Разве знание химической формулы аромата розы делает его менее утонченным и поэтичным?







на Земле, и многие размышляли о наиболее подходящем для него месте: Восток, Южная Америка.. Несмотря на разделяющие нас века, поиск географа близок нам. В замкнутом пространстве своего кабинета он пытается составить карту мира. Поступим и мы таким же образом, размышляя о счастье. И начнем с нашего личного опыта.

Да, мы всегда стремились к счастью. Прошло более двух тысяч лет с тех пор, как философы сделали его главным объектом своих исканий: эвдемонизм — от греческого *eudaimonismos*, счастье. Целью этой философии было помочь людям приблизиться к более счастливой жизни. С некоторых пор ею активно заинтересовались ученые, дав счастью не столь поэтичное название — «субъективное благополучие». В их глазах оно обладает всеми добродетелями: якобы увеличивает продолжительность жизни, улучшает здоровье, делает людей более альтруистичными...

Художники тоже говорили о счастье и о его вечной тени — несчастье. Поэты, писатели, музыканты создавали произведения, способные вызвать у нас слезы или сделать легкомысленными, доверчивыми и счастливыми. Еще более изощренные живописцы могли взволновать нас, изменить нашу привычную манеру восприятия реальности и опасливого ожидания мгновений счастья, ощущения несчастья. Живопись стала для нас ключом, помогающим открыть тайну счастья, загадочным переводчиком, который говорит образами и метафорами, не прибегая к словам и рассуждениям.

Наш географ тоже пытается разгадать загадку. Он давно думает, рассчитывает, находит, одумывается, замечает, что идет ложным путем... И вот он поднимает голову и поворачивается к свету, устремив взгляд в окно, расположенное слева, как всегда на картинах Вермеера. Он долго размышлял. Им овладело предчувствие, что для его поиска недостаточно науки, труда и ума. Он понимает, что теперь должен впустить в себя нечто интуитивное или эмоциональное. Он догадывается, что решение мучающего его вопроса находится не вовне, не на картах, глобусах или стрелках компаса. В этот момент Истории, когда люди мало-помалу перестают верить в то, что рай находится на Земле или на небе, вермееровский географ смутно ощущает, что этот рай, путь к которому он ищет, существует в нем самом...

«НЕ СМЕЯТЬСЯ,
НЕ ПЛАКАТЬ,
НЕ НЕНАВИДЕТЬ,
А ПОНИМАТЬ».

Спиноза

