



# Primary and Secondary Suffering in Psychiatry, Oncology, Buddhism, Transhumanism, and the Necessity of Its Overcoming

---

**Mariia A. Ivanchenko**

Ural Federal University named after the first President of Russia B.N.Yeltsin. Yekaterinburg, Russia.  
Email: [absolem.darkness\[at\]gmail.com](mailto:absolem.darkness[at]gmail.com) ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5283-1901>

Received: 8 June 2023 | Revised: 15 October 2023 | Accepted: 27 October 2023

## Abstract

---

The paper raises the question of the essence and necessity of primary and secondary suffering in psychiatry, oncology, Buddhism, and transhumanism. It directly explores the phenomenon of suffering, drawing a distinction between primary and secondary suffering in these domains of medicine and philosophy. The article presents objections to common misconceptions regarding the irreplaceable and significant role of suffering in human experience and for humanity as a whole.

The study aims to deconstruct the assumed value of primary and secondary suffering for both humans and posthumanity. An analysis of the problem of primary and secondary suffering is conducted to substantiate the fundamental importance of overcoming suffering as such.

One of the research methods employed is the conducting of analytical, focused individual interviews with medical professionals and religious figures, complemented by content analysis. A deconstructive and phenomenological approach is also utilized.

Both psychiatric and oncological fields are selected as exemplars representing the quintessence of mental and physical suffering. Buddhism and transhumanism are chosen as philosophical responses to the suffering addressed in psychiatry and oncology.

Emphasizing the problem of suffering is essential to prioritize its resolution. Meditation is suggested as a method for addressing secondary suffering; science and technology are proposed as means to overcome suffering in general. The article is intended for a broad readership, particularly researchers in philosophy, psychology, futurology, as well as for posthumanists, transhumanists, immortalists, and those interested in the topic of overcoming suffering, illness, senility, and death.

## Keywords

---

Transhumanism; Primary and Secondary Suffering; Psychiatry; Oncology; Buddhism; Posthumanism; Eudemonism; Overcoming of Suffering; Scientific and Technological Progress



This work is licensed under a [Creative Commons “Attribution” 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



# Первичное и вторичное страдание в психиатрии, онкологии, буддизме, трансгуманизме и необходимость его преодоления

**Иванченко Мария Антоновна**

Уральский федеральный университет имени Б.Н. Ельцина. Екатеринбург, Россия.

Email: [absolem.darkness\[at\]gmail.com](mailto:absolem.darkness[at]gmail.com) ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5283-1901>

Рукопись получена: 8 июня 2023 | Пересмотрена: 15 октября 2023 | Принята: 27 октября 2023

## Аннотация

В работе поднимается вопрос сущности и необходимости первичного и вторичного страдания в психиатрии, онкологии, буддизме и трансгуманизме. Исследуется непосредственно феномен страдания, а также проводится разграничение между тем, что есть первичное и вторичное страдание во всех указанных областях медицины и философии. Приводятся возражения против заблуждений относительно незаменимой и значимой роли страдания для человека и всего человечества.

Цель исследования – деконструкция феномена первичного и вторичного страдания как имеющей ценность для человека и постчеловека. Проводится изучение проблемы первичного и вторичного страдания для обоснования принципиальной важности преодоления страдания как такового. В качестве одного из методов исследования используется аналитическое фокусированное индивидуальное интервью с медицинскими специалистами и религиозными деятелями с последующим контент-анализом. Также используются деконструктивный и феноменологический подход. Обе области медицины выбраны как образцы наиболее характерной репрезентации психического и телесного страдания. Оба философских направления выбраны в качестве ответа на страдание в психиатрии и онкологии.

Важно привлечь внимание к проблеме страдания, чтобы сделать её решение приоритетной задачей. В качестве метода борьбы с вторичным страданием предлагается медитация, способом преодоления страдания в целом предполагается наука и техника. Статья предназначена для широкого круга читателей, в частности, для исследователей в области философии, психологии, футурологии, а также для постгуманистов, трансгуманистов, имморталистов и просто интересующихся темой преодоления страдания, болезней, старости и смерти.

## Ключевые слова

трансгуманизм; первичное и вторичное страдание; психиатрия; онкология; буддизм; постгуманизм; эвдемонизм; преодоление страдания; научно-технический прогресс



Это произведение доступно по лицензии [Creative Commons “Attribution”](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) («Атрибуция») 4.0 Всемирная



## Введение

Страдание не может быть императивом. Императив – это неизбежное. Неизбежное предполагает безысходность, судьбу, рок, предопределённость. А судьба человека не предопределена, если исходить из свободы воли. Если человек сам решает, сам выбирает, сам творит – он свободен, в том числе свободен определять собственное будущее, лишённое страданий и устремлённое к счастью. И. Кант пишет:

«Человек хочет согласия, но природа лучше знает, что для его рода хорошо; и она хочет раздора. Он желает жить беспечно и весело, а природа желает, чтобы он вышел из состояния нерадивости и бездеятельного довольства, и окунулся головой в работу, и испытал трудности, чтобы найти средства разумного избавления от этих трудностей» (Кант, 1966, с. 12).

Природа здесь представляется антропоморфной, имеющей свои желания и стремления, и так же считают постгуманисты, в частности, Р. Брайдотти, которая пишет, что «разумная жизненная сила присутствует во всей живой материи» (Брайдотти, 2021, с. 117), и Д. Деннет, полагающий, что природа обладает интенциональностью, а потому она рациональна (Dennett, 1988, р. 183). Если принять за основу тезис И. Канта, что воля природы противоречит желаниям человека, когда человек хочет быть счастливым, то мы будем вынуждены признать, что страдание является инструментом природы, созданным, чтобы принуждать живые существа совершенствоваться через боль, а счастливыми она нас видеть не хочет, чтобы мы не пришли к стагнации. Нужен ли нам рост такой ценой? Это большой вопрос, и он требует ответа.

В этой статье мы рассмотрим первичное и вторичное страдание, а также необходимость его преодоления. Для начала нужно определить понятия. Страдание – это тягостное, мучительное, болезненное состояние живого существа. Первичное страдание в общем смысле – это физическая и психическая боль, дискомфорт, неприятные ощущения с одной стороны, и негативные события в жизни, триггеры – с другой стороны. Вторичное страдание – это отрицательные эмоции, чувства, мысли, воспоминания, непосредственно сам процесс рефлексии относительно полученного первичного страдания, реакция на первичное страдание. Если под первичным страданием мы понимаем головную боль, то под вторичным страданием мы имеем в виду переживания человека относительно головной боли, – например, желание, чтобы всё это поскорее закончилось, концентрация на болевых ощущениях, погружение в своё состояние, невозможность думать ни о чём ином, неспособность отвлечься, жалость к себе, тоска и иные неприятные эмоции. Вторичное страдание усугубляет первичное, так как если человек перестаёт концентрироваться на том, что он страдает, он ощущает страдание в меньшей степени, без прочувствования его рефлексивно-эмоциональной компоненты. Погружение в страдание усиливает глубину его переживания.



Безусловно, понимание первичного и вторичного страдания родственно пониманию первичных и вторичных впечатлений в «Трактате о человеческой природе» Дэвида Юма:

«Если все перцепции нашего ума могут быть разделены на впечатления и идеи, то впечатления допускают другое подразделение – на первичные и вторичные. Первичными впечатлениями, или впечатлениями ощущения, являются те, которые возникают в уме без какого-либо предшествовавшего восприятия в зависимости от организации тела, жизненных духов или воздействия объектов на органы внешних чувств. Вторичными, или рефлексивными, впечатлениями являются те, которые непосредственно или через посредство их идеи происходят от какого-либо из впечатлений первичных. К первому виду относятся все впечатления внешних чувств, а также все телесные страдания и удовольствия. Ко второму – аффекты и иные эмоции, сходные с ними» (Юм, 1996, с. 328).

Таким образом, философ производит классификацию, подобную той, которую используем мы, однако мы ограничиваемся исключительно страданием, не беря во внимание остальные «перцепции».

Актуальность данной работы обусловлена следующими обстоятельствами:

во-первых, возрастает антропогенная и техногенная нагрузка на окружающую среду, что приводит к энтропии и увеличению количества страдания в мире, в связи с чем возникает необходимость изобретения более эффективных методов климатического, экологического, медицинского регулирования;

во-вторых, в условиях «новой нормальности» происходит кардинальный сдвиг научной парадигмы и проникновение постгуманизма и его следствий во все сферы жизни, что приводит к требованию адаптироваться к стремительно меняющимся, стрессогенным условиям существования, чтобы не исчезнуть;

в-третьих, вследствие возрастания интереса общества к теме здорового образа жизни, активного долголетия и сверхпродолжительной жизни становится важным деконструировать феномены страдания, болезней, старости и смерти;

в-четвёртых, возникает потребность философского и этического осмысления первичного и вторичного страдания, с целью демонстрации принципиальной важности его преодоления, что обусловлено количественными показателями страдающих психическими расстройствами и онкологическими заболеваниями в мире.

Целью исследования мы поставили деконструкцию феномена первичного и вторичного страдания как имеющего ценность для человека и постчеловека. Задачами исследования стали:

1. Рассмотрение феномена первичного и вторичного страдания в психиатрии.
2. Исследование феномена первичного и вторичного страдания в онкологии.



3. Изучение феномена первичного и вторичного страдания в буддизме.
4. Проведение анализа феномена первичного и вторичного страдания в трансгуманизме.
5. Приведение возражений относительно рассматриваемых в работе заблуждений о страдании.
6. Проявление принципиальной важности нивелирования роли страдания для человечества, исторического процесса и научно-технологического прогресса.

Объектом нашего исследования является страдание, предметом исследования – первичное и вторичное страдание в психиатрии, онкологии, буддизме и трансгуманизме. Выбор данных областей исследования обусловлен авторским интересом, а также определёнными общими моментами: здесь проявления первичного и вторичного страдания можно дистиллировать достаточно ясно; обе области медицины выбраны не случайно и характерны для наиболее яркого проявления двух сторон живого существа (разбираются на примере человека) – психической и телесной, которые, безусловно, тесно взаимосвязаны и не могут рассматриваться в отрыве друг от друга; обе области философии и мировоззрения, в свою очередь, служат некоторым ответом на проблему первичного и вторичного страдания в заявленных медицинских сферах. Между тем, остаётся открытым вопрос о других методах преодоления первичного и вторичного страдания как в их целокупности, так и по отдельности. В данной работе автор разрабатывает концепцию преодоления первичного и вторичного страдания как на основании уже известного теоретического и практического опыта, так и на базе рефлексивного и интроспективного материала. Подобный подход к страданию предзадан нашей системой ценностей, которая имеет отношение к имморталистической и метагуманистической картине мира. Определение каузальности страдания и классификация его причин является целью дальнейших работ автора.

Проблема страдания не обойдена вниманием отечественных и зарубежных исследователей. В данной работе мы использовали несколько групп источников:

- к первой группе мы отнесли работы, которые позволили нам исследовать проблему этики и философии технологий – И. Барбур, Дж. Кобб, Закирова Т.В. и Кашин В.В., Ж. Бодрийяр, К. Ясперс, Ж. Батай, А.Б. Салмина и Н. А. Шнайдер, А.А. Королькова, А.В. Сенкевич;
- вторая группа состоит из источников, которые послужили основанием для деконструкции феномена первичного и вторичного страдания – А.Н. Бархатова, Н. Владимирова, Л.С. Де Камп, К. Крук Де Камп, О.Ф. Попова, Д. Ростовский, Дж. Р.Р. Толкин, В. Франкл;
- третья группа представлена классическими и современными философскими трудами, которые легли в основу используемых нами методов –



Д. Юм, И. Кант, Э. Гуссерль, М. Хайдеггер, В. Франкл, Д. Деннет, К. Мейясу, Д. Тригг, Ю. Такер, Г. Харман;

- четвёртая группа состоит из буддийских, трансгуманистических и постгуманистических трудов, которые стали первоисточниками предложенных в работе методов борьбы с первичным и вторичным страданием, а также позволили предложить аргументы против необходимости страдания. Это Н. Бостром, Р. Брайдотти, С.Р. Бурмистров, В. Бурх, Б. Герцель, С.В. Бугай, Л.О. Нидал, Д. Пирс, Й.М. Ринпоче и другие.

За период XX–XXI в. в области философии и этики технологий отдельными исследователями были сделаны следующие выводы относительно страдания:

И. Барбур пишет, что

«В наши дни самый эффективный способ облегчить человеческие страдания – максимально широкий доступ к медицинским и сельскохозяйственным технологиям». (Барбур, 2001, с. 90).

Это частично подтверждает наш тезис о необходимости преодоления страдания технологическим способом.

Дж. Кобб считает, что мы (люди) должны не просто уменьшить количество и качество проживания страдания в мире, но «увеличить опыт и реализовать потенциальные возможности всех созданий» (Cobb, 1980); (Барбур, 2001, с. 90). Здесь есть некоторая корреляция с идеями аболиционистов и техногайнистов.

В контексте статьи Т.В. Закировой и В.В. Кашина рассматривается философия виртуальной реальности, характерной для мира, в котором симулякр – объект – отомстил субъекту:

«В данном случае Ж. Бодрийяр подразумевает уничтожение вещей как их «экстерминацию», лишение конца, предела, смерти. <...> антагонистическими отношениями конституированы такие феномены как смерть, конфликт, судьба, без них универсум становится однородным и одномерным. <...> Сущностным выражением этого единого начала у универсума у Ж. Бодрийяра выступают технологии» (Закирова, 2012, с. 33).

Данные исследователи полагают, что человек под властью техники становится беззащитным, а «единство человека и техники ведёт к порабощению техникой». Интерпретируя философию симулякра Ж. Бодрийяра, авторы пишут следующее: «Даже самая разумная машина не может испытывать упоение и удовольствие от деятельности, она лишена несущего страдание и наслаждение «избытка жизни» и прочих «смешных излишеств», свойственных человеку» (Закирова, 2012, с. 34). Таким образом, здесь утверждается принципиальная важность диалектики удовольствия и страдания, утверждающих самоидентичность человеческой жизни в отличие от машинной.

Д.И. Гончаров и А.В. Аверенков считают, что, с точки зрения подхода, основанного на оценке стоимости, «создаваемые технологии не являются





морально нейтральными, но имеют тенденцию продвигать определенные ценности или нормы или нарушать их» (Гончаров, 2019, с. 165). Нарушение моральных норм, в свою очередь, по нашему мнению, может вести к первичному и вторичному страданию, и трансгуманизм с этой точки зрения не вполне безупречен, так как окончательный этический статус абортов, эвтаназии, генетического редактирования, клонирования и т.д. ещё не установлен.

А.Б. Салмина и Н. А. Шнайдер относительно передовых технологий в медицине считают, что, в частности,

«ксенотрансплантация ставит фундаментальную этическую проблему – является ли человек высшей моральной ценностью, во имя которой можно причинять страдания и боль, а также вызывать смерть других живых существ» (Салмина, 2006, 108–109).

Помимо прочего, исследователи поднимают ряд проблем, принципиально важных для этического и социально-философского осмысления, однако не затрагиваемых в данной работе: например, проблему создания социального неравенства вследствие генетического редактирования и других генных технологий, контроля научных исследований государством, вторжения науки в сферу демократии, репродуктивного контроля и насилия, информирования пациента, его родственников, работодателя и общества о наследственных заболеваниях и т.д.

В работе А.А. Корольковой рассматривается философия К. Ясперса. Согласно интерпретации автора, К. Ясперс считает, что индивид обретает подлинную экзистенцию следующим образом:

«Пограничная ситуация, вызванная сильным страданием, пробуждает экзистенцию и инициирует причинное мышление, конституирующее философский строй души». (Королькова, 2022, с. 38–39).

Д.А. Токарев, анализируя работы Ж. Батай, пишет: «Страдание воспринимается как зло, которое надо избегать или преодолевать с помощью каких-либо действий». Кроме того, в исследовании взаимосвязи удовольствия и страдания, автор статьи упоминает, что Ж. Батай касается и темы смерти:

«Смерть и страдание переплетены в сознании человека ужасом ожидания того и другого. Жизнь наша сразу обретает катастрофу ожидания смерти, если на горизонте появилось страдание. Тут не боль физическая опаснее, а ожидание конца, признание опасности наступления самого страдания, а вместе с ним и смерти». (Токарев, 2022, с. 70).

Таким образом, мы можем сказать, что Ж. Батай не согласен с философской позицией В. Франкла, К. Ясперса, С. Кьеркегора, однако его аргументы могут быть использованы в построении новой концепции противостояния страданию.

Кроме того, примечательно высказывание исследователя А.В. Сенкевич, которая пишет о рассмотрении страдания в качестве «проявления несовершенства и незавершенности человека» (Сенкевич, 2010, с. 9.). Данное высказы-



вание, несмотря на принципиальный взгляд автора на необходимость именно гуманистической позиции, а не трансгуманистического или постгуманистического подхода, тем не менее, является одним из оснований нашей собственной концепции.

Научная новизна данной работы состоит в следующих взаимосвязанных аспектах:

1. Проведено конвергентное исследование в рамках философии с использованием социологических и психологических эмпирических методов. Обобщены и проанализированы полученные от медицинских работников сведения о переживаниях пациентов с психиатрическими и онкологическими заболеваниями.
2. Проведён контент-анализ мнений врача-психиатра и Далай-ламы XIV относительно трансгуманистической повестки в её отношении к первичному и вторичному страданию.
3. Произведено определение первичного и вторичного страдания в отдельных областях медицины и философии с опорой на проведённые интервью, научные и философские источники.
4. Деконструирован феномен первичного и вторичного страдания в отдельных областях медицины и философии.
5. Намечены контуры философской концепции, активно противостоящей страданию.
6. В качестве методов радикальной борьбы с первичным и вторичным страданием предложены НБИК и прочие инструменты в рамках трансгуманистического подхода, а в качестве способа преодоления вторичного страдания предложена медитация. Сделан вывод о том, что кардинальное решение проблемы страдания лежит в рамках науки, медицины и техники.

## **Методы**

---

В данной работе мы используем следующий методологический арсенал:

1. Аналитическое фокусированное индивидуальное интервью. Серия интервью была проведена в период апрель – май 2023 года. Целью интервью мы поставили сбор информации для дальнейшего анализа и получения ответов на вопросы в рамках программы исследования. В качестве метода обработки интервью мы использовали контент-анализ. Интервьюентами стали: врач-психиатр ГАУЗ СО СОКПБ Сергей Раисович Сафаров (г. Екатеринбург); клинический психолог отделения паллиативной медицинской помощи ЦГБ № 2 им. А. А. Миславского Мария Андреевна Токарева (г. Екатеринбург); президент Буддийского





центра алмазного пути традиции Карма Кагью Ксения Борисовна Попова (г. Екатеринбург).

2. Деконструктивный метод в части критического переосмысления феномена страдания и его принципиальной ценности для человеческого существования.
3. Феноменологический метод, связанный с исследовательскими интервью, рефлексивными самоотчётами исследователя, а также рядом научных, научно-популярных и литературных источников, позволил нам изучить явление страдания с точки зрения сопереживания и интенционального строения феномена первичного и вторичного страдания.

Кроме того, в данном исследовании автор стремится некоторым образом использовать междисциплинарный подход.

### **Заблуждения относительно страдания**

Что является двигателем научно-технического прогресса, как не страдание? Человек стремится избежать его, поэтому изобретает всё новые и новые способы облегчения собственной участи. В то же самое время именно страдание тормозит этот прогресс, так как мозг стареет, боль не уходит, проявляясь во всё новых и новых формах с течением жизни, поэтому это вечное бегство от страдания оказывается непродуктивным. И наше отношение к страданию является амбивалентным: с одной стороны – оно запускает определённые направления в рамках научно-технического роста, с другой стороны, оно мешает эффективно воздействовать на эти точки роста. Страдание преследует нас во всех своих возможных формах, и мы не можем поймать его в ловушку, чтобы запереть раз и навсегда, поэтому пытаемся придумать инструменты, предназначенные для его удержания. Однако проблема страдания не стоит на повестке дня достаточно остро. Нужно поставить вопрос ребром, чтобы раз и навсегда избавиться от страдания, чтобы сменить один двигатель на другой, более мощный, с более высоким КПД, и не такой обременительный и негативный по отношению к человеку и человечеству.

В мировой культуре существует пагубное мнение, что страдание является необходимым. Его незаменимость, важность и обязательность для человека обосновывается несколькими причинами:

1. Страдание помогает человеку стать чище и благороднее, так как человек растёт через него.
2. Страдание помогает лучше понимать позитивные моменты жизни, такие как радость, удовольствие, счастье. Это происходит на контрасте, чтобы человек мог сравнивать одно и другое. Без страдания не может быть и счастья, так как человек попросту не будет знать, что он – счастлив.
3. Страдание помогает отличить добро от зла.



4. Страдание дано нам за наши грехи, неправильные поступки и мысли.
5. Без страдания жизнь теряет смысл, так как человек заскучает.
6. Страдание, в отличие от просто неприятностей, придаёт смысл и ценность жизни, так как именно в такие моменты человек переживает свою подлинность.
7. Без страдания человек не будет учиться, так как оно, в качестве негативной обратной связи, помогает закрепить «пройденный материал», усвоить полученные знания.
8. Страдание является неотъемлемой частью жизни, это нормально, хорошо и правильно. Не нам менять установленный порядок.
9. Страдание имеет и положительные моменты, так как позволяет эффективно наказывать преступников. Некоторые люди заслуживают страдание.

Тем не менее, рассматривая все вышеуказанные причины, мы не можем не обнаружить, что все они звучат несколько лицемерно, как будто бы те, кто придумал их, не имеют никакого представления о том, что есть страдание.

В следующих разделах мы последовательно разберём первичное и вторичное страдание в психиатрии, онкологии, буддизме и трансгуманизме, подойдём к необходимости его преодоления и развеём девять заблуждений относительно необходимости страдания.

## **Страдание в психиатрии**

Вокруг психических заболеваний в сетевом сообществе неизбежно витает некий флёр романтизма, что не соответствует реальной действительности. Например, существует заблуждение, что безумие – обратная сторона гениальности; приводятся примеры учёных, мыслителей, деятелей культуры и искусства, которые были и гениальны, и безумны. Однако при этом забывают длинный список тех, кто не имел психических расстройств, но при этом был гениален, – это раз, и не учитывают тот факт, что безумие, напротив, ведёт к когнитивному дефициту (Бархатова, 2014, с. 72–83) и мешает любой интеллектуальной деятельности, это два. Следует сказать, что другой крайностью является стигматизация людей, страдающих психическими расстройствами, что также порождает и первичное, и вторичное страдание. Подобного рода дискриминация людей с психическими расстройствами проявляется в том числе в современном российском обществе. В данной статье мы не ставим своей задачей привести конкретные примеры стигматизации, так как сконцентрированы именно на проблеме страдания.

Страдание в психиатрии принимает разнообразные формы. Например, самое часто упоминающееся психическое расстройство – депрессия – это и есть страдание в чистом виде. Первичное страдание в психиатрии – это непо-



средственно симптомы заболевания, вторичное страдание – негативные эмоциональные реакции на все симптомы. Если при депрессии основные симптомы – это уныние, ангедония, апатия, то реакцией будут эмоции и мысли, которые вызывают эти симптомы.

На данный момент в психиатрии превалирует нейромедиаторная гипотеза происхождения психических заболеваний: неправильная работа мозга, нейромедиаторные изменения в головном мозге вызывают болезнь. Симптомы, которые вызывают основные страдания, например, это депрессия и тревога, патологические ощущения – боли, фибромиалгии. Эти боли имеют не физиологические причины, а потому убираются не анальгетиками, а только специфической терапией: нейролептиками, антидепрессантами, нормотимиками, транквилизаторами и т.д. Тяжёлые приступы физической боли вызывают вторичное страдание, психоэмоционального характера. Бред негативного содержания также порождает вторичное страдание, так как может пугать, гневать, расстраивать. Галлюцинации также могут вызывать целый ряд негативных чувств и переживаний: психическая астения, когда человек пребывает в состоянии чрезвычайной слабости, и нет сил на повседневные вещи; нарушение сна, которое может продолжаться месяцами и даже годами. Тяготит то, что нарушаются когнитивные функции, человек плохо соображает, плохо запоминает. Возникает ощущение, что он не может больше так жить.

В состоянии острого психоза, когда человек перестаёт адекватно воспринимать реальный мир, когда человек попадает в психиатрический стационар, он дополнительно ощущает ряд факторов, причиняющих страдание:

- состояние ограничения, когда человек не может выйти из отделения, не может пользоваться телефоном, подчинён строгому распорядку дня;
- вынужденное общение с другими пациентами, которые также ведут себя дезорганизованно;
- побочные эффекты от терапии – боль, острые экстрапирамидные расстройства (закатывание глаз, неусидчивость);
- не всегда хорошее отношение персонала к пациенту;
- не всегда комфортные условия содержания пациента.

Врач-психиатр ГАУЗ СО СОКПБ Сергей Раисович Сафаров говорит:

«Деменция в тяжёлом состоянии не вызывает вторичного страдания. Если у пациента есть критика – он страдает больше. В состоянии невроза, состоянии меньшей степени тяжести, он рефлексирует и страдает в большей степени. При отдельных психозах критика отсутствует, нет понимания болезненности, и поэтому пациент страдает меньше вторично».

После выписки из стационара больному также сопутствует ряд вещей, вызывающих страдание:



- стигматизация со стороны общества, родственников, врачей, коллег, друзей: семья не понимает больного, человек не может устроиться на работу, окружающие боятся, презирают и ненавидят его, его принудительно ставят на учёт;
- человек не справляется с работой, его увольняют, он страдает без денег;
- часто он не может выполнять домашние обязанности;
- непонимание семьи вызывает добавочные негативные эмоции;
- сложно получить водительские права;
- мешают ограничения после выписки – нельзя пить алкоголь, необходимо каждый день принимать лекарства, иначе будет рецидив, нужно соблюдать режим дня и бодрствования;
- вызывает дискомфорт сам факт осознания собственного заболевания.

Таким образом, в психиатрии вторичное страдание зачастую трудно отделить от первичного, так как сложно провести грань, где кончается симптоматика и начинается реакция на неё. Можно сказать с очевидностью, что симптомы вызывают рефлексия, а эта рефлексия уже усугубляет переживание первичного страдания.

Относительно радикальных методов избавления от первичного и вторичного страдания, например, введения электродов в головной мозг пациента, имплантации чипов, использования нейроинтерфейсов и нанороботов, частичной киборгизации, генетического редактирования, замены сосудов головного мозга и миелиновой оболочки нервов синтетическими материалами, при условии, что они будут доступны, безопасны и высокоэффективны, а также приведут к полному исцелению пациента, мы задали вопрос доктору С.Р. Сафарову, и он дал на него осторожный ответ:

«Отлично отношусь к новым технологиям, но при условии, что это необходимо и безопасно. Главное – не заиграться с технологиями, чтобы не получилось как в “Собачем сердце”. В отношении именно психики – лучше помогать мозгу, когда он болеет, а не замещать его чипами и т.д. С другой стороны, я могу сказать, что стремление к идеалу часто до добра не доводит».

Мы в общих чертах разобрали феномен первичного и вторичного страдания в психиатрии как в той области медицины и сфере человеческого бытия, где психическое показывает себя наиболее явным образом.

Перейдем к рассмотрению онкологии, – сферы, где наиболее явно выказывает себя телесное, соматическое.

## **Страдание в онкологии**

Онкологические заболевания зачастую сопровождаются физическими страданиями, нарушающими привычный образ жизни пациента. В зависимости



от стадии заболевания и характера прогрессирования болезни пациенту может быть рекомендовано специфическое лечение, а на поздних стадиях и при определенных показателях здоровья – симптоматическая терапия, которая не лечит заболевание, а только помогает убрать симптомы, например, снять боль, интоксикацию. При этом не всегда возможно полное обезболивание, так как боли имеют прорывной характер. Подобная симптоматическая терапия осуществляется в отделениях паллиативной медицинской помощи. Помимо физических проявлений болезни пациент сталкивается и с различными негативными реакциями по отношению к своему статусу и текущему состоянию. Во многом психоэмоциональное состояние определяется отношением человека к болезни: согласно мнению клинического психолога Марии Андреевны Токаревой (отделение паллиативной медицинской помощи ЦГБ № 2 им. А. А. Миславского, г. Екатеринбург), если пациенты относятся с принятием к своей болезни, а не отрицают или игнорируют её, то переживание онкологического процесса и последствия болезни сглаживаются.

Мониторинг боли пациентов в отделении паллиативной медицинской помощи производится каждый день. Интенсивность болевого синдрома оценивается по шкале ВАШ, где 0 – отсутствие болевых ощущений, 10 – максимальная, нестерпимая боль. Психоэмоциональное состояние пациентов оценивается по таким эмоциональным проявлениям как агрессия, апатия, депрессия, страх, тревожность, плаксивость, которые помогают определить интенсивность страдания. Следует понимать, что в отделении паллиативной медицинской помощи лежат не просто неизлечимо больные, но умирающие люди, те, кому уже было отказано в химиотерапии (хотя и сама химиотерапия причиняет немислимые страдания – от неё возникают сильная тошнота, рвота, боли, интоксикация), потому что они перестали её переносить. Для этих людей нет надежды на выздоровление, только возможность облегчить симптоматику и без лишних мучений уйти из жизни.

Пациенты редко называют эмоции, которые они испытывают, чаще просто описывают, где и что у них болит, и какая это боль – тянущая, режущая, колющая; говорят, что не смогли встать сегодня, потому что была сильная слабость и кружилась голова. Они плачут, так как плач – адаптивная психическая реакция на любой стресс. Говорят, что испытывают страх. Поэтому одной из задач психолога в отделении паллиативной медицинской помощи является помощь пациенту, чтобы он мог выразить свои чувства и переживания и тем самым облегчить страдания.

Нестерпимая, мучительная боль переживается очень тихо. При 8-9 баллах пациенты лежат, свернувшись в клубочек, пытаются принять удобное положение, чтобы договориться со своим телом. При такого рода болях показаны самые сильные обезболивающие – наркотические средства, в частности – морфин.

Иногда опухолевый процесс прорывается за пределы тела, и это нельзя удалить, изрезать, так как опухоль встраивается в кровеносную и лимфатиче-





скую систему. В екатеринбургском отделении паллиативной медицинской помощи лежали две пациентки, у которых опухоль вышла за пределы тела. У одной из них словно бы выросла вторая голова на плечах, у другой из-за злокачественного образования уха опухоль вышла на кожу головы, прорвалась и начала кровоточить. Опухоль распадается, некротирует, источает неприятный запах. С этим ничего нельзя сделать – только накладывать антисептические повязки и обрабатывать, чтобы не было заражения. Это причиняет, в том числе эстетические страдания, пациенты говорят «это у меня так некрасиво, люди стали от меня шараться».

Неоднозначно складываются отношения пациентов с родственниками. «Некоторые говорят, что их бросили, когда узнали, что они неизлечимо больны, говорят «я здесь умираю», – рассказывает Мария Андреевна. Разумеется, это тоже причиняет вторичное страдание, когда пациент пытается адаптироваться к постоянно ухудшающемуся состоянию, к своему телу, меняющемуся из-за болезни. Пациенту приходится справляться с тем, что ещё недавно он мог самостоятельно сходить в магазин, а теперь не может, что он мог позвонить близким, а теперь не получается держать трубку. В качестве следствия возникают реакции избегания, отрицания, игнорирования своего статуса, что усугубляет страдание от болезни.

Появляются различные экзистенциальные переживания. Пациенты задаются вопросами: «Сколько мне осталось жить? Я что, теперь в таком состоянии буду всегда?», говорят, что хотят поскорее отмучиться, не видят смысла в жизни. У них возникают пассивные суицидальные мысли. Некоторые относятся к умиранию осознанно, понимая, что конец близок. Так, в отделении паллиативной помощи кандидат физических наук дописывал научную статью, заканчивая важное научное исследование, поэтесса завершала сборник стихов, чтобы издать его и оставить след. В столь сложное время люди обращаются к Богу. Религия поддерживает их в час безнадёжности. Но бывают настолько измотанные болезнью люди, которые сдаются, устают, у них истощаются внутренние резервы.

Мария Андреевна говорит:

«Я говорю пациентам: давайте вместе радоваться каждому дню. У вас есть сегодня ещё один день. Мы с ними планируем здесь и сейчас».

Некоторые пациенты выбирают вместе с родственниками способ захоронения, гробы, памятники. Наиболее вовлечённые родственники, у которых даже возникает созависимость с больным, бывает, страдают не меньше, чем сами пациенты. Они испытывают сильное психологическое страдание, их терзают бессилие, безысходность, агрессия и гнев на ситуацию, на врачей, апатия, тревога, горе утраты. Ситуацию ухудшает знание о том, что их близкий умрёт, потому что к этому нельзя подготовиться; смерть, утрата и страдание поглощают одновременно, разрушают жизнь и уклад человека. Особенно тяжело переживают смерть родителя.



С рассматриваемой нами позиции первичное и вторичное страдание в онкологии являются наиболее острыми, сильными и сложными для коррекции доступными методами. Поэтому именно в этой медицинской сфере требуется разработка новых технологий, которые на данный момент признаются проблематичными с точки зрения этики в научной среде, в том числе касаясь того, что относится к передовому краю НБИКС. Как и в психиатрии, страдание в онкологии является наиболее простым и понятным всем примером, к которому опосредованно можно редуцировать другие области медицины в аспекте переживания первичного и вторичного страдания, хотя и не индивидуального восприятия этого страдания. В следующих двух разделах мы обсудим возможные методы решения проблемы первичного и вторичного страдания, в качестве ответов на вопросы, которые задают психиатрия и онкология.

### **Страдание в буддизме**

---

Тема страдания всегда рассматривается во взаимосвязи с законом причины и следствия: все люди хотят счастья и хотят избегать страданий, говорит Будда. Страдания происходят от неведения, от глупости. В буддизме не существует разделения на субъект и объект, и этот дуализм считается ошибкой восприятия, тогда как на самом деле всё существующее представляет собой одно большое пространство. Четыре Благородные Истины, которые открыл Будда, когда медитировал под деревом бодхи и достиг просветления – это четыре поворота колеса дхармы: жизнь есть страдание, у страдания есть причины, у страдания есть конец, есть восьмеричный путь, который ведёт к окончанию этих страданий (Бурмистров, 2019, с. 70–84).

Для того, чтобы лучше понять феномен первичного и вторичного страдания в буддизме, мы провели интервью с президентом Буддийского центра алмазного пути традиции Карма Кагью города Екатеринбурга Ксенией Борисовной Поповой.

«Страдание – это любое состояние, которое отлично от просветления, потому что любые другие состояния непостоянны, они изменяются. А просветление – это состояние непрерывного блаженства, когда вы знаете всё, что происходит вокруг, везде, вас ничто не огорчает, не тревожит, потому что вы осознали иллюзорность своего Я», – говорит Ксения Борисовна.

По сравнению с состоянием высшего блаженства любое другое состояние, которое мы испытываем в обыденности, и даже состояние удовольствия, тоже предстаёт страданием.

В книге «Здоровая жизнь в болезни и боли. Осознанный путь освобождения от страдания» автор Видьямала Бурх (Берч) даёт хорошее определение страдания, соответствующее духу буддийской философии:

«Реальные неприятные ощущения в теле в любой текущий момент времени я называю первичным страданием. Многочисленные проявления сопротивления



этим ощущениям, которые происходят на физическом, психологическом и эмоциональном уровне – я называю вторичным страданием» (Бурх, 2010, с. 25).

Согласно концепции страдания в буддизме, которую мы разберём на примере книги Ламы Оле Нидала «Каким всё является» (Нидал, 2015) и статьи С.Л. Бурмистрова (2019, с. 71), существует три уровня страдания:

- страдание страданий – физическая боль;
- страдание изменчивости (перемен), которое означает, что любое прекрасное состояние заканчивается, что все они непостоянны;
- и всепроникающее страдание, которое возникает вследствие неведения относительно природы реальности, из-за нахождения ума и тела под влиянием кармы.

С точки зрения буддизма, всё, что мы думаем, говорим и делаем, оставляет отпечаток в нашем сознании, и последствия проявляются внешними обстоятельствами, которые влияют на нашу жизнь самым прямым образом. Закон кармы предполагает, что за каждое из деяний мы пожнём последствия. И выход из этой ситуации – не засеивать семена страданий. Для того, чтобы перерабатывать последствия, в буддизме существует целый ряд методов борьбы со всеми видами страдания; но нас на данный момент интересует прежде всего страдание страданий. И одним из методов работы со страданием является медитация.

Йонге Мингьюр Ринпоче, буддийский монах и учитель традиции Карма Кагью и Ньингма, в соавторстве с психологом Дэниелом Гоулманом в книге «Будда, мозг и нейрофизиология счастья» написали, что у опытных адептов медитации, которые медитировали в аппарате функциональной МРТ,

«во время медитации нейронная активность в центре мозга, отвечающем за переживание счастья, повышалась на 700-800 процентов, а у обычных испытуемых – всего на 10-15 процентов» (Ринпоче, 2017).

Привычка к длительным и продуктивным медитативным практикам, таким образом, может помочь отвлечься от первичного страдания и не дать погрузиться во вторичное страдание, которое значительно усиливает переживание первичного страдания. В то же самое время медитация, по всей видимости, влияет на переживание счастья, что также помогает отвлечься от страдания и заменить его гораздо более позитивными чувствами.

Б. Герцель и С.В. Бугай в своём труде “The Path to Posthumanity: 21st Century Technology and Its Radical Implications for Mind, Society and Reality” пишут, что Далай-лама XIV не возражает против перерождения в компьютере, при условии, что компьютерные технологии станут достаточно развитыми для того, чтобы воплотить в себе поток сознания (Goertzel, 2006).

Если буддийская медитация и подход к осознанному существованию могут служить способом решения проблемы вторичного страдания, то транс-



гуманизм даёт радикальные ответы на вопрос о том, как преодолеть и первичное, и вторичное страдание.

## **Страдание в трансгуманизме**

Страдание в трансгуманизме понимается как то, что необходимо преодолеть, то, что мешает переходу от человека к постчеловеку, ограничивает его возможности и свободу, причиняет ненужную боль, которая является пережитком «дарвиновского прошлого». Под вторичным страданием здесь мы можем понимать то, что мы страдаем без возможности изменить это, и реагируем соответствующим образом.

Аболиционизм – направление в биоэтике и трансгуманизме, которое направлено именно на максимизацию счастья и преодоление страданий. Один из авторов данной концепции, философ-утилитарист Дэвид Пирс, является сооснователем известной трансгуманистической организации “Humanity+”. В своей книге, интернет-манифесте «Гедонистический императив» он пишет:

«Генная инженерия и нанотехнологии позволяют Homo sapiens отказаться от унаследованного «тела-оборудования» (wetware), характерного для нашего эволюционного прошлого. Наши постчеловеческие преемники переписут геном позвоночных, перестроят глобальную экосистему и устранят страдания во всем живом мире» (Pearce, 1995).

Это следует понимать, как «счастья всем даром, и пусть никто не уйдёт обиженным» (Стругацкие, 2019), но только такого счастья, которое непременно сбудется. Разумеется, добровольно – никто не заставит вас стать постчеловеком против вашей воли.

Трансгуманисты не хотят такого вечного будущего для человека, в котором он был бы всегда несчастен. Соответственно, возникает необходимость предусмотреть всё, чтобы исключить такую возможность и обеспечить безбедное существование. В аболиционизме страдание считается ненужным атавизмом, которое для общества будущего будет представляться как то же самое психическое расстройство, которое было побеждено. Для замены боли информационно-сигнальными градиентами здоровья будут использованы современные и потенциально реализуемые свертехнологии, в том числе нанотехнологии, нейрохирургия, генная инженерия, фармакология.

Свобода от страдания занимает в трансгуманизме одно из ключевых мест. В «FAQ по трансгуманизму» Ник Бостром пишет:

«Если ученые не смогут разработать молекулярную нанотехнологию и создать сверхчеловеческий искусственный интеллект, вместе со всеми технологиями, которые вытекают из этих – загрузка, крионика, неограниченное продление жизни – для трансгуманистов это будет величайшей трагедией. Тогда вы, возможно, уже никогда не увидите мира, свободного от страданий, болезней и смерти» (Bostrom, 2003).



В мире, в котором существует ChatGPT, возникает возможность возникновения сильного искусственного интеллекта, который поможет создать счастливого будущее человечества в виде воплощённого постчеловечества.

Исследователь Джеймс Хьюз, обозревая светских трансгуманистов и религиозных трансгуманистов, пишет: «Светские трансгуманисты не верят в зло и в целом считают, что большинство форм страдания, такие как психические и физические заболевания, нежелательная смерть, жестокость и бедность, могут быть преодолены благодаря технологическому мастерству человека и развитию либеральной демократии» (Hughes, 2007, p. 15). Таким образом, он считает, что трансгуманисты полагают выходом из ситуации страдания использование не только НБИК, но и подходящего правового строя – либеральной демократии.

В книге “Global Catastrophic Risks” Ник Бостром и Милан М. Циркович разбирают всевозможные катастрофы, войны, теракты, которые произошли в истории человечества, чтобы спрогнозировать возможные риски для нас. Они считают, что постоянно возникают «несправедливые вызовы», на которые человек не может ответить, и из-за чего умирает:

«Природа не жестока, но равнодушна: нейтралитет, который часто кажется неотличимым от откровенной враждебности. Реальность бросает вам один вызов за другим, и когда вы сталкиваетесь с проблемой, с которой не можете справиться, вы страдаете от последствий. Зачастую природа выдвигает требования, которые вопиюще несправедливы, даже в тестах, где наказанием за неудачу является смерть» (Bostrom & Cirkovic, 2008, p. 341).

И на эти вызовы нам рано или поздно приходится отвечать: изобретать лекарства от чумы и туберкулёза, следить за звёздным небом в поисках космических угроз, искать новые средства разрешения конфликтов, наблюдать за тоталитарными деструктивными и экстремистскими группировками и т.д. В начале статьи мы высказали предположение о том, что природа не хочет, чтобы мы были счастливыми, и, похоже, это действительно так, чего мы и придерживаемся. Она или тотально равнодушна, или пренебрежительна и агрессивна к нам, что, однако, имеет одинаковые последствия. Это означает, что наша задача – пойти против природы, чтобы нивелировать страдание, преодолеть болезни, старость и смерть. Всё это в целом взаимосвязанные задачи. Старость – это болезни, старость – это смерть, болезни – это страдание, а смерть – это путь в один конец, откуда уже не будет возврата. Если мы хотим жить, мы должны разорвать этот порочный круг и заняться этими четырьмя бедами в комплексе.

В качестве метода преодоления вторичного страдания мы можем практиковать медитацию, но для окончательной и решительной победы над страданием нам необходимо развивать науку и технику, чтобы внедрить полученные открытия в медицину и практику повседневности.





## **Необходимость преодоления страдания**

Каждое новое страдание влечёт за собой последующее страдание. Разберём гипотетический случай. Человек, которому отдавили ногу в автобусе, отвечает грубостью своему обидчику, а тот, в свою очередь, проносит своё дурное настроение, чтобы сорвать на окружающих. Волна негатива, поднятая одним человеком, неизбежно нахлынет на других. Кто знает, где в этой цепочке окажется человек, для которого это страдание станет последней каплей? Казалось бы, как можно исключить тот факт, что кто-то когда-то неизбежно наступает на ноги другим людям, и тем порождает волну страдания, однако можно ликвидировать причины дурного настроения и гипертрофированную реакцию на происходящее, иными словами – саму предрасположенность страдать. Мы не можем убрать все факторы, которые вызывают страдание, но мы можем изменить человека так, что он перестанет страдать. Например, вместо боли можно выработать другой механизм реакции на раздражители, имеющий информирующий, предупреждающий характер, но не приносящий вреда.

Почему нужно преодолеть страдание? По многим причинам.

Страдание нужно преодолеть как минимум потому, что оно тесно переплетено с болью и мучениями. Любая боль неизбежно вызывает страдание. Даже в случае с БДСМ-практиками, где боль ассоциирована с возбуждением и разрядкой от него, есть случай страдания, которое является непереносимым и требует стоп-слова. И потом, существуют душевные страдания, которые не могут принести удовлетворения. Боль физическая и психическая неизбежно приводит к тому, что человек начинает ощущать собственное тело как тюрьму, из которой нет выхода. Подобного рода ощущения не способствуют физическому и психическому благополучию. С нашей точки зрения, психические расстройства в сетевом сообществе слишком романтизированы, в обыденности же относительно них существует масса заблуждений и стереотипов, но на самом деле в подобного рода заболеваниях нет ничего положительного или конструктивного.

Страдание порождает новое страдание. Так, болезни требуют лечения, лечение вызывает определённые финансовые траты; из-за болезней возникает временная или постоянная нетрудоспособность; затем финансовые траты ведут к денежному дефициту, а нетрудоспособность напрямую влияет на благополучие индивида. Это и проблемы в семье, и в карьерном плане – например, сотрудника, который долго был на больничном, могут уволить, используя совершенно другой предлог. Дальше – по нарастающей, и всё это может создать кризис. Отсутствие здоровья и каждое последующее страдание могут привести к психическим расстройствам, а так называемая чёрная полоса, когда неудачи, болезни и мучения преследуют человека, могут превратить жизнь в ад. Чтобы избежать этого страдания, человек погружается в алко-



голизм, наркоманию, начинает вести распутный образ жизни и делать всё, чтобы забыться, и, в том числе, может пойти на суицид.

Где мы видим квинтэссенцию страдания и боли? В недалёком прошлом концентрационных лагерей, в том, что хуже, чем рабство. В. Э. Франкл, экзистенциальный психолог и философ, прошёл через этот ужас и остался несломленным. Он рассматривал страдание как явление, которое приносит в жизнь смысл. Он писал:

«Осуществляя смысл, человек реализует сам себя. Осуществляя же смысл, заключенный в страдании, мы реализуем самое человеческое в человеке. Мы обретаем зрелость, мы растем, мы перерастаем самих себя» (Франкл, 1990, с. 43).

Однако мы не можем с ним согласиться, и вот почему. Страдание мешает полноценно ощущать глубину собственного существования. Вместо этого разум концентрируется на боли, страхе, ненависти к себе и другим, жалости и сожалениях, бессмысленности жизни и изъяне, неправильности бытия, желании собственной смерти, нетерпении, тщетности всего сущего, раздражении и гневе, других мрачных и тёмных переживаниях. Человек замыкается сам на себя, полностью погружённый в муки, и не может отстраниться, отмежеваться, отграничиться от страдания. Жестоко заставляя человека, проводящего свои недолгие дни в отделении паллиативной помощи, вновь и вновь переживать непереносимую боль, боль, которую порождает заживо пожирающий тело рак, когда не остаётся никакой надежды на спасение, и возникает лишь желание поскорее отмучиться. Жестоко пытаться человека, издеваться над ним, заставляя жить в страхе перед неминуемой гибелью, в состоянии неопределённости, когда тревога и депрессия становятся постоянными спутниками существования. В этом нет ничего, что способствовало бы самому прекрасному, что может разумное существо – творчества.

Не следует забывать и о собственных жизненных целях человека. Каждый, независимо от того, каков он сам по себе, ставит перед собой цели, мечтает, желает. Страдание на этом пути является основной преградой. Оно отвлекает, перетягивает всё внимание на себя, заставляет искать способы избавиться от него, вместо того чтобы идти к цели. Например, некто мечтает переехать в другую страну, и уже готов осуществить этот план, но у него серьёзно заболевает мать. Это не только большой стресс, это необходимость поменять своё будущее, чтобы ухаживать за ней. Человек одновременно переживает и страдание от того, что его мать больна, и страх за неё, и сопереживает, и вынужден примириться с тем, что он не будет жить и работать в стране мечты. Первичное страдание – удар обстоятельств непреодолимой силы и негативные эмоции от болезни матери – дополняются вторичным страданием, его рефлексией относительно произошедшего, и здесь могут быть противоречивые чувства, в том числе злость на мать и вина за то, что он испытывает такое чувство



по отношению к ней. Человек уже полностью погружен в страдание, и нет из него выхода.

Если говорить о трансгуманистических ценностях, то страдания, болезни, старость и смерть мешают человеку жить полной жизнью как на индивидуальном уровне, так и на уровне всего человечества, так как мешают научно-техническому прогрессу вести нас к обществу блага и счастья. Будь человеческий век неограниченным, кто знает, на какие славные дела мы были бы способны? Если бы мозг не старел, он не становился бы косным, неповоротливым, неразвивающимся, если бы оставался вечно молодым, он продолжал бы рождать изумительные идеи. Бесконечное познание, творчество, развлечение – всё это было бы доступно всегда. Вместе со старением мозга угасает и интерес к жизни. Болезни делают наше существование менее насыщенным, более коротким как в относительном смысле (с точки зрения наполненности событиями, интенсивностью переживания жизни в болезни и вне её, болезнь крадёт время), так и в абсолютном (с позиции длительности жизни). А страдание – страдание убивает счастье.

### **Развенчание заблуждений о страдании**

Вернёмся к заблуждениям о страдании, которые лейтмотивом проходят через мировую культуру, и дадим свои возражения. Дисклеймер: автор статьи считает, что любое страдание вредит человеку, даже временное и преходящее; однако некоторые состояния, которые могут быть спутаны со страданием, страданием не являются, например – «муки творчества».

Заблуждение первое: страдание помогает человеку стать чище и благороднее, так как человек растёт через него. На самом деле, это спорный вопрос.

Первое. Страдание может с лёгкостью сломить человека, например, смерть родственника или другого близкого, неизлечимое смертельное заболевание, череда неприятностей во всех сферах жизни, депрессия, после чего индивид уже не оправится никогда, или спустя лишь длительный промежуток времени, который измеряется годами, если не десятилетиями. Так, писатель, автор героического фэнтези и создатель Конана-киммерийца Роберт Ирвин Говард, не вынеся известия о неминуемой смерти матери, находящейся в коме, застрелился в возрасте 30 лет (De Camp et al., 1983). Безусловно, это страдание сломало его.

Второе. Человек совсем не обязательно будет расти; например, есть множество случаев, когда люди с тяжёлым детством выросли в преступников или становились не добрее, а болезненнее. Среди людей с психическими расстройствами часто встречаются те, над кем издевались одноклассники. Буллинг в школе – отдельная история, которая не делает добрее, она, скорее, ожесточает.

Третье. Жизнь – это не книга Николая Алексеевича Островского «Как закалялась сталь» (Островский, 2020), поэтому закалка может и



не произойти, а «клинок» окажется безнадежно испорчен или сломан. Как может сделать человека лучше и чище острая зубная боль? А вот избавление от неё может принести не только успокоение, но и радость, хорошее настроение, благодарность стоматологу и другие позитивные эмоции и желания. И здесь неважно, с честью и стойкостью переносилась эта зубная боль, или же человек плакал, жаловался и переживал – эффект будет один: облегчение. Казалось бы, вот он – эффект контраста, который лучше помогает осознать положительные аспекты, но сейчас мы докажем, почему это не работает.

Заблуждение второе: страдание помогает лучше понимать позитивные моменты жизни, такие как радость, удовольствие, счастье. В то же самое время страдание может навсегда лишить человека способность переживать любой позитив: например, если человек заработал вследствие страдания психическое расстройство тревожного или депрессивного спектра. Человек, который погружён в такого рода состояния, не способен переживать радостные события как радостные. Получение премии на работе, рождение ребёнка (в том случае, если вы не относитесь к детоненавистникам), исцеление от простуды, долгожданное путешествие, вкусная еда не принесут никаких позитивных эмоций, потому что в состоянии панической атаки или глубокого болезненного уныния человек не воспринимает что-либо как приносящее удовольствие, радость или счастье. Есть и обратная сторона психических расстройств, когда больной в состоянии, например, мании, не может испытывать негативные эмоции, например, от смерти родственника, от собственного банкротства, от того, что он сломал руку; эти события не имеют для него обычной эмоциональной окраски, так как не доходят до его сознания как негативные, и это страдание не поможет ему лучше понимать радость и прочее, так как он уже находится в состоянии эйфории, и ему, в сущности, всё равно. Другой пример. Младенец счастлив не потому, что он осознал и переосмыслил моменты, когда ему было больно или неприятно, и не потому, что происходит нечто хорошее, а просто потому, что таковы его реакции на мир. Это безусловное счастье, которое не имеет ровно никакой причины, а просто присутствует как таковое. Не зная тревог, бед и неприятностей, младенец просто ощущает позитивные эмоции, потому что он счастлив. Это априорное счастье. Животные испытывают радость не потому, что они способны отрефлексировать собственное прошлое и понять, что когда-то были голод, холод и болезни, а теперь тепло, солнечно, много пищи и ничего не болит, а просто потому, что у них хорошее настроение. Иначе бродячие собаки были бы намного несчастнее домашних (в смысле их собственных переживаний), а это не так.

Заблуждение третье: страдание помогает отличить добро от зла. Но есть немало людей, которые не учатся даже на собственных ошибках. Иначе не было бы ссор, не было бы конфликтов, не было бы войн. В мире торжество-



вали бы справедливость, честность, не было бы бедности, неравенства, голода. В мире была бы немыслима ситуация, когда государственные организации продавали данные граждан военному противнику просто ради денег. Если бы страдание было таким универсальным индикатором, то удалось бы ликвидировать все мировые проблемы в рамках одного поколения.

Заблуждение четвертое: страдание дано нам за наши грехи, неправильные поступки и мысли. Во-первых, это ненаучно. Во-вторых, тогда бы так называемые святые вели самое безоблачное существование, а это не так. Георгия Победоносца пытали перед смертью: били воловьими жилами, колесовали, бросали в негашеную известь (Ковалёв-Случевский, 2020). Екатерину Александрийскую морили голодом и жаждой в темнице, колесовали и отрубили ей голову мечом (Владимирова, 2009). Варвару Илиопольскую стегали воловьими жилами, жгли свечами, терзали крючьями и били молотком по голове (Ростовский, 1903). Связь неправильных поступков, и особенно мыслей, с воздаянием проследить и доказать не представляется возможным, проведя эксперимент, поэтому такой подход не соответствует критериям объективности.

Заблуждение пятое: без страдания жизнь теряет смысл, так как человек заскучает. Скука – это отсутствие интереса, а не отсутствие страдания. Если человек занят интересным, увлекательным, занимающим всё его внимание делом, он не заскучает. Напротив, работа в той же интернет-среде зачастую считается делом, приносящим скуку. В сущности, скука и является одной из разновидностей страдания. Поэтому, если не будет страдания, не будет и скуки, как одного из его видов.

Заблуждение шестое: страдание, в отличие от просто неприятностей, придаёт смысл и ценность жизни, так как именно в такие моменты человек переживает свою подлинность. Это заблуждение свойственно экзистенциалистам. Так, исследователь О. Ф. Попова делится двумя аспектами страдания с точки зрения экзистенциальных философов:

«Первым является то, что оно определяется как необходимое условие человеческого бытия. <...> Второй аспект обращает наше внимание на то, что преодоление страдания – это возможный путь духовного преображения личности, её совершенствования, обращения к своему духовному измерению, где заложены ценности, смыслы» (Попова, 2013, с. 84).

Ответ прост: если страдание является условием именно человеческого бытия, значит, надо перестать быть человеком! И стать постчеловеком. По нашему мнению, необходимость быть человеком явно преувеличена, равно как и значимость «человеческой природы», которая отдельными авторами-постгуманистами (Д. Тригг в «Нечто. Феноменология ужаса», Г. Харман в «Объектно-ориентированная онтология: новая «теория всего», К. Мейясу в «После конечности. Эссе о необходимости контингентности», Ю. Такер в «Ужас философии») отрицается, как в принципе существующая. Сомнительная честь «быть человеком» (что бы это ни значило, помимо принадлеж-





ности к биологическому виду) не стоит того, чтобы страдать. М. Хайдеггер, например, считает, что подлинность человека переживается в его столкновении с Ничто:

«Существо исходно ничтожащего Ничто и заключается в этом: оно впервые ставит наше бытие перед сущим как таковым. <...> Только на основе изначальной явленности Ничто человеческое присутствие способно подойти к сущему и вникнуть в него. Человеческое присутствие означает: выдвинутость в Ничто. <...> Без исходной открытости Ничто нет никакой самости и никакой свободы» (Хайдеггер, 1993).

Но кто сказал, что процесс ничтожения делает человека здоровее, счастливее, спокойнее? Напротив, мысли о смерти обесмысливают жизнь, так как определяют срок жизни, обесценивая всё, что уже было сделано человеком, обесценивая его самого, его собственное мимолётное существование, о котором забудут уже так скоро. Лишь тысячи остались в памяти, в то время как бессчётное множество остальных сгнуло без следа и следствия. На наш взгляд, напротив, человек куда острее переживает собственную подлинность в счастье, радости, эйфории, даже в религиозном экстазе, и особенно в состоянии осознанности. В эти моменты он чувствует всю полноту жизни, ощущает, что он существует, и что это существование прекрасно. Сознанию, незамутненному страданием, проще разглядеть вечность, чем тогда, когда оно погружено в боль, в мучения, в ужас и не видит ни себя, ни мира за собственными болезненными переживаниями, а лишь это ослепляющее, жуткое, всепоглощающее страдание.

Заблуждение седьмое: без страдания человек не будет учиться. Обучаемость человека зависит не от страдания, а от иных факторов. Как мы уже упоминали, есть те, кто не учится ни на ошибках других, ни на собственных ошибках. Это зависит от мудрости, взрослости, ответственности, осознанности, способности к рефлексии и саморефлексии, а вовсе не от наличия или отсутствия страдания. Например, ошибочными методами как в воспитании ребёнка, так и в дрессировке животных считаются угрозы, побои и подобные методы, так как они (в данном случае мы не рассматриваем жестокость) вызывают, скорее, обратную реакцию – общее оупение. То есть, помогая усвоить конкретный «урок» через боль, мы способствуем формированию дефицита общей способности к обучению в целом. Боль и страх не учат, а калечат.

Заблуждение восьмое: страдание является неотъемлемой частью жизни, оно хорошо и правильно. Это садистическая логика. Точно так же, как и тезис о том, что страдание нельзя отнять. Можно. Средствами науки и техники. С моральной точки зрения, мы не имеем права навязывать страдание кому бы то ни было, потому что это равноценно признанию того, что боль – это благо. Таким образом, по нашему мнению, можно оправдать и концлагеря. С точки зрения логики, опять-таки, мы не можем считать страдание предвечным, так как от него возможно избавиться. Сомнительно также, что те люди, которые



считают страдание правильным, сами любят страдать. Например, от признания собственной неправоты.

Заблуждение девятое: некоторые люди заслуживают страдание. Переформулируем слова Дж.Р.Р. Толкина о смерти,

«Многие из виновных заслуживают страдания, а многие из невинных – отсутствия страдания. Ты можешь избавить их от страданий? То-то же. Тогда не спеши и осуждать на страдание» (Толкин, 2002, с. 243).

Пока мы не научились убирать страдания невинных, мы не должны решать судьбу виноватых. Попытки и казни являются аморальными. Поэтому, по нашему мнению, лучшим способом решить судьбу преступника, убийцы, маньяка стало бы этическое перепрограммирование. Цена условной свободы воли (в плане собственной идентичности вследствие изменения моральных императивов) того, кто лишил отнять чужую жизнь, не настолько высока, как та жизнь, которую он потенциально может вновь отнять, извратить или искалечить. Независимо от того, взрослый это человек или ребёнок, страдания одинаково не заслуживает никто. Даже несмотря на то, что кто-либо совершил, намеревался совершить, сказал или подумал.

## **Выводы**

Мы последовательно разобрали феномен первичного и вторичного страдания в таких областях медицины, как психиатрия и онкология, в философии буддизма и трансгуманизма, постулировали необходимость радикального преодоления страдания, а также привели доводы против девяти заблуждений по поводу необходимости страдания. Нами были сделаны следующие выводы:

- первичное страдание – это физическая и психическая боль, а также триггеры, её вызывающие, в то время как вторичное страдание – это реакция на первичное страдание, выражающаяся в отрицательных эмоциях, мыслях и процессе рефлексии относительно первичного страдания;
- первичное страдание в психиатрии – это непосредственно симптомы заболевания, вторичное страдание – негативные эмоциональные реакции на все симптомы;
- первичное страдание в онкологии – это физическое страдание, хронический болевой синдром, вторичное страдание – это психическое страдание, игнорирование или отрицание болезни;
- первичное страдание в буддизме – это реальные неприятные ощущения в теле в любой текущий момент времени, вторичное страдание – это проявление сопротивления этим ощущениям;



- первичное страдание в трансгуманизме – это то, что ограничивает возможности и свободу человека, причиняет ненужную боль, вторичное страдание – это необходимость страдать без возможности изменить это;
- страдание необходимо преодолеть потому, что:
  - оно причиняет боль и мучения, а также порождает новые страдания;
  - страдание приводит к психическим расстройствам и суициду;
  - страдание превращает жизнь в ад;
  - оно, в отличие от радости и счастья, делает жизнь человека неподлинной, мешает человеку полноценно ощущать собственное существование;
  - оправдывая страдания, мы оправдываем концлагеря;
  - оно мешает достижению собственных целей каждого человека, отвлекая его от пути;
  - оно вызывает отупение, и, следовательно, мешает как научно-техническому прогрессу, так и стремлению к благу, счастью и золотому веку человечества;
  - страдание является типично человеческим условием существования, чтобы стать постчеловеком, нужно преодолеть страдание;
  - страдания, болезни, старость и смерть мешают человеку жить полной жизнью;
- для того, чтобы страдание не довлекло, и чтобы заменить его роль двигателя научно-технического прогресса, мы можем использовать природную любознательность, которая сильна в каждом из нас, от ребёнка до старика, что позволит сохранить тенденции развития, возможно, даже преумножить их, так как страдание и скука больше не будут мешать эволюции знания и познавательным устремлениям;
- важно привлечь внимание к проблеме первичного и вторичного страдания, чтобы сделать её решение одной из самых приоритетных задач;
- девять заблуждений относительно страдания признаны нами несостоятельными в силу приведённых выше доказательств, страдание всё ещё остаётся проблемой, которая требует безотлагательного решения при помощи науки и самых передовых технологий (в том числе столь популярной конвергенции НБИК).

В рамках статьи были намечены контуры концепции преодоления первичного и вторичного страдания, однако дальнейшая разработка темы страдания, его причин и необходимости его преодоления, а также критиче-



ского осмысления постгуманистического и трансгуманистического понимания проблемы страдания являются целью новых работ.

## **Благодарности**

---

Исследование выполнено при финансовой поддержке Уральского гуманитарного института УрФУ (программа «Мой первый грант»).

Автор также благодарит тех, без чьей поддержки было бы немыслимо данное исследование: врача-психиатра ГАУЗ СО СОКПБ С.Р. Сафарова, сотрудников пресс-службы Министерства здравоохранения Свердловской области: К.И. Шестакова, И.А. Егорова, пресс-секретаря ЦГБ №2 им. А.А. Миславского И.С. Стародубцеву, медицинского психолога отделения паллиативной медицинской помощи ЦГБ №2 им. А.А. Миславского М.А. Токареву, президента Буддийского центра алмазного пути традиции Карма Кагью города Екатеринбурга К.Б. Попову.

## **Список литературы**

---

- Bostrom, N. (2003). *The Transhumanist FAQ: A general Introduction: Vol. 2.1*. Nick Bostrom's Home Page. <https://www.nickbostrom.com/views/transhumanist.pdf>
- Bostrom, N., & Cirkovic, M. M. (2008). *Global Catastrophic Risks*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198570509.001.0001>
- Cobb, J. B. (1980). Process Theology and Environmental Issues. *Journal of Religion*, 60, 440–458. <https://doi.org/10.1086/486819>
- De Camp, L. S., Crook de Camp, C., & Whittington Griffin, J. (1983). *Dark Valley Destiny: The Life of Robert E. Howard*. Bluejay Books.
- Dennett, D. (1988). *Conditions of Personhood* (M. F. Goodman, Ed.). Humana Press. [https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3950-5\\_7](https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3950-5_7)
- Goerzel, B., & Bugaj, S. V. (2006). *The Path to Posthumanity: 21st Century Technology and Its Radical Implications for Mind, Society and Reality*. Academica Press.
- Hughes, J. (2007). The compatibility of religious and transhumanist views of metaphysics, suffering, virtue and transcendence in an enhanced future. *Global Spiral*, 860, 2–39.
- Pearce, D. (1995). *The Hedonistic Imperative*. HEDWEB. <https://www.hedweb.com/hedab.htm>
- Барбур, И. (2001). *Этика в век технологий*. Библиейско-богословский институт св. апостола Андрея.
- Бархатова, А. Н. (2014). Проблемы определения понятия «дефект-симптомы» при шизофрении. *Психиатрия*, 2, 72–83.
- Брайдотти, Р. (2021). *Постчеловек*. Издательство Института Гайдара.
- Бурмистров, С. Л. (2019). Категория страдания в буддизме и брахманистской философии. *Письменные памятники Востока*, 16(3), 70–84.



- Бурх, В. (2010). *Здоровая жизнь в болезни и боли. Осознанный путь освобождения от страдания*. Весь.
- Владимирова, Н. (2009). *Святая великомученица Екатерина*. Сибирская Благовонница.
- Гончаров, Д. И., & Аверченков, А. В. (2019). *Философия технологии и ее основные направления. Управление социально-экономическим развитием регионов: проблемы и пути их решения*, 1, 164–167.
- Закирова, Т. В., & Кашин, В. В. (2012). *Концепция виртуальной реальности Жана Бодрийера*. Вестник Оренбургского государственного университета, 7, 28–36.
- Кант, И. (1966). *Идея всеобщей истории во всемирно-гражданском плане* (Т. 6). Мысль.
- Ковалёв-Случевский, К. П. (2020). *Георгий Победоносец. Жизнеописание и деяния (ЖЗЛ)*. Молодая гвардия.
- Королькова, А. А. (2022). *Экзистенциальный смысл страдания в философии К. Ясперса и В. Франкла*. Научное мнение, 37–42. [https://doi.org/10.25807/22224378\\_2022\\_1-2\\_37](https://doi.org/10.25807/22224378_2022_1-2_37)
- Мейясу, К. (2017). *После конечности. Эссе о необходимости контингентности*. Кабинетный ученый.
- Нидал, Л. О. (2015). *Каким всё является*. Эксмо.
- Островский, А. Н. (2020). *Как закалялась сталь*. АСТ.
- Попова, О. Ф. (2013). *Избегание страдания как экзистенциальная установка формирования зависимости*. Акмеология, 2, 82–86.
- Ринпоче, Й. М. (2017). *Будда, мозг и нейрофизиология счастья*. Ориенталия.
- Ростовский, Д. (1903–1916). *Житие и страдание святой великомученицы Варвары*. В *Жития святых на русском языке, изложенные по руководству Четьих-Миней свт. Димитрия Ростовского*. Московская Синодальная типография.
- Салмина, А. Б., & Шнайдер, Н. А. (2006). *Этические вопросы новых медицинских технологий*. Сибирское медицинское обозрение, 3, 106–115.
- Сенкевич, А. В. (2010). *Феномен страдания в судьбе человека*. Известия Волгоградского государственного педагогического университета, 3, 8–11.
- Стругацкий, А. Н., & Стругацкий, Б. Н. (2019). *Пикник на обочине*. АСТ.
- Такер, Ю. (2018). *В пыли этой планеты. Ужас философии*. HylePress.
- Токарев, Д. А. (2022). *Гедонистическая атрибутивность страдания в философских рассуждениях Жоржа Батая*. Контекст и рефлексия: философия о мире и человеке, 11(2А), 68–73.
- Толкин, Дж. Р. Р. (2002). *Хоббит, или Туда и Обратно. Властелин Колец* (Н. Рахманова, Н. Григорьева, & В. Грушецкий, Ред.). Азбука-классика.
- Тригг, Д. (2017). *Нечто. Феноменология ужаса*. HylePress.
- Франкл, В. (1990). *Человек в поисках смысла*. Прогресс.
- Хайдеггер, М. (1993). *Что такое метафизика?* Владимир Бибахин. [http://www.bibikhin.ru/cto\\_takoe\\_metafizika](http://www.bibikhin.ru/cto_takoe_metafizika)
- Харман, Г. (2021). *Объектно-ориентированная онтология: Новая «теория всего»*. Ад Маргинем Пресс.
- Юм, Д. (1996). *Трактат о человеческой природе*. Мысль.





## References

---

- Barbur, I. (2001). *Etika v vek tekhnologii*. Bibleysko-bogoslovskiy institut sv. apostola Andreyaya. (In Russian).
- Barkhatova, A. N. (2014). Problemy opredeleniya ponyatiya «defekt-simptomy» pri shizofrenii. *Psikhia-triya*, 2, 72–83. (In Russian).
- Bostrom, N. (2003). *The Transhumanist FAQ: A general Introduction: Vol. 2.1*. Nick Bostrom's Home Page. <https://www.nickbostrom.com/views/transhumanist.pdf>
- Bostrom, N., & Cirkovic, M. M. (2008). *Global Catastrophic Risks*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198570509.001.0001>
- Braidotti, R. (2021). *Postchelovek*. Izdatel'stvo Instituta Gaydara. (In Russian).
- Burkh, V. (2010). *Zdorovaya zhizn' v bolezni i boli. Osoznannyy put' osvobozhdeniya ot stradaniya. Ves'* (In Russian).
- Burmistrov, S. L. (2019). The Category of Suffering in Buddhism and Brahmanist Philosophy. *Pis'mennye Pamiatniki Vostoka*, 16(3), 70–84. (In Russian).
- Cobb, J. B. (1980). Process Theology and Environmental Issues. *Journal of Religion*, 60, 440–458. <https://doi.org/10.1086/486819>
- De Camp, L. S., Crook de Camp, C., & Whittington Griffin, J. (1983). *Dark Valley Destiny: The Life of Robert E. Howard*. Bluejay Books.
- Dennett, D. (1988). *Conditions of Personhood* (M. F. Goodman, Ed.). Humana Press. [https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3950-5\\_7](https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3950-5_7)
- Frankl, V. (1990). *Chelovek v poiskakh smysla*. Progress. (In Russian).
- Goerzel, B., & Bugaj, S. V. (2006). *The Path to Posthumanity: 21st Century Technology and Its Radical Implications for Mind, Society and Reality*. Academica Press.
- Goncharov, D. I., & Averchenkov, A. V. (2019). Filosofiya tekhnologii i ee osnovnye napravleniya. *Upravlenie sotsial'no-ekonomicheskim razvitiem regionov: problemy i puti ikh resheniya*, 1, 164–167. (In Russian).
- Heidegger, M. (1993). *What is Metaphysics?* Vladimir Bibikhin. [http://www.bibikhin.ru/cto\\_takoe\\_metafizika](http://www.bibikhin.ru/cto_takoe_metafizika) (In Russian).
- Hughes, J. (2007). The compatibility of religious and transhumanist views of metaphysics, suffering, virtue and transcendence in an enhanced future. *Global Spiral*, 860, 2–39.
- Hume, D. (1996). *Traktat o chelovecheskoy prirode*. Mysl'. (In Russian).
- Kant, I. (1966). *Ideya vseobshchey istorii vo vseмирno-grazhdanskom plane* (Vol. 6). Mysl'. (In Russian).
- Kharman, G. (2021). *Ob"ektно-orientirovannaya ontologiya: Novaya "teoriya vsego"*. Ad Marginem Press. (In Russian).
- Korol'kova, A. A. (2022). Existential Meaning of Suffering in K. Jasper's and V. Frankl's Philosophy. *The Scientific Opinion*, 37–42. [https://doi.org/10.25807/22224378\\_2022\\_1-2\\_37](https://doi.org/10.25807/22224378_2022_1-2_37) (In Russian).



- Kovalev-Sluchevskiy, K. P. (2020). *Georgiy Pobedonosets. Zhizneopisanie i deyaniya (ZhZL)*. Molodaya gvardiya. (In Russian).
- Meyyasu, K. (2017). *Posle konechnosti. Esse o neobkhodimosti kontingentnosti*. Kabinetnyy uchenyy. (In Russian).
- Nidal, L. O. (2015). *Kakim vse yavlyayetsya*. Eksmo. (In Russian).
- Ostrovskiy, A. N. (2020). *Kak zakalyalas' stal'*. AST. (In Russian).
- Pearce, D. (1995). *The Hedonistic Imperative*. HEDWEB. <https://www.hedweb.com/hedab.htm>
- Popova, O. F. (2013). Avoidance of Suffering as an Existential Setting of Addiction. *Acmeology*, 2, 82–86. (In Russian).
- Rinpoche, Y. M. (2017). *Budda, mozg i neyrofiziologiya schast'ya*. Orientaliya. (In Russian).
- Rostovskiy, D. (1903–1916). *Zhitie i stradanie svyatoy velikomuchenitsy Varvary*. In *Zhitiya svyatykh na russkom yazyke, izlozhennyye po rukovodstvu Chet'ikh-Miney svt. Dimitriya Rostovskogo*. Moskovskaya Sinodal'naya tipografiya. (In Russian).
- Salmina, A.B., & Shnajder, N.A. (2006). Ethic Problems of New Medical Technology. *Siberian Medical Review*, 3, 106–115. (In Russian).
- Senkevich, A. V. (2010). Fenomen stradaniya v sud'be cheloveka. *Ivzestia of the Volgograd State Pedagogical University*, 3, 8–11. (In Russian).
- Strugatskiy, A. N., & Strugatskiy, B. N. (2019). *Piknik na obochine*. AST. (In Russian).
- Taker, Yu. (2018). *V pyli etoy planety. Uzhas filosofii*. HylePress. (In Russian).
- Tokarev, D. A. (2022). Hedonistic attribution of suffering in the philosophical arguments of Georges Bataille. *Context and Reflection: Philosophy of the World and Human Being*, 11(2A), 68–73. (In Russian).
- Tolkien, J. R. R. (2002). *The Hobbit, or There and Back Again* (N. Rakhmanova, N. Grigor'eva, & V. Grushetskiy, Eds.). Azbuka-klassika. (In Russian).
- Trigg, D. (2017). *Nechto. Fenomenologiya uzhasa*. HylePress. (In Russian).
- Vladimirova, N. (2009). *Svyataya velikomuchenitsa Ekaterina*. Sibirskaya Blagozvonitsa. (In Russian).
- Zakirova, T. V., & Kashin, V. V. (2012). Kontsepsiya virtual'noy real'nosti Zhana Bodriyara. *Vestnik Orenburgskogo gosudarstvennogo universiteta*, 7, 28–36. (In Russian).