

Тимофеев Никита Александрович
студент 4 курса
Радиотехнический факультет
Ульяновский государственный технический университет
Россия, г. Ульяновск
e-mail: timoveev19@gmail.com

Научный руководитель: Захарова В.В.,
старший преподаватель
Ульяновский государственный технический университет,
Россия, г. Ульяновск

ОДИНОЧЕСТВО КАК ПРИЗНАК СИЛЬНОЙ ЛИЧНОСТИ

***Аннотация:** Одиночество - тема, волнующая многих. Сильные и талантливые люди часто оказываются в одиночестве. Почему? Давайте разберемся. Бытует мнение, что одинокие люди - самые сильные и независимые личности. Но так ли это на самом деле? В этой статье рассмотрим аргументы за и против.*

Ключевые слова: одиночество, сильная личность, талантливые люди, человек, независимые личности.

Timofeev Nikita Alexandrovich
4th year student,
Faculty of Radio Engineering
Ulyanovsk State Technical University,
Russia, Ulyanovsk

Scientific adviser: Zakharova V.V.,
Senior Lecturer
Ulyanovsk State Technical University,
Russia, Ulyanovsk

LONELINESS AS A SIGN OF A STRONG PERSONALITY

***Abstract:** Loneliness is a topic of concern to many. Strong and talented people often find themselves alone. Why? Let's figure it out. There is an opinion that lonely people are the strongest and most independent individuals. But is this really so? In this article we will look at the arguments for and against.*

Key words: loneliness, strong personality, talented people, person, independent individuals.

Одиночество – то, чего боятся многие люди. Так было раньше, есть сейчас и будет потом. Но почему человек страшится этого? Так ли плохо одиночество, как это нам преподносят? Можно ли одиночество считать уделом сильных личностей и гениев?

Отношение к этому понятию неоднозначно: В. Гюго называл одиночество ядом, А. Олкотт отмечал, что оно - верный признак старости. Другие, наоборот, уверяли, что это признак духовной силы человека. «Одиночество есть человек в квадрате» - отмечал И. Бродский, Б. Шоу называл великим даром умение получать удовольствие от этого состояния.

То, как человек относится к одиночеству, говорит о его уровне самодостаточности. Уверенный в себе человек не будет задаваться вопросом: «О Господи, почему я так одинок?», а постарается извлечь максимум пользы из этого.

Более того, испытываемое чувство одиночества в современном мире является неотъемлемой частью жизни каждого человека. Тяготиться этим или получать удовольствие – выбор индивида.

Тем не менее, выделим несколько основных причин возникновения этого чувства [2]:

1. Чаще всего то, чем люди хотят поделиться друг с другом, вызывает непонимание или неприятие. Многие мысли могут показаться слишком странными, противоречивыми, расплывчатыми или же пугающими. Поэтому все время приходится выбирать между собственными взглядами на мир и тем, что принято в обществе.

2. Человек по своей сути эгоистичен, и мало кто изъявляет желание выслушать другого человека и поставить себя на его место. Не стоит винить

окружающих в том, что они не уделяют вам столько же внимания, сколько своим проблемам.

3. Желание быть любимым другими, кроется в нашем естественном себялюбии [3]. Но шансы найти человека, мыслящего в точности, как и мы сами, ничтожно малы. Поэтому часто близкие или просто окружающие нас люди могут не понимать нас, не разделять наши мысли и взгляды. Это и служит причиной для возникновения чувства одиночества, которое мы пытаемся преодолеть путем поиска «своего» человека. Так не лучше ли направить все те усилия, энергию и время, уходящие на эти поиски в другое, более продуктивное и эффективное русло, например, на собственное развитие? Развивая себя как личность, шанс встретить близкого по духу человека увеличивается в разы.

4. Большинство людей уделяет внимание практически всем сторонам отношений, кроме духовной. Итог: взаимные претензии после расставания в духе «я зря потратил(а) лучшие месяцы/годы своей жизни».

Несмотря на это, одиночество не должно пугать и вызывать дискомфорт. Нужно научиться извлекать пользу из этого состояния. Ведь через него можно найти путь к себе, понять и осознать свои желания, страхи, возможности. И как следствие, человек поднимается на следующую ступеньку, повышает свой духовный уровень, или, как минимум, не впадает в депрессию, со временем становящуюся верным спутником жизни.

Итак, какие же плюсы дает нам одиночество? Рассмотрим некоторые из них:

1. Одиночество стимулирует творческий потенциал. Творческие стремления проистекают из чувства, что окружающие никогда по-настоящему не поймут нас, а искусство позволяет выплеснуть эмоции, выразить себя и свое отношение к разным вещам.

2. Одиночество углубляет философскую грань личности, заставляет задуматься о себе и об окружающем мире. В дальнейшем это помогает

устанавливать близкие и доверительные отношения с теми, кто нам действительно важен.

3. Одиночество позволяет яснее мыслить и видеть свои ошибки [1]. Жизнь среднестатистического человека похожа на крысиные бега в стиле дом-работа/учеба-дом, наполненные множеством нерешенных проблем. Умение останавливаться и дарить себе «день одиночества» – прекрасный способ протянуть руку помощи самому себе для разрешения этих проблем, осознания себя, своих желаний и истинных целей, способов их достижения.

Одиночество – спутник свободы. И как только человек начинает это понимать, мир начинает играть новыми красками. Чем заняться вечером? Да чем угодно: прогулка по городу, поход в музей/картинную галерею, или же просмотр любимого сериала с огромным ведерком попкорна. Что приготовить на ужин? Что вашей душе угодно. Какую музыку слушать? Ту, которая вам нравится. И это прекрасно, ведь не приходится «грузиться» тем, что окружающие думают о вашем вкусе и предпочтениях, нет необходимости подстраиваться под чужое расписание, не приходится думать, как развлечь кого-то еще, не нужно стараться быть хорошим и беспокоиться, не скучно ли другим людям. Главное – хорошо ли вы сами проводите время.

Подобный подход к понятию одиночества больше похож на проявление здорового эгоизма. Но почему бы и нет? Ведь одиночество – многоаспектное понятие. И не обязательно постоянно рассматривать его в негативном ключе, как это делает большая часть человечества.

Интересный факт: уделив немного времени только себе, человек набирается сил и энергии для общения с другими людьми. Чувствовать себя комфортно в одиночестве – не значит быть социофобом [4]. Можно встречаться с другими людьми, проводить совместно время и получать удовольствие от этого тоже. Главное – не становиться зависимым от подобного общения. Оно не должно управлять вашей жизнью, вашими мыслями и поступками.

Удивительно, но чем сильнее духовно человек, тем меньше он стремится проводить время в обществе других людей. Связано ли это с тем, что он имеет свои, зачастую отличные от общепринятых, убеждения, жизненные принципы? А может ему просто не нужно чье-либо одобрение? Многие гении были по сути своей отшельниками, они были исключительны. Но это уже о более абсолютном понятии одиночества.

Независимость от других – то, к чему многие стремятся; то, что с избытком есть у сильных и самодостаточных людей. Чем меньше человек зависит от влияния других, тем больших высот сможет достичь. Когда он один, то ему приходится справляться со своими проблемами самостоятельно. Он перестает быть «винтиком в системе» и становится «многофункциональным инструментом». Как следствие, растет уверенность в себе, своих силах, причем не только в социальном плане, но и в других аспектах жизни.

Обращаясь за помощью только тогда, когда это действительно необходимо, человек расширяет свои собственные границы.

Одиночество - удел сильных. Не стоит искать в нем проблему. Каждый человек прекрасен и является «целым» и способен существовать без «половинки». Однако для большинства быть одиноким – это значит не находить отклик в других людях, что в свою очередь порождает страх, неуверенность, страдания. Неужели это так важно быть связанным с окружающими, быть понятыми ими?

Мы не призываем к тому, чтобы каждый в этом мире стал одиноким. Вовсе нет. Да это и невозможно. Мы просто предлагаем взглянуть на проблему одиночества с другой, более позитивной, стороны.

Не стоит также забывать, что человек не только биологическое создание, но еще и социальное существо, т.е. общение для него – неотъемлемая потребность. Поэтому одиночество, перерождающееся в социофобию, является отклонением, которого нужно избегать.

В последнее время появился даже некий культ одиночества. Особенно среди молодежи эта тема активно обсуждается на просторах социальных сетей. Так почему же в нашем стремительно бегущем мире эта тема является злободневной? Все просто: мы живем в такое время, когда для общения с человеком нам не обязательно находится с ним рядом. Вдумайтесь: на протяжении всей истории эволюции человека для любых межличностных коммуникаций людям необходимо было находиться рядом, т.е. они видели, слышали, чувствовали своего собеседника. А в конце XX века ситуация кардинально меняется. Большинство коммуникаций теперь происходит в режиме виртуальности. Такой тип общения отличается от того, что заложено у нас в генах. Мы практически полностью теряем эмоциональный контакт, мы не «чувствуем» друг друга. И в определенный момент каждый приходит к тому, что он одинок. Такое проявление одиночества не приносит в жизнь человека достоинства и плюсы, описанные выше. Более того, оно имеет отрицательный вектор развития и может способствовать появлению и развитию депрессии, что недопустимо.

Таким образом, одиночество является многозначным понятием. Станет ли оно своеобразным двигателем развития личности или же «небесной карой», зависит только от самого человека.

Список литературы:

1. Гутников А. Почему полезно побыть одному? [Электронный ресурс] // Режим доступа: URL: <https://lifehacker.ru/2013/12/09/pochemu-polezno-pobyt-odnomu> (дата обращения: 17.03.2024 г.).

2. Евстафьева Е. Почему мы обречены на одиночество и почему оно не должно нас пугать. [Электронный ресурс] // Режим доступа: URL: <https://lifehacker.ru/2016/10/13/fated-to-be-lonely> (дата обращения: 17.03.2024 г.).

3. Казимир А.Н., Блоховцова Г.Г. Учение о морали И. Канта / В сборнике: Взаимодействие науки и общества: проблемы и перспективы сборник статей по

итогах Международной научно-практической конференции: в 3 частях. 2017. С. 164-167.

4. Мерзлякова Л. Сила одиночества: почему всем нужно время наедине с собой. [Электронный ресурс] // Режим доступа: URL: <https://lifehacker.ru/2016/06/07/alone> (дата обращения: 17.03.2024 г.).