

ПСИХОАНАЛИЗ КАК ФИЛОСОФИЯ

Л. З. Левит

DOI: 10.7256/1999-2793.2013.11.7218

«ВОЛЯ К ЖИЗНИ» А. ШОПЕНГАУЭРА И ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ КОНЦЕПЦИЯ СЧАСТЬЯ: НЕДОСТАЮЩИЕ ЗВЕНЬЯ

Аннотация. Автор статьи рассматривает ряд важных положений теории А. Шопенгауэра («волю к жизни», эгоизм, счастье) и сопоставляет их со своей Личностно-ориентированной концепцией счастья (ЛОКС), что позволяет найти решение ряда вопросов, поставленных немецким философом и разработать практическую систему психотерапии Личностной Уникальностью (ЛУТ). Сделан вывод, что разработанная Личностно-ориентированная концепция счастья, исследующая позитивные возможности в человеческой жизнедеятельности (хотя и находящаяся вне категориального аппарата современной позитивной психологии), имеет важные точки пересечения с философией А. Шопенгауэра, носящей ярлык пессимизма — незаслуженно, с точки зрения автора. Более того, ЛОКС позволяет сделать важное дополнение к концепции великого немецкого философа, указывая индивиду конкретный механизм ограничения «низших» форм эгоизма с одновременным развитием его высших форм в целях успешной реализации личностного потенциала и достижения полноценной, по-настоящему счастливой жизни.

Ключевые слова: философия, счастье, эгоизм, личностная уникальность, самореализация, эвдемония, личностно-ориентированная концепция счастья, ЛОКС, Шопенгауэр, Воля к жизни.

«**В**оля к жизни», эгоизм и счастье в концепции А. Шопенгауэра. Артур Шопенгауэр, известный немецкий философ XIX века, разработал теорию, ключевым компонентом которой является воля к жизни¹: «Все и каждое полно и кипит волей»². Как пишет Б. Э. Быховский, исследователь творчества Шопенгауэра, первой заповедью воли к жизни выступает инстинкт самосохранения, а движущей силой — стремление к радости, к наслаждению. Воля к жизни претворяется в неустанную погоню за счастьем³.

Как видим, речь идет о гедонизме — теории, которая в настоящее время активно разрабатывается позитивной психологией. Сама же гедонистическая погоня за счастьем отождествляется с эгоизмом человека: «Всякий поступок, последнюю целью которого служит благо и горе самого действующего, эгоистичен»⁴.

Идея о взаимосвязи счастья и человеческого эгоизма была позднее высказана и З. Фрейдом: «Иначе говоря, индивидуальное развитие предстает перед нами как продукт интерференции двух стремлений: стремления к счастью, которое обычно мы называем «эгоистическим» и стремление к объединению с другими в сообщество, называемое «альтруистическим»⁵. Несколько забега вперед, отметим, что подобная идейная близость была учтена и экспериментально обоснована в нашей Личностно-ориентированной концепции счастья (ЛОКС). Что касается современной позитивной психологии, то она предпочитает не затрагивать тему эгоизма как средства достижения счастья по причинам, о которых можно лишь догадываться.

В своих работах А. Шопенгауэр фактически отождествляет личность конкретного человека с его эгоизмом: «Я и эгоизм — это одно: если исчезнет последний, то, собственно, нет уже больше и первого»⁶.

Неудержимое стремление к счастью с помощью «эгоистического порыва» не только не позволяет его

¹ Курсив здесь и далее сделан автором настоящей статьи.

² Быховский Б. Э. Шопенгауэр. М.: Мысль, 1975. С. 109.

³ Там же. С. 109.

⁴ Там же. С. 109.

⁵ Фрейд З. Неудобства культуры. СПб: Азбука-классика, 2010. С. 120.

⁶ Быховский Б. Э. Шопенгауэр. М.: Мысль, 1975. С. 110.

достичь, но и в результате ведет к страданиям, к несчастью: «Ибо всякое страдание есть не что иное, как неисполненное и пресеченное хотение»¹. Поэтому и позитивное, оптимистическое мировоззрение кажется А. Шопенгауэру не только нелепым, но и безнравственным на фоне страданий человечества².

Фактически в работах немецкого философа можно выявить следующую логическую цепочку: «воля к жизни — эгоизм — гедонизм — стремление к счастью — недостижение цели — страдания — несчастье». Отметим, что с данной идеей перекликаются результаты современных теоретических и экспериментальных исследований, обнаружившие такие препятствия на пути «погоны» за счастьем и наслаждениями как гедонистический парадокс³, эгоистический парадокс⁴ и закон адаптации — быстрого привыкания к «материалистическим» удовольствиям⁵.

Резигнация и квиетизм А. Шопенгауэра: постановка проблемы. Какое же практическое решение предлагает А. Шопенгауэр, если, по его мнению, стремление к счастью не только бессмысленно, но и служит источником человеческих страданий? С его точки зрения, эгоизм произрастает из индивидуализма⁶, поэтому преодоление эгоизма и связанных с ним несчастий происходит за счет резигнации (отказа от погони за счастьем) и квиетизма — умерщвления собственной воли, аскетизма, самоотречения⁷. Понятие личности, индивидуальности упраздняется — в соответствии с традициями индуизма, к которому А. Шопенгауэр питал симпатию. Квиетизм, по его мнению, раскрепощающий человека от эгоизма — родной брат добродетели⁸.

К сожалению, А. Шопенгауэр не дает ответ на вопрос, каким образом возможно преодоление эгоизма, связанное с «обращением внутрь» человеческой воли к жизни. Философ утверждает, что дан-

ный «поворот» глубоко мистичен и не может быть объяснен рациональным образом⁹. Таким образом, возникает теоретическая и практическая проблема, которая была успешно разрешена в рамках разработанной нами концепции.

Личностно-ориентированная концепция счастья: две взаимодействующие системы.

В 2006–2012 гг. мы разработали Личностно-ориентированную концепцию счастья (ЛОКС), в которой самореализация индивида описывается через взаимодействие двух систем — Личностной Уникальности и Эгоизма (рис. 1). Каждая система, в свою очередь, состоит из 4-х уровней, представляющих собой жизненные этапы субъекта. Постепенно выяснилось, что ЛОКС способна инкорпорировать ряд теорий личности начала-середины XX века (концепции З. Фрейда, Э. Берна, Р. Ассаджиоли, К. Юнга, А. Маслоу и К. Роджерса), а также современные психологические концепции, описывающие достижение счастливой и полноценной жизни индивидом через реализацию своего личностного потенциала (теории Э. Деси и Р. Райана, К. Рифф и Б. Сингера, М. Чиксентмихайи, А. Уотермана). Подробный анализ и сопоставление проведены в наших последних статьях¹⁰ и монографиях¹¹.

Целью настоящей работы не является подробный анализ ЛОКС — сейчас мы хотим лишь продемонстрировать ее теоретические возможности для продвижения в решении проблемы, перед которой остановился А. Шопенгауэр. В нашей концепции реализация Личностной Уникальности — ЛУ субъекта (при ее наличии, разумеется) осуществляется с помощью системы «Эгоизм» (ЭГ) соответствующего урона, выполняющего мотивационные и защитные функции¹². К высшему, четвертому уровню развития эгоизм в значительной степени видоиз-

⁹ Там же. С. 122–123.

¹⁰ Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: краткая история // Психология и психотехника. 2012. № 8. С. 78–86; Левит Л. З., Радчикова Н. П. Личностно-ориентированная концепция счастья: теория и практика // Национальный психологический журнал. 2012. № 2 (8). С. 81–90; Levit L. Z. Happiness: Person-Oriented Conception // International Journal of Advances in Psychology. Vol. 1. Iss. 3. November, 2012. P. 46–57.

¹¹ Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: жизнь во имя себя. Минск: Изд-во А. Н. Вараксин, 2011. 112 с.; Левит Л. З. ЛОКС: между Фрейдом, Юнгом и Маслоу. Минск: Изд-во А. Н. Вараксин, 2012.

¹² Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: краткая история // Психология и психотехника. 2012. № 8. С. 78–86.

¹ Там же. С. 111.

² Там же. С. 111.

³ Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: НФ «Класс», 1999. 576 с.

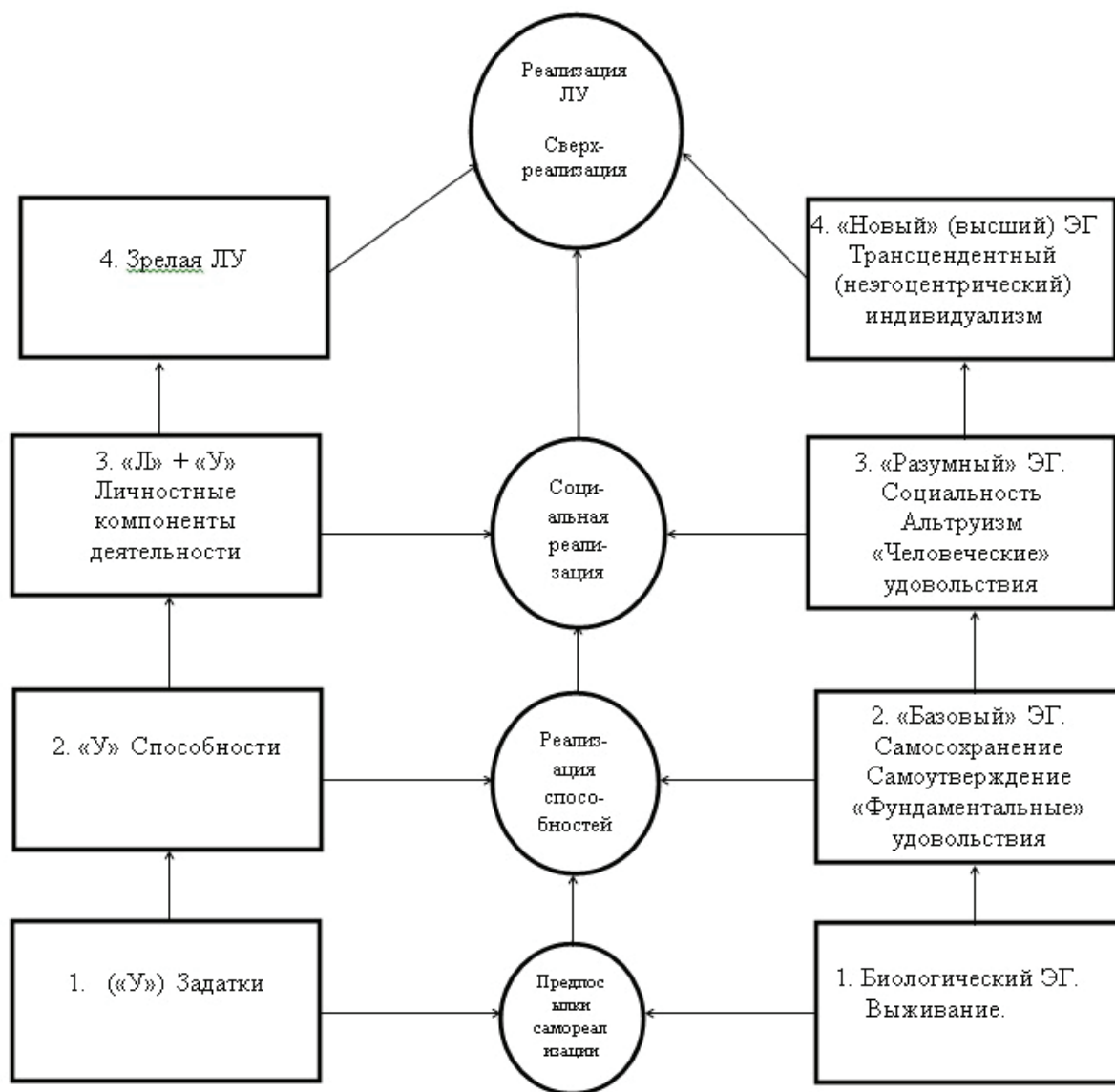
⁴ Psychological Egoism // Internet Encyclopedia of Philosophy [Электронный ресурс] (Режим доступа: <http://www.iep.utm.edu/>).

⁵ Селигман М. Новая позитивная психология. Киев: София, 2006. 368 с.; Шварц. Б. Парадокс выбора. М.: Добрая книга, 2005. 284 с.

⁶ Быховский Б. Э. Шопенгауэр. М.: Мысль, 1975. С. 118.

⁷ Там же. С. 119–121.

⁸ Там же. С. 118.



Система «Личностная Уникальность» (ЛУ)

Система «Эгоизм» (ЭГ)

Рис. 1. ЛОКС

меняется и превращается, по меткому выражению М. Чиксентмихайи, в «неэгоцентрический индивидуализм»¹, единственной целью которого становится всемерная (а может и всемирная) реализация личностного потенциала субъекта. Поэтому, с нашей точки зрения, не эгоизм произрастает из индивиду-

ализма, как считал А. Шопенгауэр², а наоборот — зрелый индивидуализм является высшей формой развития «базового», «животного» эгоизма индивида, представленного первым и вторым уровнями оси «ЭГ» в ЛОКС.

А. Шопенгауэр считал эгоизм однозначно вредным явлением, «проклятием» человека: «Эгоизм

¹ Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания. М.: Смысл: Альпина нон-фикшн, 2011. 464 с.

² Быховский Б. Э. Шопенгауэр. М.: Мысль, 1975. С. 118.

и добродетель никогда не подадут друг другу руки¹. Наша концепция позволяет осуществить более дифференцированный подход: если эгоизм нижних этажей ЛОКС действительно нуждается в ограничении или даже преодолении (ниже мы объясним, каким образом это может произойти), то на высшем, четвертом уровне развития именно союз ЭГ и ЛУ — внутреннего «сокровища» субъекта, создает новую сущность и позволяет осуществить прорыв к «сверхреализации» (рис. 1).

То, что одним из компонентов четвертого уровня модели остается именно эгоизм (хотя и в качественно другой форме), подтверждается особенностями возникающей ситуации. Субъект, реализуя свой уникальный потенциал, отныне творит *собственную* жизнь, в которой он теперь, по определению, главный и единственный «герой». Новый, переориентированный эгоизм как раз и нужен для того, чтобы считать подобное существование высшим благом, встречать и храбро преодолевать все его вызовы. Тот факт, что человек реализует *свои* способности (а не чужие) автоматически означает, что его эгоизм («яйность») требуется для их защиты в процессе актуализации. Ведь реализация способностей так или иначе направлена во внешний мир, против избыточных контактов с которым А. Шопенгауэр и предупреждал.

В творческой деятельности одаренного человека можно выделить две основных «плоскости существования». Первая связана с реализацией ЛУ *внутри* конкретной активности, что ведет, в частности, к потоковым состояниям и «счастью». Для осуществления подобной, потоковой активности система «Эгоизм» не требуется, поскольку в «защитных» функциях нет необходимости (при отсутствии социальной оценки или давления), а востребована только Личностная Уникальность субъекта. Но, поскольку каждый индивид, даже самый одаренный, еще и живет в обществе, то на третьем, социальном уровне ЛОКС ему вполне может понадобиться «защитный» эгоизм — в конечном итоге, для самореализации. Работу этой формы эгоизма по установлению «гладких» отношений с окружающими можно выразить известной фразой «Ничто человеческое мне не чуждо». Правда, следует всегда держать в уме, что возможности одаренного индивида далеко не сводятся к «общечеловеческому».

Существует и более высокий, четвертый уровень взаимодействия ЭГ и ЛУ. Девиз «То, что лишь я один могу сделать в этой жизни» прекрасно отражает

единение Высшего Эгоизма и зрелой Личностной Уникальности в эвдемонической, по-настоящему полноценной жизни человека.

ЛОКС: восполняя недостающее звено. Таким образом, в рамках нашей концепции мы даем более обоснованный ответ на вопрос о преодолении (точнее — ограничении) эгоизма, не прибегая к мистическим объяснениям, как это делал А. Шопенгауэр. Человек способен «перерасти» низшие формы эгоизма естественным путем — обращая его на развитие и реализацию собственной Личностной Уникальности. Тот поворот «воли к жизни» (и эгоизма) «на себя», о котором мечтал, но который не мог ясно объяснить А. Шопенгауэр, является не только теоретически возможным, но и *необходимым* звеном нашей концепции — разумеется, при достижении одаренным индивидуумом высшего уровня личностного развития. Хочется отметить, что Эгоизм (зрелый индивидуализм) четвертого уровня, изначально обращен не вовне, а *внутри*, на «созревшую» ЛУ. Счастливое, полноценное существование достигается человеком, когда он живет в соответствии со своим «внутренним духом», а не внешней суетой.

«Пессимизм» А. Шопенгауэра, эвдемония Аристотеля и ЛОКС. А. Шопенгауэр традиционно считается носителем пессимистического мировоззрения, некоторые положения которого, связанные с «низшими» формами человеческого эгоизма, были уже рассмотрены. В нашей же, «оптимистически» ориентированной концепции, Эгоизм высшего, четвертого уровня способствует реализации Личностной Уникальности субъекта.

Важно отметить, что А. Шопенгауэр, тем не менее, признавал ценность внутреннего потенциала человека в достижении счастливой жизни: «То же самое бывает и с человеком: его индивидуальностью наперед предрешена мера возможного для него счастья»². В качестве примера он цитирует следующие слова из стихотворения И. Гёте: «Счастье высшее земное / в личности заключено»³.

Говоря о счастье, которое скрыто внутри человека, А. Шопенгауэр неоднократно ссылается на Аристотеля — основателя эвдемонической традиции⁴. Согласно последнему, «счастье человека состоит в беспрепятственном приложении его преобладающей способности»⁵, «счастье принадлежит тем, которые

¹ Там же. С. 118.

² Шопенгауэр А. Афоризмы и максимы. М.: Фолио, 2001. С. 11.

³ Там же. С. 12.

⁴ Аристотель. Никомахова этика. М.: ЭКСМО-Пресс, 1997. 368 с.

⁵ Шопенгауэр А. Афоризмы и максимы. М.: Фолио, 2001.

сами себе довлеют»¹, «возможность беспрепятственно развивать и применять свое превосходство, какого бы рода оно ни было,— и есть собственно счастье»². Список примеров подобного рода весьма впечатляющ, что не позволяет безоговорочно относить его к носителям и пропагандистам пессимистического мироощущения. Его пессимизм касается лишь «массы», «толпы», живущей легкодоступными наслаждениями, но никак не отдельных высокоодаренных личностей, творящих в уединении и развивающих свой уникальный потенциал. Такие люди, живя в соответствии со своим внутренним «Я», не только реализовывают свои сильные стороны и достигают счастья, но и, благодаря подобному образу жизни, избегают многих широко распространенных несчастий³. Таланту ради своего развития необходима известная степень отдаления от общества — еще и потому, что «обнаруживание своего ума и способностей есть только косвенный способ уличения других в бездарности и тупоумии»⁴.

И, тем не менее, даже в учении Аристотеля, основателя эвдемонической традиции, можно разглядеть известное противоречие между двумя трактовками счастливой жизни, не очень согласовывающимися между собой. С одной стороны, счастье, как уже отмечалось, связано с *активной* реализацией человеком своих способностей, с другой,— счастье ассоциируется с *созерцательным* образом жизни, который плохо сочетается с самореализацией. В последнем случае доминирует разработанный Аристотелем принцип «золотой середины» — *умеренности* индивида в проявлении своих качеств⁵.

В работах Шопенгауэра заметно то же противоречие между призывом к проявлению себя и отмеченным выше квиетизмом. Счастливая жизнь связывается то с аристотелевской традицией эвдемонии, то с простым умением «избегать несчастий» за счет собственной осмотрительности и стремления к уединению⁶.

Как же примирить две данные тенденции? Ответ дает уровневое строение ЛОКС. Проявлять «квиетизм» необходимо в отношении низших (в основ-

ном, второго) «этажей» концепции, связанного с получением «фундаментальных» удовольствий — в основном, «пищевого» и «полового». На высшем же, четвертом уровне, субъекту с мощной ЛУ требуется зрелый индивидуализм для «выведения» ее в (трансцендентную) сферу «сверхреализации», для определенного «отрыва» от третьего, социального уровня — в случае, если индивид его уже перерос. На этом жизненном этапе одаренная личность преодолевает «общественное притяжение» и в своих творческих исканиях выходит в новую для себя, и в то же время сугубо «персональную» реальность, в которой остается наедине с самой собой и своим внутренним «сокровищем» — Личностной Уникальностью. Образ жизни и характер научного поиска самого немецкого философа являются яркими тому подтверждениями.

Терапия Личностной Уникальностью (ЛУТ). Основываясь на собственной теоретической модели счастливой жизни, мы разработали и проверили новую систему психотерапии, связанную с осознанием клиентом своей «идеальной» части — Личностной Уникальности, что позволяет легче справиться с «внешними» стрессовыми событиями и успешно преодолевать жизненные кризисы. Предполагаем, что «идеология», лежащая в основе ЛУТ, была бы симпатична А. Шопенгауэру вследствие схожести ряда установок.

С нашей точки зрения, данная система предназначена, в первую очередь, образованным и одаренным людям, осознающим собственный потенциал и разбирающимся в психологии. Однако все остальные также могут при желании думать о своей ЛУ, стараться почувствовать ее и войти с ней в контакт. В этих целях мы разработали и регулярно проводим Эвдемонический Тренинг⁷, позволяющий индивиду в течение нескольких недель существенно усилить взаимодействие со своим «внутренним сокровищем» и встать на путь самореализации, защищающий от многих «общепринятых» стрессов и невзгод. Отметим, что еще Л. Н. Толстой в своей «Исповеди» указал, что для выхода из кризиса зачастую необходимо обретение *новых духовных ценностей* и нового места в жизни.

В целях ознакомления приведем некоторые положения ЛУТ⁸. Задача индивида заключается в том,

С. 39.

¹ Там же. С. 36.

² Там же. С. 51.

³ Там же. С. 153.

⁴ Там же. С. 233.

⁵ Аристотель. Никомахова этика. М.: ЭКСМО-Пресс, 1997. 368 с.

⁶ Шопенгауэр А. Афоризмы и максимы. М.: Фолио, 2001. С. 152.

⁷ Дилтс Р. Изменение убеждений с помощью НЛП. М.: Класс, 1997.

⁸ Левит Л. З. Терапия Личностной Уникальностью: теоретическое обоснование проекта // Тенденции и инновации современной науки. Материалы Международной научно-практической конференции (тезисы докладов). Краснодар, 2012. С. 47.

чтобы обнаружить свою Личностную Уникальность и жить в согласии с ней, в полной мере реализовывая древний принцип: «Познай себя, и стань тем, кто ты есть». Вместо лихорадочной погони за все новыми удовольствиями (в итоге ведущей к потере себя) человек учится больше ценить то, что у него уже есть (свою Личностную Уникальность в том числе), что уменьшает либо полностью исключает невротическое переживание разрыва между желаемым и действительным. В последнем случае конструкт Личностной Уникальности, «идеальной» части индивида, находится как раз посередине между его далекими идеалами и более скромными наличными возможностями, и способен, таким образом, выступать в качестве связующего звена, «мостика» между первыми и вторыми. Это позволяет невротическому клиенту увидеть более зримый ориентир для конкретных действий по сравнению с несбыточными мечтами и фантазиями.

ЛУТ целесообразно использовать, когда индивид не способен изменить неблагоприятную «внешнюю» ситуацию, и лучшим способом будет принять случившееся и примириться с ним. Концентрация внимания на сохранившихся внутренних возможностях, контакт со своей «идеальной частью» помогают процессу «самоутешения» и заживления ран: «Сейчас мне плохо, тяжело, но моя Личностная Уникальность по-прежнему со мной. В будущем я смогу ее реализовать и сделать свою жизнь счастливее». С нашей точки зрения, подобная фокусировка позволяет запустить и облегчить процесс коупинга, в ходе которого должен произойти постепенный «выход» из негативных переживаний к позитивным аспектам существования.

Пациент в процессе психотерапии учится конструировать, осознавать, «слушать» свою идеальную часть и входить с ней в контакт, обогащаясь мудростью и психологическими ресурсами, что меняет фокусировку с «внешнего и плохого» на «внутреннее и хорошее». Клиент постепенно понимает, что главные «сокровища» находятся у него внутри, а не в материальном мире. Туда же, внутрь, открывается и «дверь к счастью». Конструкт Личностной Уникальности служит в этом случае «маяком», побуждающей силой для внутреннего роста.

Одним из аргументов, поддерживающих идеологию ЛУТ, ставящей «хорошее внутреннее» выше «плохого внешнего», является современная теория логических уровней, адаптированная Р. Дилтсом из работ Г. Бейтсона¹. С точки зрения данной моде-

ли, «окружение» индивида принадлежит к шестому, низшему уровню, в то время как «личностное своеобразие» и «духовность» (аналоги ЛУ) — к наивысшим. Поскольку в иерархически устроенной модели верхние уровни в значительной степени определяют функционирование нижележащих, для индивида становится абсолютно естественным «пестовать» свою Личностную Уникальность, что позволит легче справляться с негативом, приходящим с уровня «окружения».

Как уже отмечалось, в нашей теоретической концепции имеет место взаимодействие двух многоуровневых систем — Личностной Уникальности и Эгоизма. Хочется отметить, что Эгоизм высшего, четвертого уровня большей частью обращен не вовне, а внутрь, на «созревшую» ЛУ. Счастливое, полноценное существование достигается человеком, когда он живет в соответствии со своим «внутренним духом», а не внешней суетой.

Если индивид затрудняется в подробном описании ЛУ, он может сначала представлять ее в виде метафоры, по принципу «как если бы» — например, в качестве источника внутреннего тепла. Подобные упражнения придают человеку дополнительные силы в развитии собственной индивидуальности, стабилизируют его самооценку и позволяют более оптимистично смотреть в будущее (поскольку в настоящем под рукой теперь всегда имеется «спасательный якорь»). Конструкт Личностной Уникальности является моделью того, что *возможно* внутри нас; он помогает ответить на вопросы: «Для каких жизненных целей и поступков я создан? Что я хочу и буду делать в жизни, чтобы прожить её осмысленно и счастливо?» Именно в этом и заключается суть настоящего позитивной психологии. Отметим, что измерение «смысла» появляется в жизни субъекта лишь после внесения в нее понимания глубинных слоев собственной индивидуальности.

Проецирование индивидом лучших качеств в Личностную Уникальность позволяет ему начать движение по «пути совершенства», перерастая свою заикленность на повседневных житейских неурядицах. Клиенту предлагается почувствовать себя «героем» собственной жизни, находящимся на пути к счастью. Любой «правильный» для индивида образ жизни и поступки, позволяющие, помимо прочего, успешно справляться с имеющимися у него симптомами, теперь совершаются ради укрепления и последующей реализации собственной Личностной Уникальности («идеальные» поступки для усиления «идеальной» части). Любая активность, направленная на «решение проблем», может интерпретироваться в качестве

¹ Дилтс Р. Изменение убеждений с помощью НЛП. М.: Класс, 1997.

основы для будущей реализации ЛУ и являться, тем самым, поводом для гордости за себя и укрепления самооценки. Человек, достигший личностной зрелости и осознающий в себе уникальное «Я», начинает в большей степени «учиться» у себя, нежели у других.

Заключение. Как видим, разработанная нами Личностно-ориентированная концепция счастья, исследующая позитивные возможности в человеческой жизнедеятельности (хотя и находящаяся вне категориального аппарата современной позитивной

психологии), имеет важные точки пересечения с философией А. Шопенгауэра, носящей ярлык пессимизма — незаслуженно, с нашей точки зрения. Более того, ЛОКС позволяет сделать важное дополнение к концепции великого немецкого философа, указывая индивиду конкретный механизм ограничения «нижних» форм эгоизма с одновременным развитием его высших форм в целях успешной реализации личностного потенциала и достижения полноценной, по-настоящему счастливой жизни.

Список литературы:

1. Аристотель. Никомахова этика. М.: ЭКСМО-Пресс, 1997. 368 с.
2. Быховский Б. Э. Шопенгауэр. М.: Мысль, 1975. 208 с.
3. Дилтс Р. Изменение убеждений с помощью НЛП. М.: Класс, 1997.
4. Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: жизнь во имя себя. Минск: Изд-во А. Н. Вараксин, 2011. 112 с.
5. Левит Л. З. Личностно-ориентированная концепция счастья: краткая история // Психология и психотехника. 2012. № 8. С. 78–86.
6. Левит Л. З. ЛОКС: между Фрейдом, Юнгом и Маслоу. Минск: Изд-во А. Н. Вараксин, 2012.
7. Левит Л. З. Счастье, эгоизм, альтруизм: парадоксы взаимодействия // Научно-практический журнал «Психология. Социология. Педагогика». 2012. № 7. С. 10–19.
8. Левит Л. З. Терапия Личностной Уникальностью: теоретическое обоснование проекта // Тенденции и инновации современной науки. Материалы Международной научно-практической конференции (тезисы докладов). Краснодар, 2012. С. 47.
9. Левит Л. З., Радчикова Н. П. Личностно-ориентированная концепция счастья: теория и практика // Национальный психологический журнал. 2012. № 2 (8). С. 81–90.
10. Селигман М. Новая позитивная психология. Киев: София, 2006. 368 с.
11. Фрейд З. Неудобства культуры. СПб: Азбука-классика, 2010. 192 с.
12. Чиксентмихайи М. Поток: психология оптимального переживания. М.: Смысл: Альпина нон-фикшн, 2011. 464 с.
13. Шварц Б. Парадокс выбора. М.: Хорошая книга, 2005. 284 с.
14. Шопенгауэр А. Афоризмы и максимы. М.: Фолио, 2001.
15. Ялом. И. Экзистенциальная психотерапия. М.: НФ «Класс», 1999. 576 с.
16. Levit L. Z. Happiness: Person-Oriented Conception // International Journal of Advances in Psychology. Vol. 1. Iss. 3. November, 2012. P. 46–57.
17. Psychological Egoism // Internet Encyclopedia of Philosophy [Электронный ресурс] (Режим доступа: <http://www.iep.utm.edu/>).

References (transliteration):

1. Aristotel». Nikomakhova etika. M.: EKSMO-Press, 1997. 368 s.
2. Bykhovskii B. E. Shopengauer. M.: Mysl», 1975. 208 s.
3. Dilts R. Izmenenie ubezhdenii s pomoshch'yu NLP. M.: Klass, 1997.
4. Levit L. Z. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya: zhizn» vo imya sebya. Minsk: Izd-vo A. N. Varaksin, 2011. 112 s.
5. Levit L. Z. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya: kratkaya istoriya // Psikhologiya i psikhotekhnika. 2012. № 8. S. 78–86.
6. Levit L.Z. LOKS: mezhdru Freidom, Yungom i Maslou. Minsk: Izd-vo A. N. Varaksin, 2012.
7. Levit L. Z. Schast'e, egoizm, al'truizm: paradoksy vzaimodeistviya // Nauchno-prakticheskii zhurnal «Psikhologiya. Sotsiologiya. Pedagogika». 2012. № 7. S. 10–19.

8. Levit L. Z. Terapiya Lichnostnoi Unikal'nost'yu: teoreticheskoe obosnovanie proekta // Tendentsii i innovatsii sovremennoi nauki. Materialy Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii (tezisy dokladov). Krasnodar, 2012. S. 47.
9. Levit L.Z., Radchikova N. P. Lichnostno-orientirovannaya kontseptsiya schast'ya: teoriya i praktika // Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal. 2012. № 2 (8). S. 81–90.
10. Seligman M. Novaya pozitivnaya psikhologiya. Kiev: Sofiya, 2006. 368 s.
11. Freid Z. Neudobstva kul'tury. SPb: Azbuka-klassika, 2010. 192 s.
12. Chiksentmikhaii M. Potok: psikhologiya optimal'nogo perezhivaniya. M.: Smysl: Al'pina non-fikshn, 2011. 464 s.
13. Shvarts B. Paradoks vybora. M.: Dobraya kniga, 2005. 284 s.
14. Shopengauer A. Aforizmy i maksimy. M.: Folio, 2001.
15. Yalom I. Ekzistentsial'naya psikhoterapiya. M.: NF «Klass», 1999. 576 s.