


UNITED WISDOM

# Экзистенциальное одиночество и возможность близости

Смысл и путь

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

P-04-N01 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

# Экзистенциальное одиночество и возможность близости

## Эпиграф

> *«Двоим лучше, чем одному, потому что они получают добрый плод своего труда». — Екклесиаст4:9; наш перевод с KJV.*

## О чём эта статья

Другой человек может внимательно слушать, помогать и оставаться рядом, но не может прожить наш опыт вместо нас. Из этого различия легко сделать слишком широкий вывод: если полное совпадение невозможно, близость будто бы всегда является иллюзией. Эта статья рассматривает другой вопрос — какие реальные отношения возможны между людьми, чей опыт не становится одним и тем же. Экзистенциальное одиночество здесь означает личную неприсвоимость переживания, а не диагноз, измеренную психологическую категорию или доказательство всеобщего непонимания. Оно отличается от отсутствия общения, нежелательного разобщения и выбранного уединения. Стоическое рассуждение Сенеки, аристотелевская тема дружбы и библейская взаимопомощь сохраняют разные основания. Они не подтверждают лечебного эффекта упражнения. Авторское различение помогает уточнить, чего мы ждём от другого: узнавания, присутствия, конкретной помощи или полного устранения различия. Близость можно рассматривать без требования стать одинаковыми и без обязанности довольствоваться любым обращением только потому, что совершенное понимание недоступно.



@andrey.zarinsh @ilkutki

## I. Другой не проживает наш опыт вместо нас

Представим человека, который впервые переезжает в другой город. Близкий друг знает его планы, помогает собрать вещи и выслушивает рассказ о новой комнате. Но вечер в незнакомом месте переживает сам переехавший. Друг не обязан испытывать одновременно те же ощущения, чтобы его участие было реальным. Этот условный пример показывает различие между собственным переживанием и отношением к человеку, который переживает. Он не доказывает, что опыт вообще нельзя сообщить или что никто никогда не понимает другого. Сообщение, ответ и помощь имеют собственные предметы. Они могут не совпадать с непосредственным ощущением и всё же относиться к нему достаточно точно, чтобы разговор не был пустым или заранее обречённым на неудачу.

Вопрос становится труднее, когда от понимания ждут полного исчезновения одиночества. Тогда каждый недостаточно точный ответ может выглядеть доказательством невозможности связи. Но ожидание ещё нужно назвать. Требуется ли, чтобы друг знал факты, признал важность перемены, поддержал конкретное действие или почувствовал всё точно так же? Эти разные требования нельзя считать одним. Частичность понимания не означает, что всякий ответ годится. Можно заметить, какой предмет упущен, и попросить уточнение. Сохранение личного опыта не заставляет отказаться от точности разговора; оно помогает не превращать точность в невозможное требование, чтобы другой перестал иметь собственное положение и сделался вторым носителем того же самого переживания без различия между людьми.

## II. Разные значения одиночества

Фраза «я один» может описывать отсутствие людей в комнате, отсутствие желанного разговора, выбранное уединение или предел передачи собственного опыта. Эти положения способны пересекаться, но не совпадают по смыслу. Человек находится среди знакомых и не получает нужного отклика; другой проводит вечер без компании и доволен этим временем; третий чувствует поддержку, но понимает, что решение или переживание остаётся его собственным. Здесь предложены обычные смысловые различия, а не клиническая классификация. По одной фразе нельзя установить состояние здоровья или причину переживания. Чтобы разговор стал точнее, сначала важно узнать, какой именно предмет человек пытается назвать и что в его положении фактически известно, а что остаётся предположением.

Различие предметов меняет и возможный ответ. Если не хватает конкретной информации, поможет её получение, а не общий спор о человеческом одиночестве. Если хочется общения, философская фраза о самостоятельности не заменяет обращения к

доступному человеку. Если нужно побыть одному, навязанная компания может не отвечать желанию. Если речь о личном пределе переживания, дополнительное сообщение не обязательно его устраняет. Отсюда не выводится универсальная процедура помощи. Важен более скромный шаг: не отвечать на один вопрос так, будто прозвучал другой. Человек вправе уточнять свою просьбу и менять её после разговора. Он не обязан сразу выбрать безошибочное название или доказать окружающим, что испытываемая им трудность относится к правильной философской категории.

## III. Понимание не бывает только полным или нулевым

Друг может верно понять обстоятельство и неверно угадать его значение для нас. Он помнит дату переезда, но считает главным удобство комнаты, тогда как человек хочет говорить о расставании с привычным местом. Такой промах не нужно объявлять окончательным доказательством чужого безразличия. Но и благодарность за любой отклик не обязывает притвориться, что предмет понят. В условном разговоре можно сказать, какая часть важна сейчас. Это просьба о направлении внимания, а не требование правильного чувства. Друг сохраняет возможность ответить, уточнить или признать, что пока не понимает. Само признание неизвестности иногда честнее уверенного объяснения человека через собственную историю, которая похожа лишь по внешнему обстоятельству.

Похожий опыт может стать началом разговора, но не предоставляет права заранее знать всё о другом. Если друг тоже переезжал, его память помогает предложить вопрос, а не заменить ответ. Различаться могут место, отношения, ожидания и доступные условия. При этом нельзя требовать, чтобы собеседник вообще не обращался к собственному опыту: разговор не существует без его участия. Существенно, остаётся ли место для поправки. Можно ли сказать, что сравнение не подходит? Проверяется ли понимание по конкретным словам, а не по уверенности тона? Близость в таком разговоре состоит не в безошибочном чтении внутреннего мира, а в возможности уточнять действительный предмет, сохраняя внимание друг к другу и право каждого не быть полностью известным заранее.

Особенно легко ошибиться там, где ответ короток и его условия неизвестны. Сообщение «понятно» может означать, что собеседник услышал факт, что сейчас не готов продолжать или что считает объяснение достаточным. Эти возможности нельзя выбрать за него без основания. Если уточнение доступно, можно спросить о предмете, а не требовать доказательства привязанности: какая часть моего рассказа сейчас понятна? Такой вопрос не гарантирует внимательного ответа и не обязан задаваться всякий раз. Он показывает различие между проверкой понимания и попыткой получить окончательный приговор отношениям из одного слова. Оставить неизвестность

неизвестностью иногда точнее, чем объявить краткость сообщения полным знанием о внутренней жизни человека и обо всей истории связи.

## IV. Самостоятельность у Сенеки не отменяет друзей

В девятом письме Сенека различает способность мудреца обходиться без друзей и желание обходиться без них. Он сохраняет стремление к дружбе и участие в жизни людей. Это нормативный стоический идеал, не описание того, как всякий человек обязан переживать утрату. Его нельзя переносить в требование не горевать, быстро заменить друга или доказать благополучие отсутствием помощи. Для нашей темы важна узкая граница: собственное основание жизни не обязательно превращает отношения в лишнюю зависимость. Но стоическое основание высшего блага остаётся отличным от современного разговора о доступной поддержке. Текст не устанавливает клинического состояния, не объясняет причины одиночества читателя и не обещает, что человек способен немедленно создать новую близость.

В условном переезде можно сохранять собственное решение и одновременно хотеть разговора. Просьба о присутствии не доказывает, что человек перестал быть самостоятельным. Она также не превращает другого в обязательный источник правильного состояния. Друг имеет собственные условия участия. Если сейчас разговор невозможен, нужно различить фактическую недоступность и общий вывод о ненужности отношений. Самостоятельность может означать честное принятие своей части действия, а не запрет желать отклика. Это авторское современное различение рядом с источником, не универсальное определение стоицизма. Человеку не требуется соответствовать образу безупречного мудреца, чтобы его просьба оставалась допустимой, а отношение к собственному опыту — серьёзным и заслуживающим внимательного обсуждения.

## V. Совместная жизнь состоит в действии

В девятой книге «Никомаховой этики» Аристотель рассматривает, нужны ли друзья счастливому человеку. Его ответ сохраняет совместную деятельность, обсуждение и мысль; дружба не ограничивается получением помощи в беде. Это нормативное рассуждение о благой жизни и добродетельных друзьях, не исследование влияния общения на здоровье. Для нашей темы важна возможность видеть отношение через действительное участие. Двое могут разговаривать, работать над доступным делом или разделять радость, не переживая всё одинаково. Совместность возникает в том, что они делают и сообщают, а не только в утверждении о полном совпадении. Исторические ограничения аристотелевской картины общества не принимаются здесь как готовые правила современного общения или оценки людей.

Представим, что друг помогает разобрать книги после переезда. Один выбирает место для полки, другой сверяет порядок и спрашивает, какие издания нужны под рукой. Они не знают всего о чувствах друг друга, но совершают конкретное совместное действие. Это не доказательство, что бытовая помощь обязательно устраняет одиночество. Она имеет собственный предмет и может быть желанной именно в таком виде. Если человеку сейчас важнее разговор, действие не должно подменять услышанную просьбу. Но и отсутствие исповедального обсуждения не делает всякое участие поверхностным. Разные формы близости требуют разного ответа; важно смотреть, действительно ли они доступны и принимаются участниками, а не измерять каждую одной шкалой глубины раскрытия.

Совместность возможна и вне трудности. Человек может показать другу удачно устроенную комнату, рассказать о прочитанном или предложить вместе посмотреть знакомую улицу. Собеседник не обязан испытывать ту же степень радости, чтобы интересоваться и участвовать. Если от каждого отклика требуется полное повторение собственного воодушевления, другая живая реакция становится будто бы недостатком. Но действительное различие позволяет услышать и то, чего мы сами не заметили. Друг может радоваться встрече больше, чем новой полке, а нам важно само обустройство. Эти предметы не обязательно исключают друг друга. Близость не сводится к помощи нуждающемуся: она может включать добровольное участие в обычной жизни, где никто не обязан доказывать свою незаменимость спасением другого.

## VI. Помощь можно попросить без передачи себя

В Екклесиасте4:7–12 одиночный труд сопоставлен с преимуществами взаимной помощи. Возможность поднять упавшего и противостоять вместе имеет конкретный предмет. Фрагмент относится к библейской мудрости, а не гарантирует безопасность всякого союза и не предписывает обязательную пару каждому человеку. В нашей теме он помогает заметить, что сохранение собственного опыта не делает помощь бессмысленной. Друг не может прожить наш вечер, но может совершить доступное действие. Просьба становится яснее, когда назван предмет: выслушать рассказ, помочь с определённой задачей, проверить сведения. Не нужно требовать от каждого действия полного изменения внутреннего состояния, чтобы признать его реальность и возможную ценность для участника.

При этом ясная просьба не обеспечивает положительного ответа. Собеседник может не располагать временем, средствами или нужной компетенцией. Отказ от конкретного участия стоит рассматривать через его известные условия, не предполагая автоматически ни отсутствия заботы, ни скрытого согласия. Если помощь принята, её границы также остаются существенными. Человек не передаёт всю свою жизнь тому, кто

помог с одной задачей, и не становится обязанным раскрыть всё личное в обмен. Благодарность не равна неограниченному доступу. Эти различия не обесценивают взаимность; они позволяют сохранить предмет действия и самостоятельность участников. Вопрос состоит в том, какой ответ действительно дан и что было согласовано, а не в том, доказана ли наконец полная нераздельность двух людей.

## VII. Откровенность не обязана быть полной

Желание быть понятым может сопровождаться мыслью, что нужно рассказать всё сразу. Но объём рассказа сам по себе не устанавливает близости или точности понимания. У человека есть право выбрать предмет, собеседника и доступную форму разговора. Он может сказать, что определённая часть опыта пока не готова к обсуждению. Такая граница не доказывает недоверия ко всем людям и не делает любой последующий разговор ложным. Другой также вправе обозначить, что сейчас может слушать, а что выходит за пределы его участия. Статья не устанавливает правила клинического раскрытия или терапии. Речь идёт об обычном добровольном общении, где согласие обоих сохраняет значение даже при сильном желании быть услышанным.

В условном разговоре о переезде можно назвать один важный вопрос, не пересказывая всю историю отношений и жизни. Например, человеку важно обсудить, почему новая комната пока не ощущается своим местом. Собеседнику не нужно получать полный архив переживаний, чтобы спросить об этом конкретнее. Но рассказчик тоже не обязан угадывать единственно правильную формулировку. Если слова пока не находятся, он может признать это и попросить просто побыть в разговоре без готового объяснения. Просьба остаётся просьбой, а не приказом молчать правильно. Возможность уточнять пределы участия с обеих сторон делает общение предметным, не требуя полного раскрытия как оплаты за то, что другой человек уделил внимание и остался рядом.

## VIII. Личное пространство и общие последствия

Право на внутреннюю неприсвоимость не означает, что общие условия можно скрыть под словом «личное». Если переезд меняет согласованное участие в деле, другому нужно знать фактическое изменение. Он не получает права на все наши чувства, но сохраняет вопрос о том, что затрагивает его собственное действие. Можно различить раскрытие переживания и сообщение условия. Человек не обязан подробно объяснять каждую причину, чтобы честно сказать: обещанная встреча сейчас не состоится. В конкретных отношениях могут существовать дополнительные договорённости, которые статья не устанавливает. Смысл различия в том, чтобы личная граница не превращалась в универсальное разрешение оставлять другого без необходимых сведений о последствиях уже согласованного участия.

И обратное: наличие общего дела не даёт права требовать полного доступа к личности. Собеседник может нуждаться в ответе о времени встречи и не иметь основания допрашивать о каждом внутреннем сомнении. Эти предметы стоит называть раздельно. Если разговор смешан, можно уточнить, какую информацию необходимо сообщить для действительного взаимодействия и какую часть человек хочет оставить при себе. Это не обещание, что любое противоречие решится спокойно. Другие могут не согласиться с обозначенной границей, а последствия конкретного соглашения требуют отдельного рассмотрения. Но различение позволяет обсуждать предмет, вместо того чтобы противопоставлять полную прозрачность и абсолютную неприкосновенность так, будто возможны только эти две формы отношения между людьми.

## IX. Различие ответа не равно исчезновению отношения

Друг может понимать, почему человеку важен переезд, и оценивать решение иначе. Согласие с чувством, фактическое понимание и одобрение выбора — разные ответы. Если их смешать, любое несогласие станет доказательством, что нас вообще не видят. Но реальный разговор может содержать уважение и спор одновременно. В условном примере друг задаёт вопрос о доступных условиях, не отрицая значимости перемены. Это ещё не устанавливает, что его замечание верно. Нужно рассмотреть содержание, основания и предмет. Уважение не заставляет принять ошибочную оценку; несогласие не требует приписывать другому скрытую враждебность. Близость сохраняет возможность услышать различие, пока действительное обращение не превращает разговор в давление или унижение.

Пределы понимания также не оправдывают любое поведение. Если собеседник постоянно обесценивает сказанное, раскрывает доверенный материал без согласия или требует невозможного, философская мысль о неизбежном различии не делает это обязательной ценой близости. Статья не оценивает конкретные отношения и не назначает дальнейшее решение. Важно назвать наблюдаемое действие отдельно от общего свойства человеческого опыта. «Ты не можешь почувствовать всё точно так же» и «ты рассказал другим то, что я просил не передавать» — разные предметы. Один касается предела совпадения, другой — конкретного обращения с доверием. Уточнение помогает сохранять требования к действительному участию без ожидания безошибочности и без отказа от границ только потому, что идеального понимания не существует.

## X. Другой тоже остаётся неизвестным до конца

Желая признания собственной сложности, человек может забыть о сложности собеседника. Друг превращается в функцию: правильно слушать, вовремя отвечать, испытывать нужную радость. Но его опыт также не становится нашим полностью. Он может поддерживать переезд и переживать собственное расставание; хотеть разговора и не иметь сейчас доступного времени. Это возможные обстоятельства, а не выдуманное объяснение конкретного молчания. Их смысл в том, что единственная известная сторона отношения не исчерпывает всего положения. Узнать другую сторону можно через доступный вопрос и ответ, не присваивая ей мотив заранее. Право на неприсвоимость опыта действует взаимно: желая быть услышанными, мы не получаем права объявлять внутреннюю жизнь другого уже полностью понятной.

Взаимность не требует одинакового объёма рассказа в каждом разговоре. Сегодня один может нуждаться в большем внимании, а другой — согласиться его дать. Равенство людей не означает механического деления каждой минуты пополам. Существенны добровольность, действительные условия и возможность изменить участие, когда они меняются. Если собеседник сообщает о пределе, его слова заслуживают рассмотрения как собственный ответ, а не как неисправность поддержки. Это не запрещает человеку желать большего или искать другую доступную форму общения. Оно помогает не превращать желание в уже существующее обязательство другого. Близость может быть несимметричной в конкретный вечер и всё же сохранять признание двух людей, а не одного переживающего и одной необходимой функции рядом с ним.

## XI. Уединение может быть отдельной формой участия в жизни

Человек может выбрать вечер без разговора, чтобы разобрать вещи, прочитать книгу или побыть в новом месте. Сам факт уединения не устанавливает разрыва отношений, благополучия или неблагополучия. Важны желание и обстоятельства, о которых нельзя судить только по отсутствию компании. Выбранное одиночное действие не нуждается в оправдании через отрицание людей. Можно любить друга и сейчас не хотеть обсуждения. Можно также обнаружить, что ожидалось спокойное уединение, а возникло нежелательное разобщение. Такое изменение требует честного названия, а не обязанности защищать прежний выбор любой ценой. Статья не предлагает диагностики и не выводит состояние человека из числа контактов или времени, проведённого без собеседника.

Не следует превращать личный предел переживания в правило, запрещающее обращаться за помощью. Если самостоятельное действие не отвечает действительной

трудности, можно рассмотреть другой предмет и доступную поддержку. Но и просьба о поддержке не отменяет права на время без общения. Эти формы не обязаны конкурировать за название правильной жизни. В условном переезде человек может сегодня разбирать книги один, завтра разговаривать о перемене и отдельно решать практическую задачу с компетентным участником. Каждый эпизод имеет собственные условия. Такое описание не обещает устранения одиночества и не создаёт обязательного расписания. Оно сохраняет возможность различать желания, реальные отношения и личное переживание, вместо того чтобы объявлять любое одиночное время доказательством исключительности или неизбежной человеческой оторванности.

## XII. Близость без полного совпадения

Отношение может быть реальным, хотя другой не чувствует мир точно так же. Его реальность проявляется в известных действиях: услышанном вопросе, уточнении, согласованной помощи, совместном деле, возможности признать ошибку. Ни один признак отдельно не доказывает всей глубины конкретной связи. Но они позволяют говорить о доступном участии, а не только о невозможном полном совпадении. Экзистенциальное одиночество в принятом здесь смысле сохраняется как личный предел, не как запрет близости. Оно не определяет, сколько людей должно быть рядом и какое чувство человек обязан испытывать. Дальнейший разговор касается определённых отношений и ожиданий, которые ещё нужно узнавать, обсуждать и при необходимости изменять по действительным сведениям.

Можно сохранить два положения одновременно: мой опыт остаётся моим; участие другого способно иметь значение. Первое не обесценивает помощь, второе не передаёт человеку всю ответственность за внутреннюю жизнь. Между этими положениями остаются обычные человеческие трудности: неверно найденные слова, несовпадающие желания, ограниченное время. Они требуют конкретного рассмотрения, а не окончательного вывода о невозможности всякого понимания. Исторические опоры предлагают разные основания дружбы и взаимной помощи; статья не соединяет их в единую обязательную доктрину. Современный вопрос скромнее: какую близость участники действительно могут поддерживать, сохраняя собственное положение, внимание и право на границу? Ответ может быть частичным, но частичность сама по себе ещё не делает его ложным или человечески незначительным.

## Что это значит на практике

Возьмите один обычный эпизод, в котором вам хотелось близости или понимания. Не выбирайте обстоятельство, для которого нужна помощь за пределами вашей доступной компетенции. Эта добровольная практика служит прояснению разговора, а не оценке здоровья или доказательству, что одиночество уже преодолено. Если размышление становится нежелательным, его можно прекратить. Не требуется рассказывать личное другому человеку ради выполнения упражнения.

Сначала опишите известное событие: что вы сказали, какой ответ получили, что осталось неизвестным. Отделите действие собеседника от предположения о его внутреннем отношении. Молчание сообщает отсутствие ответа в данный момент; оно не даёт автоматически полного объяснения мотива. Если конкретное обращение нарушило согласованную границу, назовите именно его, не растворяя предмет в общей мысли о том, что люди никогда не совпадают полностью.

Затем спросите, чего вы ждали. Был ли нужен разговор о фактах, признание важности, присутствие без объяснения, помощь с задачей или одобрение решения? Может быть, ожидалось, что другой почувствует всё точно так же и тем самым устранит личную отдельность. Такое ожидание можно заметить без стыда и без обязанности немедленно перестать хотеть близости. Попробуйте назвать более конкретный предмет, который действительно можно сообщить. Он не обязан исчерпывать весь опыт.

Если разговор доступен и желателен обоим, сформулируйте одну просьбу с понятной границей. Можно сказать, какую часть важно обсудить, или спросить, есть ли сейчас возможность слушать. Ответ сохраняет право быть ограниченным. Не превращайте просьбу в скрытый экзамен, где любой несовпавший отклик означает провал отношений. Вместе с тем не требуется объявлять подходящим то участие, которое не отвечает предмету или нарушает согласие. Уточнение, отказ и признание неизвестности также могут быть честными результатами.

В завершение оставьте рядом две записи: что в этом опыте осталось лично вашим и что другой действительно смог или согласился сделать. Не нужно вычитать одно из другого. Если помощи не оказалось, это состояние также можно назвать без общего приговора себе и всем людям. Практика не гарантирует близости и не заменяет подходящей помощи при существенной трудности. Она позволяет точнее увидеть предмет отношения и не требовать полного совпадения как единственного признака человеческого участия.

## Ключевая цитата

> *«Он может обходиться без друзей, а не желает обходиться без них». — Сенека, «Нравственные письма к Луцилию», IX.5, фрагмент; наш перевод английского перевода Richard M.Gummere.*

## Связи между традициями

1. **Самостоятельность и дружба: Сенека — Аристотель.** IX.5 сохраняет желание друзей у самодостаточного мудреца; «Этика»IX.9 включает друзей в благую деятельность. Сходство: самостоятельность не исключает отношения. Граница: стоическое высшее благо и аристотелевское счастье обоснованы по-разному; статья не делает их одной доктриной.

2. **Дружба как участие: Сенека — современная просьба.** IX.8 рассматривает действие для друга, а не только получение выгоды. Здесь просьба уточняет доступное участие. Сходство касается отношения к человеку через действие. Граница: героический идеал и равнодушие к утрате не предписываются читателю, а просьба не гарантирует ответа.

3. **Совместность без тождества: Аристотель — личный опыт.** IX.9 сохраняет обсуждение, мысль и действие друзей; статья различает совместность и совпадение переживаний. Сходство: отношение действительно в участии. Граница: авторская неприсвоимость опыта не объявляется аристотелевской теорией сознания и не устанавливает психологического эффекта.

4. **Помощь имеет предмет: Екклесиаст — доступная поддержка.** 4:9–12 описывает преимущества взаимной помощи. Современный вопрос уточняет просьбу, согласие и границы. Сходство касается конкретного действия для другого. Граница: библейская мудрость не гарантирует безопасности любого союза и не требует обязательной пары.

5. **Связь без полного устранения отдельности: три опоры — современное различение.** Дружба ради неё самой, совместная деятельность и взаимопомощь позволяют говорить об отношениях без обещания одинакового опыта. Граница: это авторское сопоставление разных оснований; оно не является диагнозом одиночества, клинической классификацией или доказанной техникой близости.

## Первоисточники

1. Сенека, Moral LettersIX, перевод Richard M.Gummere. Полное письмоIX.1–22 реально прочитано, отображённые102–132; используются преимущественно3–5,8,13–17. По связанному титулу сверены Loeb, первое издание1918, перепечатка1925. Ключевой фрагментIX.5 проверен буквально; русский перевод наш. Латинский не сверялся; идеал мудреца не переносится как правило горевания.

2. Аристотель, Nicomachean EthicsIX, перевод W.D.Ross. Полностью прочитанIX.9, отображённые122–137; используются совместная деятельность и друзья. Соседние разделы не приняты дополнительными основаниями, исторические неравенства не нормативны для статьи. Греческий и точное печатное издание не сверялись.

3. Екклесиаст4, KJV. Реально прочитан отображённый текст4:1–16; используются4:7–12, эпиграф4:9 точно сверен. Современный комментарий исключён. Еврейский и факсимиле1611 не сверялись.

Использованы названные английские переводы; русские цитаты переведены United Wisdom. Короткое атрибутированное цитирование не подтверждает мировую правовую очистку, импорт или векторизацию. Исторические нормативные и религиозные основания не являются доказательством лечебного эффекта или гарантией близости.

## Теги

экзистенциальное одиночество, близость, личный опыт, понимание, дружба, отношения, присутствие, помощь, согласие, границы, самостоятельность, уединение, разобщение, общение, откровенность, доверие, взаимность, ожидания, участие, различие, ответственность, разговор, совместная деятельность, внимание, Сенека, Аристотель, Екклесиаст, философия, религиозные основания, United Wisdom

## Про авторов

Andrey Zarinsh — автор и основатель проекта United Wisdom. Исследует темы внутренней трансформации, единства традиций, межкультурного диалога и современной духовной дисциплины. Instagram: @andrey.zarinsh.

Maria Evilkut — соавтор United Wisdom. Помимо исследовательской работы, она стремится проверять эти идеи на практике и наблюдать, как принципы единства и взаимопонимания работают в реальной жизни между людьми и культурами. Instagram: @ilkutki.