

# СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	6
<b>Пространство диалога</b>	
<b>Олег Немиринский.</b> <i>Стыд и диалог (2006)</i> .....	8
<b>Борис Зелексон.</b> <i>Понятие «страсти» в различных психотерапевтических направлениях (2007)</i> .....	19
<b>Ирина Захарян.</b> <i>Страсти в терапии. «В вас есть что-то еще» (2007)</i> .....	30
<b>Олег Немиринский.</b> <i>Страсть и диалог (2007)</i> .....	52
<b>Психотерапия и искусство</b>	
<b>Ирина Захарян.</b> <i>Психотерапия. Между наукой и искусством (2002)</i> .....	74
<b>Ирина Захарян.</b> <i>В жанре клиента (2004)</i> .....	88
<b>Ирина Булюбаиш.</b> <i>С трех нот...или мелодия жанра (2007)</i> .....	101
<b>Ирина Булюбаиш.</b> <i>Per metaphor ad experientie. Работа с метафорой в гештальт-подходе (2006)</i> .....	140
<b>Олег Немиринский.</b> <i>О психотерапии и поэзии (2006-2009)</i> .....	162
<b>Олег Немиринский.</b> <i>Проживание парадокса как способ обогащения отношений (2008)</i> .....	176
<b>Ирина Булюбаиш.</b> <i>Игрушки для взрослых: использование игрушек в терапевтической работе (2011)</i> .....	196
<b>Ирина Захарян.</b> <i>Эстетические качества терапевтической работы (2015)</i> .....	215
<b>Информация об авторах</b> .....	248
<b>МИГТиК — информация</b> .....	249

# ПРЕДИСЛОВИЕ

*«Чем шире горизонты опыта и образования, тем лучше могут работать терапевты с разными людьми. Я... невысокого мнения о распространенных сегодня специализациях: научиться всем возможным техникам для сундучка с трюками — это не то, что я считаю хорошим образованием. В психологических кругах мне не хватает сегодня личностей, интересующихся искусством, литературой, историей или антропологией. Сегодня больше востребована специализация. Специализирование происходит слишком рано и недостаточно поддержано общим образованием».*  
Лора Перлз

*«Здесь и теперь. Ни взад и ни вперед...»*  
Ироническое однопсихие Дмитрия Леонтьева

**Б**удучи тренером и супервизором психотерапевтов, я часто наблюдаю, как мои коллеги входят в профессию, как осуществляют первые волнующие попытки поработать. Часто вижу, как тревожно им начинать, как они боятся... кстати, чего боятся? Чаще всего они боятся быть неуспешными. Конечно, это понятно. Но терапевту, который только стремится быть успешным, на мой взгляд, должно быть очень трудно работать. Трудно, если он не опирается на что-то еще. Это «что-то еще» так или иначе относится к области мировоззрения. Это и ценностные ориентиры терапевта... (Например, вера в то, что если я буду честен с собой, то это куда-то меня в моем понимании клиента выведет. Или подлинное, не-интроективное убеждение в том, что я в терапии в первую очередь не для того, чтобы быть успешным, а для того, чтобы быть для другого...) Это и понимание того, что такое психотерапия в контексте продолжающейся истории культуры. Того, что для меня психотерапия в антропологическом, культурном, духовном, эстетическом контекстах. Если это все для вас не важно, а важно лишь то, как следует изме-

нить тактику работы в зависимости от того, каких — пограничных или нарциссических — тенденций больше в данном клиенте, то вы можете стать неплохими ремесленниками, но мастера в нашей профессии получают из личностей масштабных, имеющих цельное мировоззрение. Поэтому, чтобы быть успешными, недостаточно стремиться к успеху. Должно быть что-то еще, и возможно, более весомое, чем стремление к достижениям.

Я не буду кратко пересказывать содержание представленных в этом сборнике статей. Многие из них достаточно поэтичны, чтобы, презрев чувство юмора, заниматься их пересказом. Скажу лишь, что опять, как и в предыдущем сборнике статей сотрудников МИГТиК «Симптом и контакт. Клинические аспекты гештальт-терапии», внутри разделов статьи расположены более или менее по хронологическому принципу, чтобы дать читателю возможность проследить развитие идей в нашем сообществе. Первый раздел посвящен соотношению гештальт-терапии и философской концепции диалога Мартина Бубера, а также проблеме страстей — одной из важнейших проблем гуманитарного знания, почти не освещенной в психотерапевтической литературе. Второй раздел в широком смысле касается соотнесения психотерапии и искусства. Здесь есть и концептуальные работы, осмысливающие принципиальную общность этих двух видов человеческой деятельности, и изящные описания терапевтической работы, строящейся по канонам произведения искусства (например, «Игрушки для взрослых»). Надеюсь, что путешествие читателя по этой книге будет не только полезным, как это случается с научной литературой, но и радостным, и, может быть, пробудит разнообразные, в том числе и эстетические чувства.

*Олег Немиринский, март 2015.*

# ПРОСТРАНСТВО ДИАЛОГА

*Олег Немиринский*

## СТЫД И ДИАЛОГ (2004)<sup>1</sup>

Гештальт-терапия имеет хорошо разработанную и внутренне гармоничную теорию. Так как вы не возражаете, то я продолжу.

Феноменологический метод, теория поля, теория диалога являются основными принципами нашего подхода (Резник, 1995). Это звучит внушительно, и гештальт-терапевты склонны не обращать внимания на то, что отдельные части теории могут противоречить друг другу. Здесь я хотел бы сказать несколько слов о противоречии между теорией поля (см.: Перлз, Гудман, 2001) и диалогической точкой зрения.

Концепция поля организм/среда, как указывает Жан-Мари Робин, описывает взаимодействие «между субъектом и тем, что не является субъектом. Здесь организм выступает как организующий принцип, основной элемент, а окружающая среда является другой частью поля, причем сам организм включен в это поле» (Робин, 1994).

Теория диалога описывает нечто отличное, а именно взаимодействие между двумя субъектами.

Если мы придерживаемся диалогической точки зрения, то мы не можем основываться на понятиях «организм» и «окружающая среда». «Среда» не имеет границ и, следовательно, не может быть субъектом. Эта терминологическая пара — организм и окружающая среда — весьма полезна для анализа процесса организмической саморегуляции, но диалогическая точка зрения описывает

---

<sup>1</sup> Лекция, прочитанная на VIII-й конференции Европейской Ассоциации Гештальт Терапии (EAGT) в Праге, сентябрь 2004. Опубликовано в журнале «Гештальт гештальтов. Евро-Азиатский вестник гештальт-терапии», 2006, № 2 и в International Gestalt Journal, 2006, № 2.

скорее взаимодействие между человеком и миром. И мир в этом случае рассматривается в качестве другого субъекта. (Для избежания терминологической путаницы: здесь игнорируется противопоставление субъекта и целостной личности, а акцент делается на противопоставлении диалогической (субъект — субъектной) и монологической (субъект — объектной) ситуации.)

Итак, речь идет о концепции Я — Оно и Я — Ты отношений Мартина Бубера. (Бубер, 1995). В русле этой концепции поведение человека всегда должно рассматриваться в двух контекстах — в диалогическом аспекте (Я — Ты) и в аспекте саморегуляции (Я — Оно). Диалогические отношения предполагают взаимное уважение к уникальности другого и интерес к его непредсказуемой активности. Феноменологическим признаком диалога, как отмечает Мартин Бубер, является присутствие удивления перед лицом инаковости другого человека. Диалог касается того, что происходит **между** людьми, а не внутри них или с ними, и определено не может быть описан в терминах организма и окружающей среды.

Вам может показаться, что это чисто философская или терминологическая дискуссия, не имеющая отношения к нашей терапевтической практике. Но существуют явления, которые в принципе не могут быть адекватно осмыслены вне диалогического контекста. Я хотел бы подробнее остановиться на одном из таких явлений, — на феномене стыда.

В течение многих лет гештальт-терапевты, подобно классическому носителю нарцисстических тенденций, более или менее игнорировали переживание стыда. Чуть больше десяти лет назад они открыли это чувство и начали им интенсивно интересоваться. Что же, выглядит как терапевтический прогресс... Но каково же понимание стыда современными гештальт-теоретиками?

Возможно, многие из вас читали впечатляющую книгу «Голоса стыда» (“Voices of Shame”) под редакцией Роберта Ли и Гордона Вилера, вышедшую в 1996 году? Что мы там видим?

Во-первых, значение понятия «стыд» становится чрезвычайно широким. Роберт Ли называет в качестве вариаций стыда «робость, смущение, унижение, низкое самоуважение, ощущение себя смешным или глупым, дискомфорт, состояние замешательства, ощущение позора, бесчестия, низости, оскорбленности, деградации, застенчивости, обескураженности, вины» и так далее. (Простите, я

слегка сократил этот список!) Р.Ли продолжает: «Стыд живет в нас как часть нашего совокупного опыта, возможно, в таких формах как мягкое смущение, робость, разочарование или хуже». Я прошу вас обратить внимание на это «или хуже», потому что другая особенность господствующей интерпретации стыда состоит в очевидно негативной оценке этого чувства. Гордон Вилер, солидаризуясь с Гершеном Кауфманом, приводит длинную цитату из него:

«Стыд сам по себе является *входом* в самость (self). Это аффект унижения, поражения, греха, неполноценности и отчуждения. Никакой другой аффект не находится так близко к переживаемой самости. Ничто не является настолько центральным для чувства идентичности. Стыд переживается как внутренняя мука, как болезнь души. Это наиболее острое переживание самости самостью (“experience of the self by the self”), в форме ли унижения, или трусости, или ощущения неудачи в том, чтобы успешно справиться с жизненным вызовом. Стыд это рана, чувствуемая изнутри, отделяющая нас от самих себя и друг от друга. Стыд это аффект, являющийся источником многих сложных нарушений: депрессии, отчуждения, изолирующего одиночества, параноидных и шизоидных явлений, компульсивных расстройств, расщепления, перфекционизма, глубокого чувства неполноценности, неадекватности или несостоятельности, так называемых пограничных и нарцисстических расстройств. Корни всех этих явлений лежат в стыде... Все они связаны со значительной межличностной несостоятельностью» (Lee, Wheeler, 1996, pp. 45 — 47).

Надеюсь, уже достаточно страшно... Стыд выглядит огромным чудовищем, поедающим самости.

На мой взгляд, тайна стыда может оказаться более простой и куда менее пугающей.

Позвольте напомнить, что феноменологически стыд переживается как ощущение себя видимым, ощущение того, что на меня смотрят и видят, импульс к тому, чтобы съежиться и желание «провалиться сквозь землю», чтобы не быть видимым. Если вы осмелитесь на терапевтический эксперимент, поощряя вашего клиента сознавать, что он видим, и рискнуть встретиться с направленными на него взглядами, вы скорее всего увидите как чувство стыда сменяется чувством смущения. Стыд по сути есть лишь ретрофлексия смущения. Что же касается смущения, то оно появляется в тот мо-

мент, когда человек начинает сознавать, что не только он смотрит на мир и воспринимает его, но и мир смотрит и воспринимает его. В «окружающей среде» обнаруживается Другой Человек; **чувство смущения есть трепет, охватывающий человека при обнаружении в «поле» другого субъекта.** Перефразируя Кауфмана (cf.: Lee, Wheeler (eds.), 1996), мы можем сказать, что смущение это «вход» в инкаунтер. Оно маркирует момент перехода от субъект — объект-ного к субъект — субъектному взаимодействию. Когда я воспринимаю окружающий мир как объект, я не чувствую ни смущения, ни стыда. Когда я начинаю сознавать, что другой человек во всей полноте своего присутствия находится передо мной, когда я переживаю реальную грандиозность другого (не воображаемую, а реальную грандиозность его присутствия), я испытываю потрясение своих границ и чувствую смущение. Если мне не удастся остаться в этой ситуации и пережить волнение начинающейся Встречи, то я трансформирую (ретрофлексирую) это чувство в стыд. Диалогическая (субъект — субъектная) структура разрушается, но вместо обратного превращения окружающего мира в объект (что, кстати, тоже случается при прерывании смущения) в случае стыда я превращаю в объект себя.

Таким образом, стыд это разрушение возможности диалога, разрушение встречи с другим посредством обращения на себя.

Когда мы наблюдаем пластичный ритм сближения, обращение фокуса внимания на себя выполняет контролирующую, тестирующую функцию в начале этого процесса. (В конце концов, мои побуждения могут быть в самом деле неуместными для другого человека в данную минуту его жизни!). Но когда это обращение является резким толчком в ходе нарастания близости, оно приобретает роль разрушителя интимности.

Позвольте мне вернуться к обсуждению различий в понимании стыда. Теоретики стыда интерпретируют это явление как результат само-отвержения (self-rejection). Но если основываться не на линейной логике причинно-следственных связей, а на исследовании роли явления в динамике субъект — субъектных отношений, то мы увидим, что само само-отвержение (или, наоборот, раздутая гордость) является средством прерывания процесса сближения. Если смущение — это трепет прикосновения к другому человеку, то стыд — это отступление, и само-отвержение является средством

и когнитивным механизмом этого отступления. (Это что-то вроде «основного вопроса» стыда: что выступает в качестве объяснительного принципа — отношение или идентичность? На мой взгляд, это весьма актуальный вопрос для сегодняшней гештальт-терапии (чем и обусловлен мой интерес к феномену стыда), определяющий, куда будет развиваться ее теория — в сторону диалогичности или в сторону когнитивизма.)

Два взгляда на стыд предполагают две различные терапевтические стратегии. В одном случае, который предполагается теоретиками стыда, стыд рассматривается как результат травмы, и терапевтическая задача связана с расширением самоидентичности клиента. В другом случае стыд рассматривается как естественный момент в гамбите сближения, и задачи терапии связаны с улучшением сознания, сензитивности и пластичности в движениях клиента К и ОТ другого человека. В последнем случае стыд теряет образ монстра, разрушающего идентичность, и приобретает позитивный смысл, в частности смысл регуляции дистанции в отношениях в зависимости от моей готовности и готовности другого человека к сближению. Стыд является важным приспособлением для тестирования соответствия поведения внутренним переживаниям. На мой взгляд, только если мы примем позитивный смысл стыда, мы перестанем лечить клиентов от стыда как от инфекции, а будем помогать им пройти через это переживание.

Следующий важный вопрос, ответ на который нам необходим для преодоления понимания стыда как токсического само-отвержения: **что делает стыд хроническим?**

Мой ответ: то же, что делает хроническим любое переживание, а именно **незавершенность**.

Здесь мы подходим к очень важному аспекту понимания стыда. Я уже говорил, что стыд это отступление. Но если бы это было полное и удовлетворительное отступление, мы наблюдали бы другие чувства. Например, выражая здоровую агрессию, человек может отойти и найти удовлетворение в более автономной позиции. Дело в том, что в переживании стыда всегда присутствует потребность в сближении. Стыд это отступление (точнее, оттягивание себя назад), но с сохранением желания приблизиться. Хронический стыд это хронически неудовлетворенная потребность в близости в сочетании с ожиданием отвержения. Когда я сталкиваюсь с манифеста-



цией стыда, прямо не вытекающей из терапевтической ситуации, я могу предположить наличие у клиента потребности в близости в сочетании с привычным ожиданием отвержения.

Что дает нам это понимание в практическом плане?

Прежде всего, важно не игнорировать проявления стыда, признавая их ценность для жизни клиента. Более того, на мой взгляд, хорошо бы не гарантировать (прямо или косвенно) отсутствие отвержения. Лучше поддержать процесс переживания стыда. Эта поддержка может включать в себя присутствие терапевта, адекватную порцию самораскрытия (например, для того, чтобы дать клиенту возможность пройти от стыда к более «диалогичному» состоянию смущения) и, что самое важное, она включает поощрение клиента к тому, чтобы быть видимым, выразить себя и сознавать свою доступность для восприятия со стороны других людей.

Еще один важный пункт — расширение понятия стыда. Согласно Гордону Вилеру, не только вина является разновидностью стыда, но также «ярость всегда связана со стыдом, с отчаянием и паникой от потери своего жизнеспособного места в поле» (р.215). На основании этого теоретического убеждения проявления ярости интерпретируются как проявления стыда. Так, Роберт Ли в статье, посвященной функционированию стыда в супружеской терапии, пишет: «... Джордж рассказал нам, что он ненавидел себя после того, как становился сердитым и полным ярости. Он знал, что ранит окружающих людей... В такие моменты он чувствовал себя как доктор Джекил и мистер Хайд. Я рассказал ему, что, на мой взгляд, он, возможно, был наполнен стыдом, и что стыд в такой форме, которую можно назвать приступом стыда, обычно является результатом старой травмы...» (р.181)

Неплохо для гештальт-терапии, не правда ли? Не только ярость это стыд, но стыд это результат старой травмы, и все это вразумительно объясняется клиенту...

Конечно, мы знаем ситуации, когда одно чувство подменяется другим. Проявляемое чувство «спасает» человека от другого переживания, на месте которого оно возникает. Но, не говоря уже о том, что терапевт может промахнуться в своей интерпретации одного чувства как другого (строго говоря, гипотеза должна стать феноменологической очевидностью), сам по себе тезис «ярость всегда связана со стыдом» является безусловным преувеличением. Ярость

служит отбрасыванию другого человека от моих границ. Она может быть средством избегания сближения, потребность в котором содержится в стыде. Но вообще мне кажется, что разговоры терапевта о чувствах, телесные признаки которых отсутствуют в актуальной ситуации, свидетельствуют либо о лени терапевта, либо о намерении побыстрее «прорвать сопротивление». Если гештальт-терапевт не видит феноменологических признаков стыда, не лучше ли ему ограничиться комментарием относительно поведенческих тенденций, а не интерпретировать так называемые «латентные» чувства?

Более тонкий момент — различие между стыдом и виной.

Большинство гештальт-терапевтов, обсуждающих этот вопрос, сходятся в том, что стыд — это переживание «плохости» себя, а вина — это переживание «неправильности» конкретных действий. (Ван де Рьет, 1997; Робин, 2002; др.) Даже Роберт Резник (2000), критикующий Ли и Вилера за антифеноменологическую позицию, не возражает против подобного основания для разделения вины и стыда. Другой авторитет в гештальт-терапии — Гари Йонтеф — пишет: «Стыд это чувство, сопровождающее переживание человеком того, что он «не ОК» и/или «не достаточен». Вина это чувство, сопровождающее переживание человеком того, что он совершил что-то плохое, обидел кого-то, нарушил какие-то моральные или правовые нормы» (Yontef, 1993).

Как все же любопытно! Практически все гештальт-терапевты сходятся в том, что природа человеческих эмоций чувствительна к различению между восприятием себя и восприятием своего поведения и нечувствительна к направленности отношения, к различению между побуждением к сближению и побуждением к отталкиванию. Ведь даже в приведенном выше определении стыд выглядит как переживание моей непригодности для другого (других), а вина — как переживание неправомерности моего отталкивания другого!

На мой взгляд, вина это чувство, появляющееся на выходе из слияния. Когда человек разрушает слияние, он чувствует вину. Это как «пограничный контроль», как официальное предупреждение: «Внимание! Вы покидаете зону единства!» Значение вины может быть понято в контексте движения от слияния к автономии. В частности, вина это удерживание себя от этого движения. Значение стыда, напротив, связано с удерживанием себя от сближения. В одном случае — случае вины — мы видим прерывание движения ОТ

другого человека, в другом случае — случае стыда — прерывание движения К другому человеку. «Сообщение», которое несет в себе эмоция, в одном случае — «Это свой человек, а не чужой!» В другом случае «сообщение» противоположно — «Это чужой человек, а не свой!»

Позвольте мне теперь вернуться к самому началу лекции, к утверждению о том, что теория поля, описанная в терминах организма и окружающей среды, противоречит теории диалога. Я хотел бы высказать противоположное утверждение: идея поля не противоречит, а вполне согласуется с теорией диалога. Нужно только уточнить смысл понятия «поле». В «Гештальт-подходе» Фриц Перлз писал: «Фактически все это поле является диалектически дифференцированным единством. Биологически оно дифференцировано на организм и среду, психологически на самость и иное, морально — на эгоизм и альтруизм, научно — на субъективное и объективное и т.д.» (Перлз, 1996, с.36-37). Итак, во-первых, пара «организм — среда» описывает преимущественно биологический уровень человеческого функционирования, и, во-вторых, поле это диалектически дифференцированное единство. Если мы возьмем первую книгу Фрица Перлза «Эго, голод и агрессия», мы увидим, что метафора поля была связана для Перлза не только с физикой и конструкциями Курта Левина, но, возможно, даже в большей степени с диалектической философией Зигмунда Фридландера. Позвольте процитировать: «Зная «поле», контекст (обратите внимание на эту запятую! — О.Н.), мы можем определить противоположности, и наоборот, зная противоположности, мы можем определить специфичное для них поле» (Перлз, 2000, с.41).

Основываясь на понимании поля Фрицем Перлзом (не Полом Гудманом или Гордоном Вилером), мы можем понять регулятивный смысл любого психического явления посредством трехшагового алгоритма. Первый шаг: опираясь на феноменологию, мы находим полярность исследуемого явления. Второй шаг: выясняем, что общего в двух полярностях. И третий шаг: основываясь на результате предыдущей операции, устанавливаем контекст, в котором осуществляется регуляция поведения.

Конкретно! Что противоположно стыду? Феноменологически при стыде человек съживается и хочет, чтобы никто на него не смо-

трел и не видел. Когда же мы видим раздутую грудь и желание человека, чтобы все смотрели и видели его, это называется... гордость?

Что общего между стыдом и гордостью? — Вероятно, сосредоточенность на себе вместо (за счет?) сосредоточенности на другом. Здесь, как и в случае со стыдом и смущением, мы можем отличать удовлетворенность собой, не препятствующую субъект — субъектному характеру взаимодействия, от, скажем так, острой гордости, которая в норме является моментом празднования себя. (К примеру, вы стали олимпийским чемпионом. Вы стоите на пьедестале, над вами развевается национальный флаг и играет гимн. Праздник упоения своей победой. Так же и с любым другим значимым достижением. В регулятивном плане оно должно быть «переварено и усвоено», что в данном случае включает «празднование»). Но, будучи продленной за пределы ситуации (человек таскает с собой свой пьедестал), эта гордость становится прерыванием диалогической возможности. Вывод: регулятивный контекст стыда и гордости связан с прерыванием возможности диалогических отношений.

И еще один важный момент. Если мы описываем контекст в диалектическом ключе, в терминах противоположностей, тогда пара СТЫД и ГОРДОСТЬ должна соответствовать противоположная пара СМУЩЕНИЕ и ... чувство, которое сопровождает празднование другого человека (не как объекта, а как другого субъекта).

Я уже говорил, что смущение это трепет встречи с другим человеком в нахлынувшей полноте его живого присутствия. И если это состояние не будет ретрофлексировано, а будет прожито до той точки, когда возникнет свободный взгляд на другого, то во что оно может перейти?

Я думаю, что чувство, отражающее празднование другого человека вкупе с сохранением собственной целостности и свободы, это чувство радости.

Идея о том, что радость является специфически диалогическим феноменом, может показаться странной. Радость часто относят к классу так называемых базовых чувств. И довольно распространенным является мнение, что эти базовые чувства врождены или, по крайней мере, могут быть поняты на биологическом уровне. Но что является врожденным? Специфическая иннервация лицевых мышц?

Известно, что первая улыбка младенца связана с присутствием другого человека. Начиная с 4 — 5-й недели и до 4 — 5-го месяца жизни ребенок улыбается любому человеку, если лицо этого человека находится на расстоянии примерно двух футов и этот человек кивает ему. Начиная с 4 — 5-ти-месячного возраста ребенок уже редко улыбается незнакомым людям, реагируя таким образом в основном на мать и других членов семьи (Изард, 2002; Мухина, 1985).

Более того, Кэррол Изард, известный исследователь в области психологии эмоций пишет, что «радость — это не просто позитивное отношение к миру и к себе, это своеобразная связь между человеком и миром». «Радостный человек видит мир в его красоте и гармонии, ... он склонен скорее получать удовольствие от объекта, наслаждаться им, нежели анализировать и критически осмыслять его. Он воспринимает объект таким, каков он есть, не стремясь улучшить или изменить его. Он воспринимает объект как часть мира, чувствует свою близость, причастность к нему, а не отдаляется, чтобы «опредметить» его» (Изард, 2002, с.153).

И еще один, пусть и косвенный, аргумент. В экспериментальном исследовании Бартлетта и Изарда (1972, см.: Изард, 2002) изучались эмпирические корреляции между различными эмоциями. Радость значимо коррелировала с тремя эмоциями — интересом, удивлением и ... к удивлению исследователей, с одной так называемой негативной эмоцией — смущением. Что же общего во всех этих эмоциях? Диалогическая обращенность переживающего.

Итак, радость как специфически диалогический феномен — это празднование другого человека в сочетании с собственным присутствием и пространственной свободой (переживаемой свободой движений в пространстве).

В этом определении, кстати говоря, содержится различие удовольствия и радости. Удовольствие, если можно так выразиться, — «проксимальное» чувство; оно может быть осмыслено на уровне взаимодействия организма и среды и описано в таких терминах как интенсивность стимуляции, чувствительность, разрядка напряжения. Радость — «дистантное» чувство. Оно появляется только тогда, когда в «среде» выделяется другой субъект. В этом случае человек имеет возможность переживания пространства между двумя субъектами, между ним и другим человеком.

Мартин Бубер утверждал, что «пространство между» является тем местом, где происходит диалог. Моя идея заключается в том, что «пространство между» — не только сущностный признак диалога, но также нечто, что может быть непосредственно переживаемым. И это переживание пространства между Мной и Другим является еще одним феноменологическим признаком диалога. (Позвольте напомнить вам, что первый феноменологический признак диалога по Буберу — удивление перед лицом инаковости другого человека.)

Здесь перед нами не исследованная область. Можно было бы поговорить о некоторых характеристиках диалогического пространства, но мы вышли бы далеко за границы данной лекции. В заключение я хотел бы лишь добавить, что, хотя психотерапия и не может по своей сути всегда соответствовать характеристикам диалога, мы не должны игнорировать то, что сама природа многих психических явлений укоренена в диалогических отношениях. И эти явления могут быть исследованы и описаны.

## Литература:

1. Бубер М. Два образа веры. М., Республика, 1995.
2. Ван де Рьет В. Взгляд гештальт-терапевта на стыд и вину. — В сб.: Гештальт-97. Московский Гештальт Институт (сб. материалов).
3. Изард К. Психология эмоций. Спб, Питер, 2002.
4. Мухина В.С. Детская психология. М., «Просвещение», 1985.
5. Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. М., Либрис, 1996.
6. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. М., Смысл, 2000.
7. Перлз Ф., Гудман П. Теория гештальт-терапии. М., Ин-т общегуманитарных исследований, 2001.
8. Резник Р. Гештальт-терапия: принципы, точки зрения и перспективы. — В сб.: Гештальт-95. Московский Гештальт Институт (сб. материалов), с. 6 — 12.
9. Резник Р. «Порочный круг» стыда: взгляд гештальт-терапии. — В сб.: Гештальт-2000. Московский Гештальт Институт (сб. материалов), с. 6 — 20.
10. Робин Ж.-М. Экологическая ниша. — В сб.: Гештальт-94. Московский Гештальт Институт (сб. материалов), с. 15 — 29.
11. Робин Ж.-М. Стыд. Стенограмма лекции в Москве. — В сб.: Гештальт-2002. Московский Гештальт Институт (сб. материалов).
12. Lee R., Wheeler G. (eds.) The Voices of Shame. S.F., Jossey-Bass Publishers, 1996.
13. Yontef G. Awareness, Dialogue and Process: Essays on Gestalt Therapy. N.Y., The Gestalt Journal Press, 1993

## ПОНЯТИЕ «СТРАСТИ» В РАЗЛИЧНЫХ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ НАПРАВЛЕНИЯХ («Если изгнать чертей, то и ангелы дадут деру...»)<sup>2</sup>

Не знаю, можно ли назвать страстями те чувства, которые всколыхнулись во мне, когда я начал готовиться к этой теме, но чувства были сильные: сначала я полагал, что главная трудность будет заключаться в избытке материала, однако, оказалось наоборот: слово «страсти» встретилось только в работах Петера Куттера (1998, «Любовь. Ненависть. Зависть. Ревность. Психоанализ страстей») и в книге Клаудио Наранхо «Характер и невроз». Совершенно иной подход (кардинально противоположный психотерапии) к проблеме страстей демонстрирует православие и православная психотерапия, это подход, основанный на понятии «греха», борьбы с ним и покаяния. Однако в данном описании я остановлюсь на психологической модели «страстей»

Действительно глубокая проработка этой темы встретила мне в работе Ролло Мэя «Любовь и воля». Он употребляет в ней термин «демоническое», который, по-моему, близок к понятию «страсти».

Демоническое, по Мэю, это **любая естественная функция, которая обладает способностью целиком подчинять себе личность**.

Секс и эрос, гнев и ярость, жажда власти — вот примеры демонического

Сравним: «**Страсть** — устойчивое, глубокое и сильное чувство, определяющее направление мыслей и поступков человека», (Петровский, 1997), другие определения схожи.

### Свойства демонического

1. Демоническое больше связано с силой природы, чем с силой Сверх-Я, и находится за пределами добра и зла. Демоническое не является также «зовом человека к самому себе», о чем говорил Хайдеггер, а после него — Фромм, потому что источник его находится в той области, где корни нашего Я уходят в силы при-

<sup>2</sup> Впервые опубликовано в журнале «Гештальт гештальтов. Евро-Азиатский вестник гештальт-терапии», 2007, № 2.

роды, которые этому Я не подвластны и воспринимаются как давящие на нас тиски судьбы. Демоническое поднимается скорее из основ бытия, чем из Я как такового.

Я остановлюсь на наиболее важных, по-моему, свойствах демонического и способах совладания с ним, а затем, если останется время, расскажу о понимании страстей в других психотерапевтических направлениях.

2. По-видимому, имеет смысл уточнить термин, поскольку название «*демоническое*» имеет коннотацию чего-то «*дьявольского, нечистой силы*» и т.п.

Между тем, греческое понятие «**даймон**» — источник нашего современного концепта — *включало в себя и творческие способности поэта и художника, и способности нравственного и религиозного лидера, но также и заразительную энергию влюбленного.*

Концепт «демоническое» представляется нам неприемлемым не по причине внутренних недостатков, а из-за наших отчаянных попыток отрицать то, что он обозначает. Это слишком сильный удар по нашему нарциссизму. Мы же «приличные» люди и, подобно культурным гражданам Афин времен Сократа, не любим, когда нам, вне зависимости от того, согласны мы с этим в душе или нет, напоминают, что даже в любви нами движут жажда власти, злость и потребность взять реванш.

О демоническом нельзя сказать, что оно является злом само по себе. Оно ставит нас перед очень сложным выбором — то ли использовать его осознанно, с чувством ответственности и ценности жизни, то ли — слепо и безрассудно.

3. Когда демоническое подавляется, оно имеет свойство в той или иной форме *вырываться на поверхность* (крайними формами являются политические убийства, патологические зверства, и прочие ужасы, ставшие, увы, яркой приметой нашего века).

## Стратегия совладания со страстями

1. Теперь подробнее о совладании (уже в этом слове, по-моему, немало о стратегии взаимодействия со страстями: совладание — «совместное владение») со страстями.

Демоническое может быть как созидательным так и разрушительным, и, как правило, является и тем, и другим одновременно.



Один из принципов — принцип самоотжествления с тем, что тебя преследует, не для того, чтобы с ним бороться, а для того, чтобы принять его в себя; ибо оно должно представлять какой-то подавляемый элемент нас самих.

Вы принимаете в себя демоническое, ибо в противном случае оно подчинит вас себе. Единственный способ справиться с подчиненностью демону — это подчинить его себе, смело взглянув ему в глаза, придя к соглашению с ним, включив его в себя. Но, справившись с «заточением» и провозгласив свою самостоятельность, индивид должен сам призвать демоническое вернуться на уровень сознания. В этом заключается **здоровая зависимость зрелого человека.**

2. Проблема всегда заключается в том, чтобы видеть обе стороны демонического, различать феномены внутреннего опыта переживаний индивида, не пытаясь при этом чрезмерно психологизировать нашу связь с природой, с судьбой и с основами нашего бытия.

Демоническое принадлежит к той сфере опыта, где дискурсивный, рациональный язык может рассказать только часть истории; и ограничиваясь этим дискурсивным языком, мы обедняем себя.

Жить в согласии со своим демоном (эвдемонизм) трудно, но чрезвычайно полезно. *Демон нередко — это самая мрачная форма естественных устремлений*, но если человек осознает наличие у него этих устремлений, он может до определенной степени ассимилировать и направить их. Демоническое уничтожает исключительно рационалистические планы и открывает личности глаза на имеющиеся у нее творческие возможности, о которых она даже не подозревала.

3. В эпоху эллинизма и в христианскую эпоху (и не только в религии) дуалистический раскол между положительной и отрицательной сторонами демона становится все более заметен. Согласно нашим теперешним представлениям, все небожители разделяются на два лагеря — чертей и ангелов. Первые следуют за своим вождем Сатаной, вторые служат Богу. И хотя эти представления никогда не имели вполне рационального объяснения, похоже, что в свое время человек надеялся на то, что при наличии такого раскола ему будет легче бороться с чертями.

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

[e-Univers.ru](http://e-Univers.ru)