

1.СИСТЕМЫ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Фейдмен Д., Фрейгер Р.

ВИЛЬГЕЛЬМ РАЙХ И ПСИХОЛОГИЯ ТЕЛА¹

В этой главе мы поговорим о Вильгельме Райхе, основателе того, что можно было бы назвать ориентированной на тело психотерапией. Вильгельм Райх был членом психоаналитического внутреннего кружка в Вене и вел учебный семинар для начинающих аналитиков. В своей терапевтической работе он постепенно начал подчеркивать важность обращения внимания на физические аспекты характера человека, в особенности на паттерны хронических мускульных зажимов, которые он называл телесным панцирем. Он также говорил о роли общества в сознании запретов, касающихся инстинктивной – в особенности сексуальной – жизни человека. По словам одного исследователя, Райх «наверное, более последовательно, чем кто-либо другой, проработал критические и революционные импликации психоаналитической теории».

Вторая часть этой главы состоит из краткого обзора важнейших других ориентированных на тело подходов к терапии и личностному росту. Здесь можно наметить три основные области:

1) Работа над структурой тела: биоэнергетика, структурная интеграция, техника Александра, метод Фельденкрайза;

¹ *Fadiman J., Frager R. Personality and Personal Growth. New York, London, 1976.*
Пер. М.Папуша.

- 2) Системы, направленные на улучшение функционирования тела: чувственное сознание и релаксация чувств;
- 3) Восточные учения, ориентированные на тело: хатхайога, тайчи, айкидо.

ОСНОВНЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ

ХАРАКТЕР

По Райху характер состоит из привычных установок и отношений пациента, постоянного паттерна его реакций на различные ситуации. Он включает сознательное мировосприятие, идеи и ценности, стиль поведения (застенчивость, агрессивность и т. д.), привычные физические позы и движения и пр.

Форма поведения, его «как», формы общения гораздо более существенны чем то, что пациент говорит. Слова могут лгать. Способ выражения никогда не лжет.

Понятие характера впервые появилось у Фрейда в 1908 году («Характер и анальный эротизм»). Райх разработал это понятие и был первым аналитиком, интерпретировавшим природу и функции характера в работе с пациентами вместо анализирования симптомов.

ХАРАКТЕРНЫЙ ПАНЦИРЬ

Райх полагал, что характер создает защиты против беспокойства, вызванного у ребенка интенсивными сексуальными чувствами, сопровождаемыми страхом наказания. Первая защита против этого страха – подавление, которое временно обуздывает сексуальные импульсы. По мере того, как эго-защиты становятся постоянными и автоматически действующими, они развиваются в характерные черты или в характерный панцирь Райховское представление о характерном

панцире включает все подавляющие защитные силы, организованные в более или менее связанный паттерн эго. «Установление характерной черты... указывает на разрешение проблемы регрессии: это либо делает процесс подавления ненужным, либо превращает однажды установленное подавление в относительно ригидную, принятую в эго, формацию».

Характерные черты не являются невротическими симптомами.

Различие, по Райху, состоит в том, что невротические симптомы (такие, как иррациональные страхи или фобии) переживаются человеком как нечто чуждое, как инородные элементы в его душе, а характерные черты (вроде преувеличенной любви к порядку или тревожной стеснительности) воспринимаются составными частями личности. Можно жаловаться на застенчивость, но эта застенчивость не кажется такой же бессмысленной или патологической, как невротические симптомы. Характерные защиты частично эффективны и столь трудно поддаются удалению именно из-за того, что они хорошо рационализированы человеком и переживаются как часть представления о себе.

Райх всегда старался дать пациентам увидеть их характерные черты. Он часто имитировал их характерные черты или позы или просил самих пациентов повторять или преувеличивать штамп поведения – например, нервную улыбку. Когда пациенты перестают воспринимать свой характерный способ поведения как само собой разумеющийся, их стремление к изменению возрастает.

ОСВОБОЖДЕНИЕ (РАСПУСКАНИЕ) МУСКУЛЬНОГО ПАНЦИРЯ

Райх полагал. Что каждое характерное отношение имеет соответствующую ему физическую позу и что характер чело-

Конфликт, который действовал в определенный период жизни, всегда оставляет свои следы в характере, в форме ригидности.

века выражается в его теле в виде мышечной ригидности или мускульного панциря. Райх начал прямую работу с расслаблением мускульного панциря в соединении с аналитической работой.

Ригидность мускулатуры – соматическая сторона процесса подавления и основа его продолжающегося существования.

Он обнаружил, что расслабление мышечного панциря освобождает значительную либидинозную энергию и помогает процессу психоанализа. Психиатрическая работа Райха все более перемещалась в

освобождение эмоций (удовольствие, гнев, волнение) посредством работы с телом. Он находил, что это ведет к гораздо более интенсивному переживанию инфантильного материала, раскрываемого в анализе.

Райх начал с применения техники характерного анализа к физическим позам. Он анализировал в деталях позу пациента и его физические привычки, чтобы дать пациентам осознать, как они подавляют жизненные чувства в различных частях тела. Райх просил пациентов усиливать определенный зажим, чтобы лучше осознать его, почувствовать его и выявить эмоции, которая связана с этой частью тела. Он увидел, что только после того, как подавляемая эмоция находит свое выражение, пациент может полностью отказаться от хронического напряжения или зажима. Постепенно Райх начал прямо работать с зажимаемыми мышцами, разминая их руками, чтобы высвободить связанные в них эмоции.

Панцирь может быть поверхностным или лежащим глубоко, мягким, как губка, или твердым, как железо. В любом случае его функция – защита от недовольствия. Однако организм платит за эту защиту потерей значительной части своей способности к удовольствию.

«В конце концов, я не мог избежать впечатления, что физическая ригидность в действительности представляет собой наиболее существенную часть подавления. Все

без исключения пациенты говорили что проходили через периоды своего детства, когда они научались подавлять свою ненависть, тревожность или любовь посредством определенных действий, влиявших на вегетативные функции (сдерживание дыхания, напряжение мышц живота и т.п.). ... Вновь и вновь поражаешься, как освобождение ригидных мышц освобождает не только вегетативную энергию, но, кроме того, приносит воспоминание о ситуации в раннем детстве, когда этот зажим был использован для определенного подавления».

В своей работе над мышечным панцирем Райх обнаружил, что хронические мышечные зажимы блокируют три основных биологических возбуждения: тревожность, гнев и сексуальное возбуждение. Он пришел к выводу, что физический (мышечный) и психологический панцирь – одно и то же. «Панцирь характера оказывается функционально тождественным с перенапряжением мышц, мышечным панцирем. Эта функциональная тождественность означает ни что иное, как тот факт, что мышечные паттерны и характерные черты служат одной и той же функции в психическом аппарате; они могут влиять друг на друга и заменять друг друга. По существу они не могут быть разделены; по функции они тождественны».

ГЕНИТАЛЬНЫЙ ХАРАКТЕР

Термин «генитальный характер» означал у Фрейда конечный уровень психосексуального развития. В трактовке Райха это специфически означает достижение оргастической потенции. «Оргастическая потенция – это способность отдаться потоку биологической энергии без всякого подавления, способность полной разрядки

Я говорю на основании огромного клинического опыта, что лишь в немногих случаях в нашей цивилизации половой акт основан на любви. Вмешивающийся гнев, ненависть, садистические эмоции и состоятельность совершенно неотделимы от половой жизни современного человека.

накопленного сексуального возбуждения в произвольных, приносящих удовольствия движениях тела». Райх находил, что по мере того, как его пациенты распускают свой панцирь и развивают оргастическую потенцию, многие стороны личности спонтанно изменяются.

Вместо жесткого, ригидного невротического контроля люди развивают способность к саморегуляции. Райх противопоставлял естественную саморегуляцию людей принудительной морали. Человек Естественный поступает в соответствии со своими внутренними склонностями и чувствами, а не следует внешнему набору требований, установленных другими.

После райхианской терапии пациенты, которые ранее были склонны к невротическому промискуитету (сексуальной неразборчивости), обретали большую чувствительность, спо-

Вы не «ведете борьбу» за то, чтобы ваше сердце билось или ноги двигались; точно также не ведется «борьба» за искание правды. Истина – в вас, она работает в вас так же, как работает ваше сердце или ваши глаза – лучше или хуже, в зависимости от состояния вашего организма.

способность к привязанности и спонтанно начинали стремиться к более продолжительным и полноценным отношениям. Те же, кто состояли в бесплодных, лишенных любви браках, обнаруживали, что не могут вступать в половые отношения из одного только чувства долга.

Генитальный характер не заключен в тюрьму своего панциря и психологических защит. Он способен защитить себя, если это необходимо, во враждебном окружении. Но эта защита осуществляется более или менее сознательно и может быть снята, когда она перестает быть необходимой.

Райх писал, что генитальный характер – это человек, проработавший свой эдипов комплекс так, что этот материал не подавляется и не обладает сильным зарядом. «Суперэго становится «утверждающим сексуальность», и таким образом

действует в гармонии с ИД». Генитальный характер способен свободно и полно переживать сексуальный оргазм, полностью разряжая имеющееся либидо. Кульминация сексуальной активности характеризуется способностью отдаться сексуальному опыту, произвольным движениям, которые не блокируются, в отличие от принужденных, даже насильственных движений человека, защищенного панцирем.

БИОЭНЕРГИЯ

При работе с мышечным панцирем Райх обнаружил, что освобождение хронически зажатых мышц часто порождает особые физические ощущения – чувство тепла или холода, покалывание, зуд или эмоциональный подъем. Он полагал, что эти ощущения возникают в результате высвобождения вегетативной или биологической энергии.

Райх также полагал, что мобилизация и разрядка биоэнергии – существенные стадии в процессе сексуального возбуждения и оргазма. Он назвал это «формулой оргазма», четырехчастным процессом, характерным для всех живых организмов: механическое напряжение – биоэнергетический заряд – биоэнергетический разряд – механическое расслабление.

В результате физического контакта в обоих телах накапливается энергия, которая в конце концов разряжается в оргазме, являющемся по существу, феноменом биологической разрядки:

- 1) Сексуальные органы наполняются жидкостью – механическое напряжение;
- 2) В результате возникает интенсивное возбуждение – биоэнергетический заряд;
- 3) Сексуальное возбуждение разряжается в мышечных сокращениях – биоэнергетическая разрядка;
- 4) Наступает физическая релаксация – механическое расслабление.

ОРГОНИЧЕСКАЯ ЭНЕРГИЯ

Интерес к физическому функционированию пациентов привел Райха к лабораторным экспериментам по физиологии и биологии, и, в конце концов, – к физическим исследованиям. Он пришел к убеждению, что биоэнергия в индивидуальных организмах – лишь один из аспектов универсальной энергии, присутствующих во всех вещах. В термине «оргон», «оргоническая энергия» он соединил корни «организма» и «оргазма». «Космическая оргоническая энергия функционирует в живых организмах как специфическая биологическая энергия. В этом своем качестве она управляет всем организмом и выражается в эмоциях так же, как в чисто биофизических движениях органов».

Широкие исследования Райхом оргонической энергии и смежных тем игнорировались большинством критиков и ученых. Его открытия противоречили многим принятым теориям и аксиомам физики и биологии; кроме того, в его работе есть и экспериментально слабые места. Вместе с тем, его результаты никогда не были опровергнуты или даже тщательно проверены и серьезно рассмотрены кем-либо из уважаемых ученых. Один из психологов, работавших в Райхом, отмечает: «В течение более чем двадцати лет с тех пор, как Райх объявил об открытии оргонической энергии, не было сообщения о достойном доверия повторении ни одного определяющего эксперимента, который бы опроверг результаты Райха... Факт состоит в том, что, несмотря на (а частично благодаря) насмешки, поношения и попытки ортодоксов «похоронить» Райха и оргономику, ни в одной научной публикации нет опровержения его экспериментов, и тем более – систематического опровержения огромной научной работы, подтверждающей его положения».

Оргоническая энергия обладает следующими основными свойствами:

- 1) она свободна от массы, не имеет ни инерции, ни веса;
- 2) она присутствует всюду, хотя и в различной концентрации, даже в вакууме;

- 3) она является средой электромагнитных и гравитационных взаимодействий, субстратом большинства фундаментальных природных феноменов;
- 4) она находится в постоянном движении и может быть наблюдаема в соответствующих условиях;
- 5) высокая концентрация оргонной энергии привлекает оргонную энергию из менее концентрированного окружения (что «противоречит» закону энтропии);
- 6) оргонная энергия образует единицы, становящиеся центрами творческой деятельности. Это могут быть клетки, растения и животные, а также облака, планеты, звезды, галактики.

ДИНАМИКА

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ РОСТ

Райх определяет рост как процесс рассасывания психологического и физического панциря, постепенного становления более свободным и открытым человеческим существом, обретение способности наслаждаться полным и удовлетворяющим оргазмом.

Райх утверждал, что мышечный панцирь организуется в семь основных защитных сегментов, состоящих из мышц и органов соответствующих функций выражения. Эти сегменты образуют ряд из семи приблизительно горизонтальных колец под прямым углом к туловищу и позвоночнику. Основные сегменты панциря располагаются в областях глаз, рта, шеи, груди, диафрагмы, живота и таза².

² (Прим.авторов). Семь сегментов райховского панциря вызывают ассоциацию с семью чакрами йоги, хотя соответствие не вполне точно. Интересно отметить, что Райх движется сверху вниз: работа с пациентом кончается тазовым сегментом, как более важным. В йоге движение начинается с основания позвоночника вверх и «кончается» открытием тысячелесткового лотоса. (Прим.пер.) Йога Ауробиндо также начинается сверху; важнее в этой аналогии то, что концентрации на чакрах действительно ведут к определенным паттернам мышечных расслаблений и напряжений.

Возможно выбраться из ловушки. Однако чтобы выбраться из тюрьмы, нужно понять, что ты в тюрьме. Ловушка – это эмоциональная структура человека, его характерная структура. Мало пользы в изобретении систем мысли по поводу природы ловушки; единственное, что нужно, чтобы выбраться – это знать ловушку и найти выход.

По Райху оргонная энергия естественно течет вверх и вниз по телу параллельно позвоночнику. Кольца панциря формируются под прямым углом к этим потокам и препятствуют им. Райх указывает, что не случайно в нашей западной культуре сформировалось утвердительное движение головы вверх-вниз, в направлении потока энергии по телу, отрицательное же

движение головы из стороны в сторону – это пересекающее поток движение. Образования панциря, защиты.

Защита служит для ограничения свободного течения энергии в теле и ограничения свободного выражения эмоций. То, что сначала возникает как защита против захлестывающих чувств напряжения и возбужденности, становится физической и эмоциональной смирительной рубашкой. «В охваченном защитным панцирем

В конечном счете, в самосознании и в стремлении к совершенствованию знания и полной интеграции биологического функционирования, космическая оргонная энергия становится сознающей себя.

человеческом организме оргонная энергия связывается в хронических мышечных зажимах. После распускания панцирного кольца оргон в теле не сразу начинает протекать свободно... По мере того, как распускаются первые панцирные

блоки, мы обнаруживаем, что оргонные потоки и ощущения, выражение «давания», «отдавания» развиваются все больше. Однако все еще остается защита, мешающая полному развитию».

Райхианская терапия состоит прежде всего в распускании панциря в каждом сегменте, начиная с глаз и кончая тазом. Каждый сегмент более или менее независим и с ним можно действовать отдельно.

Три типа средств используются в распускании панциря:

- 1) накопление в теле энергии посредством глубокого дыхания;
- 2) прямое воздействие на хронические мышечные зажимы (посредством давления, пощипывания и т.п.);
- 3) поддержания сотрудничества с пациентом в открытом рассмотрении сопротивлений и эмоциональных ограничений, которые при этом выявляются.

1. **Глаза.** Защитный панцирь в области глаз проявляется в неподвижности лба и «пустом» выражении глаз, которые как бы смотрят из-за неподвижной маски. Распускание осуществляется посредством раскрытия пациентами глаз так широко, как только возможно (как при страхе), чтобы мобилизовать веки и лоб в принудительном эмоциональном выражении, а также свободными движениями глаз, вращениями и смотрением из стороны в сторону.
2. **Рот.** Оральный сегмент включает мышцы подбородка, горла и затылка. Челюсть может быть как слишком сжатой, так и неестественно расслабленной. Этот сегмент удерживает эмоциональное выражение плача, крика, гнева, кусания, сосания, гримасничания. Защитный панцирь может быть расслаблен пациентом путем имитации плача, произнесения звуков, мобилизующих губы, кусания, рвотных движений и посредством прямой работы над соответствующими мышцами.
3. **Шея.** Этот сегмент включает глубокие мышцы шеи и язык. Защитный панцирь удерживает в основном гнев, крик и плач. Прямое воздействие на мышцы в глубине шеи невозможно, поэтому важным средством распу-

скания панциря являются крики, вопли, рвотные движения и т.п.

4. **Грудь.** Грудной сегмент включает широкие мышцы груди, мышцы плеч, лопаток, всю грудную клетку и руки с кистями. Этот сегмент сдерживает смех, гнев, печаль, страстность. Сдерживание дыхания, являющегося важным средством подавления любой эмоции, осуществляется в значительной степени в груди. Панцирь может быть распущен посредством работы над дыханием, в особенности осуществлением полного выдоха. Руки и кисти используются для меткого удара, чтобы рвать, душить, бить, чтобы страстно достигать чего-то.
5. **Диафрагма.** Этот сегмент включает диафрагму, солнечное сплетение, различные внутренние органы, мышцы нижних позвонков. Защитный панцирь выражается в выгнутости позвоночника вперед, так что, когда пациент лежит, между нижней частью спины и кушеткой остается значительный промежуток. Выдох оказывается труднее вдоха. Панцирь здесь удерживает в основном сильный гнев. Нужно в значительной степени распустить первые четыре сегмента, прежде чем перейти к распусканию этого посредством работы с дыханием и рвотным рефлексом (люди с сильными блоками на этом сегменте практически не способны к рвоте).
6. **Живот.** Сегмент живота включает широкие мышцы живота и мышцы спины. Напряжение поясничных мышц связано со страхом нападения. Защитный панцирь на боках создает боязнь щекотки и связан с подавлением злости, неприязни. Распускание панциря в этом сегменте сравнительно нетрудно, если верхние сегменты уже открыты.
7. **Таз.** Последний сегмент включает все мышцы таза и нижних конечностей. Чем сильнее защитный панцирь, тем более таз вытянут назад, торчит сзади. Ягодичные мышцы напряжены и болезненны. Таз ригиден, он

«мертвый» и бисексуальный. Тазовый панцирь служит подавлению возбуждения, гнева, удовольствия. Возбуждение (тревожность) возникает из подавления ощущений сексуального удовольствия, и невозможно полностью переживать удовольствие в этом районе, пока не разрядится гнев в тазовых мышцах. Панцирь может быть распущен посредством мобилизации таза, а затем лягания ногами и удара кушетки тазом.

Райх обнаружил, что по мере того как пациенты обретают способность полной «генитальной отдачи», фундаментально меняется все их бытие и стиль жизни. «Когда посредством терапии восстанавливается единство оргастического рефлекса, вместе с ним возвращается и чувство глубины и искренности, ранее утраченное. В связи с этим пациенты вспоминают период раннего детства, когда единство ощущения тела еще не было разрушено. Глубоко тронутые, они рассказывают, как маленькими детьми они чувствовали единство с природой, со всем вокруг себя, как они чувствовали себя «живыми», и как впоследствии это было разбито в куски и разрушено обучением».

... основной критерий психического и вегетативного здоровья – способность организма действовать и реагировать как целое, с точки зрения биологических функций напряжения и разрядки. Нарушения восприятия себя реально исчезают лишь после того, как полностью развивается рефлекс организма.

Змея – символ фаллоса и одновременно биологически первичного движения, - представляет Еву искушить Адама... «Кто будет есть от древа познания, познает Бога и жизнь, и будет наказан», - предупреждает нас. Знание закона любви ведет к знанию закона жизни, а знание закона жизни ведет к познанию Бога.

Такие люди начинают чувствовать, что ригидная мораль общества, которая раньше казалась им само собой разумеющейся, становится чуждой и неестественной. Изменяется заметно и их отношение к работе. Те, кто делал свою работу механически, начинают искать новую, более живую работу, соответствующую их внутренним потребностям и желаниям. Те же, кто интересуется своей профессией, обретают новую энергию, интерес и способности.

ПРЕПЯТСТВИЯ РОСТУ

ЗАЩИТНЫЙ ПАНЦИРЬ

Защитный панцирь – основное препятствие для роста по Райху. «Зажатый своим защитным панцирем человек не способен распустить его. Он не способен также выразить простейшие биологические эмоции. Ему знакомы лишь ощущения щекотки, а не оргонического удовольствия. Он не может испустить вздоха удовольствия или имитировать его. Если он попытается – это будет стон, сдавленное рычание или импульс рвоты. Он не способен испустить гневный крик и даже изобразить удар кулаком по кушетке».

Райх полагал, что процесс создания защитного панциря создал две ложные интеллектуальные традиции, образующие

Я обнаружил, что люди реагируют интенсивной ненавистью на всякую попытку нарушить невротическое равновесие, поддерживаемое их защитным панцирем.

основу цивилизации: мистическую религию и механическую науку. Механицисты столь хорошо защищены, что потеряли ощущение собственного жизненного процесса и внутренней природы. Они пора-

жены глубинным страхом глубокой эмоциональности, жизненности, спонтанности, и стремятся создавать ригидные

механические представления о природе, интересуясь преимущественно внешними объектами естественных наук. «Машина должна быть совершенной. Отсюда следует, что мышление и действия физика должны быть «совершенными». Перфекционизм – сущностная характеристика механистического мышления. Оно не признает ошибок, неуверенности, неопределенности, неясные ситуации избегаются... Но в применении к природе это неизбежно ведет к ошибкам. Природа неточна. Природа не действует механически, а функционально».

Мистики не столь плотно поработаны своей защитой, они остаются частично в соприкосновении со своей жизненной энергией и способны на великие прозрения благодаря этому частичному контакту со своей внутренней природой. Однако Райх считал эти прозрения искаженными аскетическими и анти-сексуальными тенденциями мистиков, отрицанием ими собственной физической природы и потерей контакта с собственным телом. Они отрицали происхождение жизненной силы в собственном теле и поместили ее в гипотетической душе, которую они полагали лишь слабо связанной с телом.

Только мистики, далекие от научных взглядов, всегда сохраняли контакт с функцией жизни. Поэтому жизнь стала сферой мистицизма, серьезные естественные науки отказались заниматься ею.

«Разрушение единства телесных чувств посредством подавления сексуальности и постоянная жажда восстановления контакта с собой и миром – это субъективная основа религий, отрицающих секс. Бог – это мистическая идея вегетативной гармонии самости с природой».

ПОДАВЛЕНИЕ СЕКСУАЛЬНОСТИ

Другое препятствие росту – социальное и культурное подавление естественных инстинктов и сексуальности в человеке. Райх считал его основным источником неврозов. Это по-

давление осуществляется в течение трех основных фаз жизни: в раннем детстве, в период полового созревания и в течение взрослой жизни.

Младенцы и маленькие дети попадают в невротическую, авторитарную и подавляющую секс семейную атмосферу. Относительно этого периода жизни Райх воспроизводит фрейдовские наблюдения, касающиеся негативного действия родительских требований по поводу туалетного воспитания, самоограничения, «держания себя в руках», «хорошего» поведения.

В период полового созревания подростки лишены реальной сексуальной жизни; мастурбация запрещается. Что еще

Деструктивность, заложенная в характере, - ни что иное, как гнев по поводу фрустрации вообще и лишения сексуального удовлетворения в частности.

важнее, - общество в целом не дает подросткам найти значимую, осмысленную работу. Неестественный стиль жизни делает для подростков особенно трудным вырастанием из инфантильной привязанности к родителям.

Наконец, будучи взрослыми, большинство людей оказываются в ловушке принудительного брака, к которому они не готовы сексуально из-за требования предбрачного целомудрия. Райх указывает также, что брак в нашей культуре содержит в самом себе неизбежный конфликт. «Каждый брак внутренне разрушается в результате возрастающего конфликта между сексуальными и экономическими нуждами. Сексуальные потребности могут удовлетворяться с одним и тем же партнером лишь ограниченное время. Экономическая зависимость, моральные требования и обычаи, с другой стороны, заставляют продолжать отношения. Этот конфликт - основа семейных страданий».

Возникающая семейная ситуация создает невротическую атмосферу для следующего поколения.

Райх утверждает, что люди, взращенные в атмосфере, отрицающей жизнь и секс, создают себе страх удовольствия, представленный их мышечным панцирем. «Панцирь характера – основа одиночества, беспомощности, поиска авторитета, страха ответственности, мистических стремлений, сексуальных страданий, импотентного бунтарства, равно как и покорности неестественных патологических типов».

То, что живо – само по себе разумно. Оно становится карикатурой, если ему не дают жить.

Райх не испытывал оптимизма относительно возможного эффекта своих открытий. Он полагал, что большинство людей в силу своих мощных защит не будут способны понять его теорию и будут искажать его идеи. «Учение живой Жизни, подхваченное и искаженное человеком в защитном панцире, будет большим несчастьем для всего человечества и его институтов... Наиболее вероятным следствием принципа «оргастической потенции» окажется распространение пагубной философии... Как стрела, выпущенная из ограничения туго натянутой тетивы, – искание строгого, легкого и ядовитого генитального удовольствия разрушит человеческое общество».

Защитный панцирь отрезает нас от нашей внутренней природы, но также и от социальных страданий вокруг нас. «Из-за трещины в современном человеческом характере природа и культура, инстинкт и мораль, сексуальность и успех считаются несовместимыми. Единство культуры и природы, работы и любви, морали и сексуальности, которого человечество вечно жаждет, остается несбыточной мечтой, пока человек отвергает удовлетворение биологических требований естественной (оргастической) сексуальности. При этих условиях истинная демократия и ответственная свобода остаются иллюзией...»

СТРУКТУРА

ТЕЛО

Райх рассматривал ум и тело как нерасторжимое единство. Как уже было сказано, он постоянно перемещался от аналитической работы, опирающейся исключительно на словесный язык, к анализу как психологических, так и физических аспектов характера и характерного панциря, и далее к акценту на работе с мышечным защитным панцирем, направленной на обеспечение свободного протекания биоэнергии.

СОЦИАЛЬНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Райх считал социальные отношения функцией индивидуального характера. Средний человек видит мир сквозь фильтр своего защитного панциря. Лишь генитальные характеры,

преодолевшие свой ригидный панцирь, действительно способны открыто и честно реагировать на других.

Райх твердо верил в провозглашенные Марксом идеалы «свободных организаций, в которых свободное развитие каждого становится основой свободного развития всех». Райх формулировал понятие рабочей демократии, естественной формы

Только чувствование естественных процессов внутри нас и вокруг нас содержит ключи к загадкам природы. Чувствование – это то сито, через которое воспринимаются внутренние и внешние стимулы; чувствование – связующее звено между эго и внешним миром.

социальной организации, в которой люди сотрудничают ради удовлетворения взаимных потребностей и интересов; он пытался реализовать эти принципы в Институте Оргона.

ВОЛЯ

Райх не занимался непосредственно волей, хотя подчеркивал важность осмысленной конструктивной работы. «Вам

не нужно делать что-то особенное или новое. Все, что нужно, – это продолжать делать то, что вы делаете: вспахивать поля, работать молотком, лечить пациентов, водить детей в школу или в детский сад, рассказывать о событиях дня, проникать все глубже в тайны природы. Все это вы и так делаете. Но вы думаете, что все это неважно... Все, что нужно, – это продолжать то, что вы всегда делали и хотели делать: делать свою работу, дать детям расти счастливыми, любить своих жен...»

ЭМОЦИИ

Райх полагал, что хронические напряжения блокируют энергетические потоки, лежащие в основе сильных эмоций. Защитный панцирь не дает человеку переживать сильные эмоции, ограничивая и искажая выражение чувства. Эмоции, которые блокируются таким образом, никогда не устраняются, потому что они не могут быть полностью выражены. По Райху, человек может освободиться от заблокированной эмоции, только полностью пережив ее.

Райх отмечал также, что фрустрация удовольствия часто ведет к гневу и ярости. В райхианской терапии эти отрицательные эмоции должны быть проработаны прежде, чем могут быть пережиты позитивные чувства, которые ими замещаются.

ИНТЕЛЛЕКТ

Райх не соглашался с любым разделением интеллекта, эмоций и тела.

Он указывал, что интеллект в действительности – биологическая функция, и что он может накопить эффективный заряд, столь же сильный, как любая из эмоций. Райх утверждал, что полное развитие интеллекта требует развития истинной генитальности, «ибо примат интеллекта предполагает упорядоченную экономию либидо, то есть примат генитальности. Генитальный и интеллектуальный примат также взаимосвяза-

Конец ознакомительного фрагмента.
Приобрести книгу можно
в интернет-магазине
«Электронный универс»
e-Univers.ru