

МОСКОВСКИЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

1992
•
2007

ЮБИЛЕЙНЫЙ
ВЫПУСК

Библиографическая ссылка:

Василюк, Ф.Е. Историко-методологический анализ психотерапевтических упований [Текст] / Ф.Е. Василюк // Московск. психотерап. журнал. – 2007. – Юбилейный выпуск, 1992 – 2007. – С. 44 -70.

ИСТОРИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ УПОВАНИЙ¹

Ф.Е.ВАСИЛЮК²

В статье дан методологический анализ психотерапевтических «упований» и показано, насколько разные антропологии и культуры терапевтической работы стоят за классическими направлениями психотерапии. Автор располагает эти антропологические представления в исторической перспективе, стараясь проникнуть в «логику» их развития. Психотерапия, по его мнению, делает, в конечном счете, свой ценностный выбор в пользу свободной личности. Перспективу развития психотерапевтической антропологии и аксиологии автор видит в поиске христианской синергийной психотерапии.

...Будьте всегда готовы всякому, требующему у вас отчета в вашем уповании, дать ответ с кротостью и благоговением.

1 Петр. 3:15

«Без онтологии тоска берет за горло», – признались друг другу два философа в далеком уже советском 1974 году (Мамардашвили, Пятигорский, 1974). За психотерапевтическое горло берет другая тоска – без антропологии.

Сейчас так сильно выросло влияние психологической практики на культуру, так перегружена оказалась сама современная психология и психотерапия бесчисленными обломками всевозможных культур и культов,

¹ Впервые опубликовано под заглавием «На подступах к синергийной психотерапии: история упований» в МПЖ, 1997, № 2. Текст печатается в новой авторской редакции с дополнениями.

² Федор Ефимович **Василюк** – к.п.н., декан факультета психологического консультирования МГППУ, председатель редколлегии, основатель и первый главный редактор Московского психотерапевтического журнала.

что, быть может, главное наше профессиональное дело состоит сегодня в том, чтобы задавать себе метафизические вопросы: что есть человек? В чем его предназначение? В чем суть нашей профессии не как ремесла, но как призвания? Како веруем?

Психотерапия настолько сильна и влиятельна, что не может более позволить себе оставаться антропологически беспечной и не замечать, какой мощности энергии развязывает она, раскупоривая очередной «архетип» и выпуская из него засидевшихся джиннов в душевное и социальное пространство. Можно, конечно, отмахнуться от этой ответственности и укрыться за множеством готовых оправданий: к нашим услугам и новейший постмодернизм (для которого любая философская и аксиологическая идентичность – смешной анахронизм), и обветшалый позитивизм («мы исходим из фактов и отвечаем лишь за точность процедур»), и прагматизм общий («наш закон – польза заказчика») или медицинский («ради скорейшего избавления от симптомов хороши все средства»). Однако нам слишком хорошо известно из наблюдений за пациентами, как патогенны поиски алиби там, где нужно мужество принятия ответственности.

Кажется, наступает такой период развития отечественной психотерапии, когда главные дифференциации в ней будут проходить не по линиям методологии, теории и техники, а по философско-антропологическим водоразделам. Наступает и наступило уже время выбора, время философского самоопределения, когда каждый психолог и психотерапевт, всерьез относящийся к профессии, должен будет дать отчет в своем уповании.

* * *

Этот текст – как открытое письмо, он обращен ко всем коллегам-психотерапевтам, но внутренне адресован тем, кто сделал свой выбор в пользу христианской антропологии. Сам такой выбор автоматически не предопределяет, какой может стать христианская психотерапия, как выбор площадки для строительства дома, даже наилучшей, не заменит трудов по проектированию и строительству.

В среде отечественных психологов-христиан есть две крайности. В одном случае в существующих психотерапевтических школах обнаруживается уже состоявшаяся христианская психотерапия (см., например, *Занадворов*, 1994), и дело лишь за тем, чтобы объяснить adeptам психосинтеза, гештальттерапии и прочим, что они, сами того не ведая, давно говорят христианской прозой. В другом – психотерапия рассматривается на фоне неисчислимых духовных богатств, глубины, подлинности церковного опыта и объявляется пустым, ничтожным, а то и бесовским занятием. Тот, кто верит, что психотерапия может быть настоящим

духовным служением, оставаясь при этом и настоящей профессией, должен избрать третий путь – сохраняя трезвую и ясную духовную позицию, бережно и с уважением отнестись к исторически пройденному психотерапией пути, и как знать, не окажется ли она вопреки своему принципиальному секуляризму, а то и атеизму, в условиях современной культуры «детоводительницей»³ к христианской психотерапии.

Предмет данной статьи – история психотерапевтических упований. Поясню смысл термина. Когда врач лечит больного, он рассчитывает, что лечебные мероприятия вызовут ответный процесс в организме, который, собственно, и приведет пациента к здоровью. Учитель не думает, что его объяснения сами по себе произведут в голове у ученика знания, он рассчитывает на ответный процесс понимания. Так во всяком деле – ведь и скрипач убежден, что струна отзовется. Словом, организм ли, ум ли, инструмент ли развивают в ответ на усилия человека некий процесс, упование на который составляет необходимое внутреннее условие успешной человеческой деятельности. В психотерапии, в соответствии с этой логикой, «упованием» можно обозначить тот главный механизм, основной продуктивный процесс, который непосредственно обеспечивает достижение терапевтических целей.

В каждой психотерапевтической школе есть своя теория, метатеория, своя мифология, технология и другие элементы и плоскости, но сердцевина всего этого сложного состава – именно «упование». Если бы в одночасье исчезли все бесчисленные книги по психоанализу и упразднилось все разветвленное психоаналитическое знание, а осталось бы лишь его упование – идея об исцеляющей силе осознания, то по одной этой идее можно было бы восстановить всю теорию и технику психоанализа. Напротив, извлеки эту идею из психоанализа, и вся его грандиозная постройка рухнет, превратившись в безжизненную грудку лишенных смысла фактов. Пытаясь наметить основные вехи истории психотерапевтических упований, мы будем анализировать соответствующие механизмы и процессы не с теоретической или технической стороны, а со стороны философско-антропологической.

Осознание и внушаемость

Основной процесс, который, по представлению З.Фрейда, обеспечивает психотерапевтический эффект, – это осознание. Весь психоанализ есть борьба за то, чтобы «на место Оно стало Я». Эта постановка «Я» на место «Оно» состоит не столько в расширении сознания, как принято считать, сколько в расширении воли. То есть психотерапевтическое благо заключается, прежде всего, в том, что «Я» в результате анализа перестает

³ «Детоводительницей» по Христу называли греческую философию христианские богословы Климент Александрийский и св. Иустин Философ. – *Прим. ред.*

быть марионеткой, за ниточки которой дергает Оно, а само становится центром волений. Пусть желания по-прежнему исходят из «Оно», но «Я» избавляется от деспотии «Оно», тем более жестокой и разрушительной, что она осуществлялась негласно, с помощью подставных лиц. Психоанализ проливает свет разума на все эти закулисные махинации, разоблачает все замаскированные фигуры, обнажает все подпольно действовавшие силы, и «Я» может теперь сознательно и свободно принимать решения о том, какой из импульсов реализовать, а какому отказать в реализации. (В скобках замечу, что когда подходишь мыслью к этому торжественному моменту психоанализа, к этому венцу долгих и долгих психоаналитических усилий, то становится по-человечески жалко бедное «Я». Заговор разоблачен, маски сорваны, тайна раскрыта... Но ведь дальше нужно жить, а жить придется все с теми же подпольными фигурами, которые пытались обмануть «Я», обойти цензуру и заставить «Я» служить своим интересам. В этой открывшейся новой жизни, освещенной холодным психоаналитическим светом, «Я» придется добровольно сотрудничать с теми силами, которые еще так недавно они вместе с психоаналитиком преследовали и вот, наконец, приперли к стенке, – ведь других-то содержаний в сознании нет. Азарт и колорит детектива, погони, преследований, расшифровки тайнописи, скрытая страстность взаимоотношений в стане преследователей – все это так бесцветно и уныло заканчивается, так много в психоаналитическом знании печали и так мало чего-то ободряющего и окрыляющего, что более чем понятна взаимная тенденция и пациента, и аналитика длить и длить психоаналитический «сериал», добавляя серию за серией. Не в одной сложности душевных процессов и не в одной финансовой выгоде длительного лечения дело).

Итак, если главное следствие постановки «Я» на место «Оно» состоит в том, что «Я» превращается в субъекта воления, то процессом, который обеспечивает этот результат, является осознание. Вся надежда психоанализа в том, что удастся силой и хитростью добыть скрываемое в бессознательном знание и принудить пациента признать объективную правду о себе, осознать ее. В *признании*, конечно, явно звучит оттенок принудительности, но все оправдано, если только состоится акт осознания, если пациент примет новое истинное знание, как бы оно ни было ему неприятно. Знание целительно. **Осознание** и есть, следовательно, главное упование раннего психоанализа. З. Фрейд, который воспринимается широкой публикой как открыватель иррациональных глубин человеческой души, в действительности до мозга костей был рационалистом. Рациональному объяснению поддается все, даже, казалось бы, иррациональное и случайное: ошибки, обмолвки, сновидения. Фрейд – это апофеоз рационализма,

это полное воплощение знаменитого бэконовского девиза «знание – сила». Если и до Фрейда хорошо было известно, что «сон разума рождает чудовищ», то, может быть, именно Фрейд стал главным и, кажется, последним апостолом разума, беззаветно верившим в его чудодейственную силу, в то, что свет разума чудовищ если и не побеждает, то приручает.

Уже современные Фрейду психотерапевты далеко не всегда разделяли это глубинное упование Фрейда на разум и сознание. Но прежде, чем описывать упования, которые пришли на смену фрейдовским, стоит упомянуть главный механизм, на который рассчитывала в своей работе психотерапия до Фрейда, – та, которую можно назвать предисторией современной психотерапии. Это механизм *внушаемости*. Пациенту в ходе гипнотического сеанса внушалось поведение, которое он должен исполнять, или мысли, которые он должен думать, или состояния, которые он должен испытывать для его же собственного блага. Что есть благо для пациента, лучше знает врач, и что ему нужно делать, думать и чувствовать для того, чтобы достичь этого блага, тоже знает врач. Роль пациента состоит в том, чтобы максимально довериться врачу, подчиниться ему, и тогда он имеет все основания надеяться, что успех лечения будет обеспечен. Вот этот механизм доверчивости и внушаемости и есть то, на что может рассчитывать врач, психотерапевт в деле исцеления своих пациентов.

Фрейд совершил просветительскую революцию в психотерапии. Психоаналитическая антропология, несмотря на всю свою ущербность, по сравнению с антропологией старой суггестивной психотерапии была куда более человеческой. Фрейд привнес в психотерапевтический образ человека Знание и Свободу, свободу сознания. Пациенту не просто стало *позволено* узнавать в ходе лечения нечто о себе, его самопознание, осуществляемое с помощью аналитика, стало необходимым делом, от которого, в конечном счете, зависит весь успех лечения. Пациенту было также возвращено человеческое право самому решать, что есть для него благо, а что зло. Наконец, в психоанализе он перестает быть просто пассивным объектом лечения, а становится, пусть не равным, но все же партнером в осуществлении терапевтического процесса. По сравнению со следующими психотерапевтическими школами и направлениями психоанализ порой воспринимается как достаточно авторитарная и монологическая система, но на фоне доминировавшей до Фрейда суггестивной психотерапии он выглядит настоящим освободителем.

Спонтанность

Еще при жизни Фрейда стали происходить глубинные сдвиги в психотерапевтической антропологии. Заселяя открытый Фрейдом материк но-

вой психотерапии, колонисты стали открывать земли, очень не схожие с той, на которую высадился Фрейд. Пожалуй, наиболее радикальные отличия были обнаружены психодрамой Джекоба Морено. Сам способ и стиль жизни психодраматической провинции был дерзким вызовом психоаналитической метрополии. В самом деле, можно ли представить что-нибудь более радикально отличающееся от канонической психоаналитической кушетки, чем психодраматическая сцена, от замершего на кушетке одинокого пациента, чем играющий в окружении членов группы протагонист, от смотрящего в сторону нейтрального аналитика, чем активно управляющий процессом директор психодрамы? Эти и другие отличия столь очевидны, что здесь можно их опустить, сконцентрировавшись на важнейшем для нас. Психодрама вовсе не уповает на то, что пациент проникнет холодным рассудком в тайные глубины своей души, он уповает на творческую спонтанность, на то, что сами эти глубины, все человеческое существо хочет выплеснуться наружу в фантазии, игре, действии, и стоит только помочь этому процессу, как он своей мощной целительной стихией изольет в творческом спонтанном выражении все то, что наболело, что сдерживалось, откладывалось, хирело в человеке, и принесет тем самым ему не только избавление от страдания, но полноценное творческое самовыражение.

Если Зигмунд Фрейд открыл материк свободы для психотерапевтической антропологии и сам исследовал и использовал ту часть этого материка, которую можно назвать Свободой Сознания, то Джекоб Морено стал режиссер-губернатором республики Свобода Воли⁴. Разумеется, это не та сознательная, разумная и в то же время напряженная и скучная воля, которая ищет закон, необходимость и видит свою свободу в том, чтобы следовать этой необходимости и закону. Это, так сказать, вольная воля, анархическая, не спрашивающая ничьего позволения и не потому, что, как писал Лев Шестов, если спросишь – позволено ли, разумеется, не позволят, а потому, что самого такого вопроса в своей вольной природе она не имеет. Спонтанность – это первичная, как бы до различения добра и зла действующая воля, это творчество как первофеномен, созидающее бытие из ничто, рождающее начало, даже и не думающее спрашивать, что хорошо, а что плохо, что запрещено, а что позволено, просто рождающее и наслаждающееся самим этим процессом.

Когда в философской и психологической литературе обсуждается свобода воли, то общепринято различать разумную сознательную волю, с

⁴ Состояние спонтанности, писал Д. Морено, «порождается актом воли и появляется самотеком. Оно создается не сознательной волей, часто выступающей как преграда, а путем освобождения, которое является, фактически, свободным проявлением спонтанности (Морено, 2001, с. 64).

одной стороны, и произвол, с другой. В первом случае человек опирается на познание бытия, причем это не обязательно рациональное, рассудочное познание – это может быть интуитивное, опытное постижение бытия, мудрость, но так или иначе речь идет о том или другом роде знания, действуя в соответствии с которым, он обнаруживает и реализует свою подлинную человеческую свободу. Во втором случае человек действует, нарочито не считаясь с религиозными заповедями, установлениями общества и даже с законами природы, лишь на одном-единственном основании своего желания, каприза. «Хочу» – вот автор, инициатор и безответственный исполнитель акта произвола. При всей радикальной противоположности разумной воли и произвола их сближает то, что оба эти акта уже, так сказать, лишены невинности, наивности, непосредственности, они уже – плод борьбы высшего и низшего в человеке, разумного и неразумного, мудрого и глупого, только в одном случае победило высшее, а в другом – низшее, в одном – разумное, а в другом – безрассудное, в одном зрячее, но остывшее, в другом – горячее, но слепое. Произвол, желание, каприз не то, что не знают нормы, но нарочито не хотят знать. В отличие от них обоих спонтанность – это, повторим, «вольная воля», самодействующее бытие, биение самой жизни из глубочайших ее истоков и слоев, где не только не сорвано яблоко, но не посажено еще древо познания добра и зла. Спонтанность не знает закона, но и не знает греха, ее метафора – это ветер, который, как дух, веет, где хочет, по пути вращая мельницы, надувая паруса, срывая крыши, но не почему-то и не зачем-то, не «за» и не «против», а просто – так есть. Потому-то, когда приходится встречать человека, наделенного этим даром первичной свободы, человека не по выучке, не по подвигу и не по заслугам, а именно даром природным спонтанного, то просто чувствуешь, как рядом с ним легко дышится, как развеиваются сумрачные, угрюмые, тяжеловесные мысли, ограничения, предписания, каким легким становится шаг и дальним – взор. Такому человеку намного легче прощают причиненное им зло, чем иному натужному праведнику, силою воли выдавливающему из себя добро. Вот этой-то глубочайшей природой спонтанности и объясняются прежде всего терапевтические эффекты психодрамы, разумеется, в той мере, в которой она сама реализует свой исходный принцип, а не прибегает, как это в обычной эклектической практике сплошь и рядом бывает, к иным принципам и иным механизмам, тоже имеющим психотерапевтический потенциал.

Итак, если старая суггестивная психотерапия уповала на внушаемость, объединяющую в себе две несвободы, два рабства: согласие с тем, что «врач знает лучше», то есть послушание сознания, и подчинение ему в

поведении, то есть послушание воли, – то новая психотерапия начинает уповать на свободу сознания и свободу воли.

Научение

В послевоенный период развития психотерапии на историческую сцену выходят еще две теоретические «силы», и на знаменах каждой написано свое психотерапевтическое упование – речь о механизме научения в бихевиоральной терапии и процессе переживания в гуманистической психотерапии.

С историко-методологической точки зрения, бихевиоральная терапия (как и весь бихевиоризм в целом) разворачивает свое мышление и практику в поле категории действия (*Ярошевский, 1974*), и в этом отношении исторически «рифмуется» с психодрамой, но и только в этом. Бихевиоризм – методологический гибрид, соединяющий в себе упрощенный детерминизм классической психологии (то, что Д.Н.Узнадзе назвал «постулатом непосредственности») и современное видение предмета психологии (о различении «классической» и «современной» психологии см. *Василюк, 1986*). Механистическая методология и антропология бихевиоризма предопределила то, что бихевиоральная терапия по ряду оснований примыкает к старой, суггестивной психотерапии. А именно, «правильные», адаптивные реакции пациента, которые являются целью бихевиоральной терапии, не порождаются свободой и развитием самого человека, содержание и форма этих реакций привносятся извне, терапевтом. Отличие же от суггестивной терапии состоит в том, что правильные реакции «пересаживаются» из головы психотерапевта в поведение пациента не благодаря внушению, а благодаря специально организованному процессу научения. Теория условных рефлексов И.П.Павлова и радикальный бихевиоризм Б. Скиннера описали закономерности формирования новых рефлексов в зависимости от условий подкрепления. Эти закономерности составили научную базу для развития методов бихевиоральной терапии.

Разумеется, этими механистическими по своей методологии версиями не исчерпываются ни представления бихевиоральных исследований о научении, ни использование механизмов научения в психотерапии. В необихевиоризме, теории социального научения, в различных версиях когнитивно-бихевиоральной психотерапии (*Бандура, 2000; Eysenck, 1960; Beck et al., 1979; Wolpe, 1982; Ellis, 1989*) была введена более развитая исследовательская методология (в частности, идеи А.Бандуры о «реципрокном детерминизме», преодолевающем механистический детерминизм радикальных бихевиоральных концепций). Но при всех отличиях психологических теорий и терапевтических методов в рамках когнитивно-бихевиоральной

терапии терапевтические отношения мыслятся главным образом по образцу отношений «ученик – учитель» (Dryden, Ellis, 1986), а основным процессом, благодаря которому достигаются терапевтические результаты, считается научение. Так было с самого начала, когда «в основополагающей статье, появившейся в 1959 г., Айзенк определил поведенческую терапию как применение современной теории научения к лечению поведенческих и эмоциональных расстройств» (Вильсон, 2000), так остается и сейчас. Таким образом, *научение* является психотерапевтическим упованием всего комплекса когнитивно-бихевиоральных подходов в психотерапии.

Переживание

Еще один радикальный сдвиг в психотерапевтических упованиях происходит к 1960-м годам – времени оформления гуманистической психотерапии, и он становится определяющим во всем психотерапевтическом мире. В своей клинической практике психотерапевты все более начинают надеяться на переживание пациента. Независимо от того, прорабатывается ли эта категория в той или другой психотерапевтической школе так же явно, как в гештальттерапии или в клиенто-центрированной терапии Карла Роджерса, практически всюду складываются разные варианты единого представления о переживании как особом внутреннем жизненном процессе, захватывающем эмоции человека, его ум, воображение, волю, вовлекающем в свой поток, кроме душевных, и телесные функции. Именно этот процесс переживания, по новым воззрениям, и обеспечивает, в конечном итоге, терапевтический эффект.

Если попытаться, не фиксируясь на той или другой теории, прямо развивающей представление о переживании (Gendlin, 1962; Василюк, 1984), создать нечто вроде гальтоновской фотографии⁵ этой категории, фиксирующей только общие, семейные ее черты и стирающей индивидуальные различия, то мы увидим вот что. Это процесс, во-первых, тотальный, то есть охватывающий, как только что было сказано, ум, чувства, воображение, телесные реакции – словом, всего человека. Во-вторых, субъективный – в том смысле, что человек непосредственно ощущает его, внутренне живет им, не отделяет его от себя и чувствует его как реальность, которая удостоверяет самое себя, является самосвидетельствующим бытием, не нуждающимся ни в каких внешних подтверждениях и не приемлющим никаких внешних опровержений. Слово, обращенное к переживающему человеку, которое не учитывает феноменологической самоочевидности его переживания и пытается разуверить, разубедить,

⁵ Ф.Гальтон методом наложения фотографий членов семьи пытался выделить их общие, родовые черты. – *Прим. ред.*

успеха не имеет, оно кажется оскорбительным в своем недоверии и отторгается, независимо от того, что вызвано оно может быть самыми благими намерениями. В-третьих, непроизвольный, в том смысле, что субъект не предписывает себе что-то переживать или не переживать, этот процесс разворачивается в нем и захватывает его сознание без предшествующих намерений и целеполаганий. В-четвертых, продуктивный. Переживание способно совершить переворот в человеческих представлениях, взглядах, установках, вкусах, позициях, во всем том, что человек не может изменить с помощью напряжений сознания и усилий воли. Если человека постигла утрата, то тщетно окружающие и он сам будут объяснять ему ее неизбежность и закономерность. И тщетно будет он стараться усилием воли взять себя в руки – он должен будет пройти через мучительный процесс переживания, должен будет дать совершиться в своей душе работе переживания и только тогда сможет заново ощутить осмысленность и полноту жизни.

Эти особенности процесса переживания, по мере того, как он становился главным упованием психотерапии, определили формирование совершенно нового стиля психотерапевтической работы⁶. Складываются соответствующие описанным чертам переживания новые психотерапевтические методы и принципы. Чтобы их описать в обобщенном виде, затушевывая немалые различия различных терапевтических школ, тоже не обойтись без гальтоновской фотографии.

Новейшая психотерапия в соответствии с тотальным характером процесса переживания все в большей степени требует от терапевта широкого сознания и полимодальной наблюдательности. От его внимания не ускользнет ни неприметный вздох, ни сновидение, ни поворот головы, ни перемена в отношениях с близкими, ни даже случайные события, абсолютно невольным свидетелем или участником которых стал пациент. Эти случайные, казалось бы, события в «канале мира» (Минделл, 1993) являются такими же важными симптомами и, главное, исполнителями его тотального процесса переживания, как случайные обмолвки в психоанализе являются знаками проговорившегося бессознательного.

Однако психотерапевтическим ответом на тотальность процесса переживания является не только изоощренная наблюдательность и «расширенное» сознание психотерапевта, но совершенно иной по сравнению с прежними психотерапевтическими эпохами способ личностной включен-

⁶ Конечно же, дело обстоит не так, что психологи изучили процесс переживания и уж вслед за этими исследованиями и в соответствии с ними началось преобразование методов терапевтической практики. Психотехническое познание развивается по другим законам (см. Пузырей, 1986; Василюк, 1992).

ности терапевта в психотерапевтический процесс. Не зря психотерапия Карла Роджерса, названная сначала «*индирективной*», а затем «*клиенто-центрированной*», получила в конечном счете наименование «*личностно-центрированной*». Это итоговое имя выражает убеждение одного из лидеров новейшей психотерапии, что целостное вовлечение личности самого психотерапевта в терапевтический процесс является не вынужденной уступкой неустранимой реальности трансферентных отношений, а самоценным ядром психотерапии, без которого не возможны подлинные и благие изменения в личности пациента. Вся радикальность этого переворота в должной степени еще не оценена теорией и философией психотерапии, этой оценке мешают вполне понятные внутренние тенденции, заставляющие психотерапевтов и теоретически, и методологически, и идеологически (Варга, 1994) бороться за то, чтобы ни в коем случае не взять на себя избыточной личной ответственности за терапевтический процесс и особенно за изменения в личности, жизни и судьбе пациента.

Не вдаваясь в подробное обсуждение этой темы, лишь зафиксируем попутно имеющуюся здесь проблему. Спору нет, психотерапевт, как и любой человек, не должен брать на себя больше, чем он может понести. Нет спору и в том, что вредно потакать инфантильным тенденциям пациентов, стремящихся порой переложить ответственность за свою жизнь на терапевта, – это азбука. Если бы дело ограничивалось этими азбучными истинами, то откуда бы взяться тому пылу, с которым психотерапевты иногда бросаются отстаивать свое право и даже обязанность оставаться личностью с ограниченной ответственностью, и в то же время долг пациента – становиться личностью с безграничной ответственностью за все плоды и следствия участия в психотерапевтической работе. Пыл этот, кажется, связан вовсе не с теоретическими воззрениями и не с прагматической целесообразностью, он как-то связан с собственной личной, духовной жизнью психотерапевта, с тем, где и как он проводит границы своей ограниченной ответственности и перед чем или перед кем он по своей совести эту ответственность несет, перед кем он держит ответ.

Субъективности процесса переживания в новейшей психотерапии соответствует принцип феноменологического доверия (см. Роджерс, 2002). Это готовность принимать свидетельства субъективного опыта пациента в их *таковости*, не как знак чего-то иного, что должно быть дешифровано и упразднено, а как самодостаточную реальность, которая может рассчитывать на уважение и доверие. Речь, конечно, не о наивной вере психотерапевта в то, что соседи пациента-психотика в самом деле выстроили гиперболоид и по ночам облучают его через стенку, а о том, чтобы принимать за реальность испытываемый человеком ужас и сопереживать этому чувству,

не менее страшному от того, что домовый комитет может поручиться за добропорядочность, а то и за отсутствие соседей за стенкой. Наконец, непроизвольности переживания и его продуктивности соответствует такая стратегическая установка новейшей психотерапии, как следование за процессом. Если психотерапевт убежден, что подлинные и плодотворные изменения сознания и личности пациента обеспечиваются продуктивной работой процесса переживания, то он должен превратиться в такого же *послушного* в буквальном смысле слова участника психотерапевтического процесса, как послушен поэт, ничего не выдумывающий, а именно всем напряжением своего существа вникающий сквозь шумы случайностей и произвольностей в реальнейшую истину звучащей стихотворной мелодии, как послушен саморазвертывающемуся сюжету романиста, которого сплошь и рядом удивляют его герои, как послушен даже – по парадоксальной мысли Осипа Мандельштама (1987) – дирижер оркестру.

Коммуникация

Кроме переживания, еще одна категория человеческого бытия стала в новейшей психотерапии фокусом теоретических построений и замечательных психотехнических находок. Речь о категории коммуникации. Конечно, можно заново переинтерпретировать всю историю психотерапии в ее главных узловых моментах с коммуникативной точки зрения, представив ее как ряд изменений в способах построения терапевтического диалога между пациентом и терапевтом. Такая интерпретация истории была бы продуктивна, а потому справедлива, но, тем не менее, только в послевоенной психотерапии сама эта диалогическая парадигма начинает занимать все более доминирующую позицию, постепенно распространяясь с области психотерапевтических отношений и взаимодействия между терапевтом и пациентом, то есть с области, принадлежащей коммуникативным воззрениям как бы по естественному праву, на другие области и аспекты психотерапии. Она заявляет свои притязания на то, чтобы именно ей был предоставлен заказ на формирование психотерапевтических представлений, даже о таких, как раньше казалось, вполне «монологических» вещах, как личность пациента, причины душевных расстройств и результаты терапевтического процесса.

Творческий потенциал этой парадигмы, как выяснилось, оказался настолько велик, что превзошел все самые смелые ожидания. Она дала такие изящные, яркие и убедительные теории и позволила развить такую эффективную технологию психотерапевтической работы, что к 80-м годам стало складываться впечатление, что психотерапия может все, что она может творить чудеса не только в своей исконной вотчине – клинике

неврозов, но и в других, самых горячих точках современной социальной жизни, где, казалось бы, уже никто и ничто не может помочь. Психотерапия, это последнее дитя европейской культуры XIX века, вошла в пору своего цветения и с легкостью гения стала браться за разнообразнейшие проблемы: от примирения десятилетиями враждующих общин и наций (например, Карл Роджерс в ЮАР) до лечения рака, от создания сверхэффективных методов обучения до помощи коматозным больным и больным с многолетним глубоким шизофреническим дефектом, к которым традиционный медицинский персонал давно уже привык относиться как к муляжам с работающими физиологическими системами.

Особенностью этого звездного периода новейшей психотерапии, сделавшего слово «невозможно» редким анахронизмом, явилось то, что все эти чудеса творились не тремя-четырьмя психотерапевтическими небожителями, успех которых всегда можно было «объяснить» наиболее убедительнейшей апелляцией к имени: «Так это же Вирджиния Сатир (Карл Роджерс, Фриц Перлз)!», а многими и многими уже не обязательно отмеченными особой харизмой, но всего лишь способными мастерами, успешно освоившими и творчески развившими опыт своих гениальных учителей. Например, столь популярное у нас до недавнего времени нейролингвистическое программирование представляет собой по исходному замыслу попытку поставить на конвейер производство психотерапевтических гениев за счет того, что взятые из работы великих харизматических мастеров вытяжки⁷ эффективных коммуникативных терапевтических стратегий впрыскивались в рядовые головы (а то и в спинной мозг) психотерапевтических новобранцев. Эксперимент этот, можно сказать, удался, с той только оговоркой, что вместо гениев конвейер этот исправно выпекал и выпекает психотерапевтических бройлеров, вполне мускулистых и жизнерадостных, хоть и отмеченных каким-то клеймом диетичности и безликости по неистребимому закону природы, сопровождающему все, в чем тайна и таинство заменены на рассудок и механизм.

Мы не можем останавливаться здесь на критическом анализе нейролингвистического программирования, хотя спокойный, трезвый и систематический анализ этого феномена остро необходим нашему терапевтическому сообществу. Однако с каким бы пренебрежением или восторгом мы не относились к нейролингвистическому программированию, нужно признать за исторический факт то, что именно эта психотерапевтическая школа создала предпосылки для превращения психотерапии в массовую профессию. Такое превращение – важнейшее событие в нашей профес-

⁷ Метафора В.Н. Цапкина (в личной беседе).

сии, от которого зависит ее судьба. Количество профессионалов в той или другой области – значимый исторический фактор независимо от их качества. (По душе нам или нет, что справочник Союза писателей по своей толщине если не достигает «Войны и мира», то вполне конкурирует с «Бесами», в то время как Писателей едва ли стало больше, чем во времена, когда зарождалась психотерапия, но для множества людей, от читателей до издателей, это количество является значимым, серьезным фактом, без знания которого понимание так называемого литературного процесса было бы по меньшей мере неполным.) И вот этой новейшей особенностью своего профессионального облика – массовостью – психотерапия обязана во многом именно коммуникативной парадигме, которую создавали НЛП Р.Бандлер и Дж.Гриндер, ученики Грегори Бейтсона, применили к методологическому анализу терапевтического процесса.

Конечно, коммуникативным стилем мышления блестяще владел уже Зигмунд Фрейд. Большинство его метафор, и даже такие важнейшие для психоанализа категории, как «Я», Цензура и др., имеют явно коммуникативную природу. Это стало понятно еще в ранних бахтинских анализах фрейдизма (Волошинов, 1927), однако именно в парадигматическую категорию психотерапии коммуникация превращается постепенно, достигая полной мощи в методологических изысканиях Грегори Бейтсона и лингвистическом психоанализе Жака Лакана.

Коммуникативная парадигма, повторим, начинает формировать не только представления о процессе взаимодействия пациента и терапевта, что более чем естественно, но и понимание природы личности, причин психопатологии и даже результатов психотерапевтического процесса. Что касается представлений о человеческой личности, то она начинает рассматриваться как сплошь состоящая из «диалога голосов», как полифония, как «словшество» (Ж. Лакан), то есть такое существо, сами «клетки» которого есть по природе – слова, а интимнейшие обменные процессы – речь, обмен словами, диалог. Насколько распространенным и продуктивным диалогическое понимание личности оказалось в психотерапии, показывает замечательная работа В.Н. Цапкина «Личность как группа – группа как личность» (1994). Наиболее наглядным примером коммуникативного понимания этиологии некоторых психических расстройств является представление о «двойном узле» (Бейтсон, Джексон, Хейли и др., 1993), с помощью которого «шизофреногенная мать» формирует шизофренические структуры у своего ребенка.

Столь же ярким примером коммуникативного представления о результате психотерапии является знаменитая формула Жака Лакана, по которой «субъект начинает анализ с того, что он говорит о себе, но обращается

при этом не к вам, или он обращается к вам, но говорит не о себе. Если он способен говорить о себе и обращаться при этом к вам, значит, анализ завершен» (*Lacans*, 1966, р. 261). Эта формула звучит чрезмерно парадоксально только вследствие трудноискоренимой натуралистической привычки мыслить все, а уж в особенности такие серьезные вещи, как результат лечения, в терминах объективных и объектных. Однако по своей глубине и точности эта формула смело может быть причислена к золотому фонду психотерапевтической мысли. Значение этой краткой и емкой формулы трудно переоценить. Как маленькая железнодорожная стрелка, она отправляет на свалку эшелоны путаницы и глупости, которые накопились и продолжают производиться на солидном предприятии под названием «Научные Исследования Эффективности Психотерапии», освобождая путь для теоретически плодотворного и практически удобного решения этой проблемы. Искать его нужно не в старом тупике, где трудоемкими усилиями с помощью новейших компьютеров и изощренных статистических программ добывается нелепый с психотерапевтической точки зрения материал только потому, что он так желателен для страховых касс и ответственных за психотерапию чиновников, требующих «объективных критериев» в деле, вся суть которого, вся объективность которого – субъективна. Решение этой проблемы, как открывает нам формула Ж. Лакана, находится совсем в другом горизонте, не там, где мы тщимся помимо личности и сознания пациента определить, что в нем было до и что есть после курса психотерапии, а там, где мы сами являемся участниками и фигурами его речи, его человеческого слова о самом себе. Раздражение чиновников, которым по долгу службы нужно, чтобы сошлись все нули, вполне понятно, так же, как понятно и негодование «чистых ученых», воспринимающих отсутствие ясных, однозначных, объективно фиксируемых результатов психотерапии как недомыслие или шарлатанство. Но любому непредвзятому человеку, даже несведущему в психотерапии, но по роду ли занятий или по личному опыту знающему всю мощь человеческого слова, которое способно передвигать горы, оживлять мертвых, равно как и, увы, убивать живых, мысль, что об успехе психотерапии можно (и нужно!) судить по тому, как сам пациент стал способен говорить о себе и о своих проблемах, покажется убедительной и верной.

Подытоживая рассуждение о диалогической парадигме, можно сказать, что она создала не просто новое «упование», а как бы изнутри преобразила саму эту категорию упования. Под «упованием» мы до сих пор имели в виду тот процесс на полюсе пациента, стимулируя, вызывая, фасилитируя который, психотерапевт мог рассчитывать на достижение психотерапевтических результатов; но с воцарением диалогической парадиг-

мы само это представление о двух отдельных, хоть и взаимопереплетенных процессах – процессе психотерапевтического воздействия и некоем продуктивном психическом процессе в самом пациенте – претерпевает изменения. Психотерапевтический процесс начинает мыслиться не как взаимодействие, сочетание, связь двух букв, например, «м» и «ы», а как жизнь целостного слова «мы», которое не разлагается на части без потери смысла. Когда Милтон Эриксон (1995) обещает пациенту: «Мой голос будет с вами», – он тем самым лишь явно выговаривает то, что реально происходит не только в эриксоновской терапии, но и в любой другой. Психотерапия не влияет на сознание пациента так, чтобы мы отдельно могли каким-то образом зафиксировать психотерапию, отдельно сознание, и оценить, как сознание изменилось после психотерапии. Психотерапия и сознание взаимно опосредуют друг друга, соединяются своими кровеносными системами так, что никакой «психотерапии» после встречи с этим пациентом не существует, а существует только реальный психотерапевтический случай именно с этим пациентом. Равно как и не существует никакого «сознания пациента» после психотерапии. Коль скоро психотерапия состоялась (в том смысле, в котором можно сказать, состоялась ли Поэзия в этом стихотворении), сознание пациента вобрало в себя голос, личность, мысль – словом, дух совершившейся психотерапии.

Конечно, и внутри самой диалогической парадигмы неизбежны эксцессы натуралистического мышления и адекватного ему механического действователя, и тогда упование психотерапии вновь начинает растягиваться по отдельным полюсам. Тогда на полюсе пациента обнаруживается «внутренний диалог», организация, стимулирование и усовершенствование которого и мыслится, собственно, как процесс, обеспечивающий психотерапевтический результат. На другом полюсе, который может быть представлен радикальными адептами НЛП, упование вообще перетягивается на действия терапевта, так что любой неуспех терапии квалифицируется просто как неумение или ошибка психотерапевта. Тем самым неявно утверждается предельная вера в технологию, которая, нивелируя сразу две личности и терапевта, и пациента, объявляется принципиально самодостаточной и стопроцентно гарантирующей успех, если соблюдены все операциональные инструкции. Разговоры о каких-то тайнах и глубинах личности психотерапевта и личности пациента, которые могут вопреки технологии сказать свое последнее слово, иронически объявляются с позиций радикального коммуникативного техницизма нелепым оправданием собственной неумелости, равносильным ссылкам механика, неспособного отремонтировать автомобиль, на «капризы» двигателя (Бандлер, Гриндер, 1995).

Если попытаться бросить общий взор на все эти исторически сменяющие друг друга психотерапевтические упования, то мы заметим, что при появлении каждого следующего предыдущие вовсе не выходят из обращения в мире психотерапии. Среди пестрых флагов психотерапевтических школ до сих пор можно встретить такие, которые несут на себе те же самые девизы, которые были начертаны на знаменах раннего психоанализа или психодрамы. Появляются и системы, дающие новые версии старых упований. Так, например, когнитивная психотерапия при всей ее чуждости психоанализу в известном смысле является дериватом психоаналитического упования на процесс осознания, возлагая надежду в своей практике на то, что осознание «автоматических мыслей» и разного рода «предрассудков» может восстановить адекватное мышление пациента.

Сейчас наблюдается все более заметная эклектическая тенденция. Различные психотерапевтические школы, сохраняя номинальную организационную обособленность и держась институциональных барьеров, сближаются по своему составу, технике и теории, многое заимствуя, а многое открывая независимо друг от друга. Эта эклектическая тенденция касается и того параметра организма терапевтической школы, который мы назвали «упованием». Многие направления, претерпевшие особенно бурное развитие в последние десятилетия, одновременно опираются сразу на несколько упований. Например, эриксоновская гипнотерапия достигает блестящих психотерапевтических результатов за счет комбинирования двух из проанализированных упований – внушаемости и переживания. Индирективный гипноз М. Эриксона создает такое состояние сознания пациента, в котором интенсифицируются, буквально расцветают внутренние процессы продуктивного переживания пациента. Вводимые психотерапевтом в виде метафор, притч или анекдотов терапевтические установки и образы релевантны этому живому процессу переживания, опосредуют его и именно поэтому оказываются настолько действенными в отличие от прямолинейных внушений старой, дофрейдовской суггестивной психотерапии, молчаливым условием которой являлся отказ пациента от своего знания, своей воли и своих чувств, словом, в известном смысле отказ от своей личности. Новая индирективная гипнотерапия как раз создает благоприятнейшую среду обитания для переживания пациента, то есть для того внутреннего интимного личностного процесса, по которому человек понимает, что это именно *он* живет. Эриксоновская гипнотерапия открыла методы внушения, обходящиеся без порабощения личности пациента.

Хотя эклектические и интегративные тенденции порождают все новые сложные комбинации и создают все новые варианты психотерапевтического искусства, наряду с ними продолжают производиться и древние, примитивные формы, которые, казалось бы, давно должны были стать уделом психотерапевтической палеонтологии. Более того, по своей жизнестойкости и массовости они не только не уступают более развитым и тонко организованным психотерапевтическим организмам, но порой начинают захлестывать и покрывать собою всю ту область, которая в сознании широкой общественности ассоциируется со словом «психотерапия». Самым наглядным примером этого рода может служить грандиозная империя кодирования, зародившаяся в захолустной Феодосии и покрывшая собой все пространства бывшего Союза. Такая скорость распространения этой примитивной формы психотерапии, такие финансовые обороты, которые, собственно, и привлекают из числа врачей и психологов все новых и новых рекрутов, являются чрезвычайно интересным материалом для социологического и социально-психологического анализа сознания современного постсоветского обывателя. Мы же с точки зрения проблемы упований психотерапии должны отметить, что так называемый метод кодирования является рецидивом самого старого из психотерапевтических упований – внушаемости.

* * *

Существует ли какая-то внутренняя логика в смене психотерапевтических упований? Хотя история психотерапии не может быть описана как линейный прогрессивный процесс, тем не менее можно усмотреть общую тенденцию, проступающую за сменой психотерапевтических вех. Если отвлечься от всех частных деталей, подробностей, боковых ответвлений, возвратов конкретного исторического процесса, то главная линия, вокруг которой нервно пляшет стрелка исторического компаса психотерапии, ведет от раба к личности. Пример кодирования в наиболее выпуклой и грубой форме выявляет внутреннюю подоплеку, стоящую за голым принципом внушаемости. Это искушение рабством, соблазн вещиности.

В человеке есть стремление к рабству, желание отказаться от ежедневных усилий самому быть человеком и другого воспринимать как личность. Человечность существования «берется силою», начиная от вертикального положения тела, требующего непрерывного волевого усилия, и заканчивая молитвой, собеседованием с Богом. Но так часто нам хочется отдаться лени, отказаться от человеческого призвания, сесть, а лучше – лечь, расслабиться, прикрыть глаза, так часто хочется как-нибудь механически закрепить достигнутый ценой прежних усилий успех, чтобы наш

статус или опыт, знания или звания, знакомства или привычки, наконец, потрудились бы за нас. Так удобно бывает другого воспринимать как роль, функцию, болезнь, характер, должность, типаж и т.д., а не как личность. Если эта тенденция «бегства от свободы», бегства от личностного бытия является общераспространенной человеческой слабостью, то в клинике алкоголизма и наркоманий (почти полностью оккупированной в 90-х годах методом кодирования) эта тенденция особенно сильна. Волевое снижение является одним из важнейших симптомов токсикоманического уплощения личности. Именно эту тенденцию эксплуатирует метод кодирования. Больному алкоголизмом, уставшему или нежелающему бороться со своим пристрастием, так дорога мысль, что в этом лечении он может себе позволить превратиться просто в вещь, которой по своей воле будет манипулировать врач, что он готов на все, лишь бы дело обошлось без его личностных усилий, без его человеческого участия, без его свободы. Стоит вспомнить о том, что раб – это, собственно говоря, вещь, так что по-латыни они даже именуются одним словом «res».

Именно этому полюсу раба и вещи противостоит историческая тенденция психотерапии. Подчеркнем: речь не только и не столько об изменении воззрений на человека в психотерапевтической теории, сколько о реальном осуществлении в психотерапевтической практике такого типа отношений, которые предполагают актуализацию в пациенте большей или меньшей степени рабства или свободы. Адепт метода кодирования на досуге вполне может думать, что человек рожден для свободы, как птица для полета, но самым своим практическим действием он ставит своего пациента в такие обстоятельства, в которых существующее в нем стремление к рабству начинает развиваться, усиливаться, получая свое идеологическое оправдание и социальное подкрепление.

Не отворачиваясь от всех изъянов и пороков современной психотерапии, надо отдать ей должное в том, что она не идет, как правило, по пути наименьшего сопротивления, не пользуется тем, что пациент «сам обманываться рад», а ожидает и требует от него свободы и правды. Сами представления современной психотерапии о свободе, истине и личности часто ущербны и ограничены, но в меру своего разума она призывает их к бытию. Психотерапия помогает человеку совершить усилие, чтобы увидеть тягостную правду о самом себе, совершить усилие, чтобы выйти за пределы невротической склонности бездумно подчиняться ожиданиям других людей или социальной группы, ожиданиям, не считающимся с реальным предназначением этого человека. Психотерапия, наконец, дает ему возможность выговорить правду своих чувств, которая тщательно скрывалась от окружающих и от самого себя. Психотерапия повсюду борется против фарисейской

нормативности, и хотя при этом ее и заносит нередко в аморализм, но оправдание ей можно искать в том, что она ни на минуту не хочет оставить реальность душевной жизни, истину души, ибо верно чувствует, что между истинной, свободой и личностью есть интимная и неразрывная связь.

Когда пытаешься сквозь разноголосицу сменяющих друг друга психотерапевтических школ вслушаться в сокровенный смысл истории психотерапии, то начинает явственно проступать та предельная ценность, которой призвана служить психотерапия. Каждая профессия оправдывается, в конечном итоге, какой-то высшей ценностью, и в отношении этой ценности должна прежде всего ориентироваться. Юриспруденция служит справедливости, наука – истине, искусство – красоте. Все они технически и фактически могут служить и другому: юридическое знание можно использовать для оправдания виновного и обвинения невинного, наука может обслуживать войну и систему политического тоталитаризма, искусство может с успехом использоваться в коммерческих целях (реклама, например). Так и психотерапия может служить (и фактически служит) и здоровью, и бизнесу, и той же рекламе, но высшая, предельная ее ценность несводима к этим ограниченным целям и задачам и невыводима из них. Герой одной сказки, которого соблазняют продать волшебную дудочку, отвечает, что она не продажная, а заветная. Имея в виду это замечательное различие продажного и заветного, можно сказать, что психотерапия может делать и делает многое на продажу, выживая, как ей кажется, за счет этого «реализма» и «адаптированности», но в действительности *живет* она и оправдывается своей заветной, предельной ценностью. Имя ей – свобода личности. Речь, конечно, не о правах, а о **внутренней свободе личности** – свободе воли, сознания, совести, чувства.

Что дальше? – Творчество и молитва

Итак, свобода личности есть та аксиологическая вершина, к которой устремлен суммарный вектор истории психотерапии. Общая идея свободы как предельной ценности психотерапии нуждается, конечно, в систематической методологической, научной и технической проработке, однако потребность понять, как дальше пойдут магистральные пути развития психотерапии, побуждает, не дожидаясь результатов последовательного концептуального продумывания этой идеи, попытаться заглянуть в будущее с помощью живого примера, образа, символа свободы.

Ценности раскрывают свой подлинный смысл не в абстрактной форме, а в форме воплощенности в конкретном человеке, его жизни и целостном облике. Ценностная категория святости осталась бы пустой абстракцией без Сергия Радонежского или Франциска Ассизского. Для ценности «внутренней свободы личности» в русской культуре не найти более пол-

ного и совершенного воплощения, более убедительного образца, чем Пушкин. Но почему он? Что более всего вызывает это вдохновляющее чувство свободы, когда читаешь Пушкина или о Пушкине – юношеские безумства? независимость перед лицом власти? политическое свободолюбие? увлеченность цыганской вольностью? Нет, это все вторично. Первое же и главное – свобода слова. Свобода личности осуществилась в Пушкине, прежде всего, глубже всего и сильнее всего в свободе слова. Пушкин мог сказать обо всем, всё, всем и от всей полноты существа. Такую свободу никто не может дать человеку, но никто не способен и отнять ее. Такая свобода слова – это не внешнее позволение говорить, а способ экзистенциального дыхания, способность *сметь* говорить вопреки всем внешним и внутренним запретам и способность *уметь* говорить вопреки стихии косности. Слово становится при этом творческим актом осуществления полноты жизни человека, а не только делом литературного творчества.

Но не того же ли хочет в пределе психотерапия, не в этом ли ее заветная мечта? Вдумаемся еще раз в лакановскую формулу, по которой анализ начинается с того, что пациент говорит не о себе и обращается при этом не к вам, а завершается тогда, когда пациент оказывается способен говорить о себе и обращаться при этом к вам. Она выражает не только коммуникативный критерий эффективности психотерапии, но и антропологический идеал. То, что пациент в ходе психотерапии обрел и проявил свободу слова, сумел вобрать в свое слово свою экзистенцию, смог выразить себя в доступной полноте другому (психотерапевту) – замечательный факт, говорящий об успехе психотерапии, но неизмеримо важнее в этом факте свидетельство, что произошло не просто изменение способа функционирования пациента, а совершилось изменение самого существа человека, его способа бытия. Психотерапия, может быть, по-настоящему только к этому и стремится – открыть в человеке способность *суметь и сметь сказать себя*. Свобода слова приобретает при этом онтологическое звучание, требующее вспомнить, что человеческое слово есть глубочайший витальный акт, обладающий преображающими энергиями. В глубоком и открытом высказывании себя человек не просто душевно укрепляется, исцеляется и обретает осмысленность существования, он изменяется в своем онтологическом ядре, вечное в нем, детерминированное вещными же стихиями, преображается в словесное, в логос, в смысл. И человек все больше становится тем, чем он и призван быть, – существом-словом, «словшеством» (Ж. Лакан).

В этом «*суметь и сметь сказать себя*», в этой внутренней свободе слова как предельной ценности психотерапии сконденсированы все упо-

вания, на которые она возлагала надежду в разных школах и направлениях в разные исторические периоды. «Суметь и сметь сказать себя» это значит и довериться себя другому, это значит и осознать свои глубины, скрытые от поверхностного взора, это значит и творчески выявить в спонтанном проявлении свою глубину, это значит понять, принять и выразить свое переживание, это значит войти в свободный диалог с другим. Свобода слова в психотерапии – это синтез доверия, свободы сознания, свободы воли, творческого переживания и диалога.

Но если *свобода слова* как интегральный символ *внутренней свободы личности* оказывается ценностной доминантой всего исторического развития психотерапии, то психотерапия должна по-новому взглянуть на самое себя, заново переосмыслить себя как культурную практику. Для этого стоит оглянуться вокруг и задаться вопросом, где еще, в каких сферах культуры свободное слово является центральным, жизненно существенным и незаменимым актом? Ответ очевиден – в поэзии и молитве.

Это сопоставление позволяет сформулировать прогностическую гипотезу: логика исторического развития психотерапии должна выдвинуть на первый план, в ряд главных психотерапевтических упований две категории: творчества⁸ и молитвы. *Именно категории творчества и молитвы станут точками роста психотерапии, центрами кристаллизации принципиальных теоретических и методических инноваций.* В связи с этим в наступившем столетии должны смениться культурные ориентиры психотерапии. Если при своем появлении на свет она ориентировалась на медицину как особый тип культурной практики, то теперь, согласно выдвигаемой гипотезе, такими образцами для психотерапии все больше будут выступать искусство и аскетика⁹. Что касается первого упования, творчества, то примеры психотерапевтических систем, сделавших творчество краеугольным камнем своего метода, уже имеются. Из отечественных можно назвать «Терапию творческим самовыражением» М.Е. Бурно (1989, 2003) и «Маскотерапию» Г.М. Назлояна (2001). Бурное развитие различных направлений арттерапии также находится в этом историческом русле. Здесь только требуется точная расстановка методологических акцентов. Психотерапия тогда вполне сможет реализовать и воплотить прин-

⁸ Ибо «поэзия» по изначальному смыслу греческого слова и по глубинной сути дела и есть «творчество».

⁹ Заметим, что сама аскетика понимается в христианстве как искусство самостроительства личности. «...Аскетика как деятельность...», – пишет свящ. Павел Флоренский (1990, с. 99), – святые отцы называли не наукою и даже не нравственной работою, а искусством, – художеством, мало того, искусством и художеством по преимуществу, – "искусством из искусств", "художеством из художеств"».

цип творчества, когда это будет не просто вторичное использование различных искусств в психотерапии (как это чаще всего случается во многих арттерапевтических подходах), а когда она сама станет искусством, вбирающим в себя и синтезирующим в себе, если потребуется, другие искусства. Время от времени возобновляющиеся споры о том, является ли психотерапия «наукой» или «искусством», беспочвенны. Такая отнесенность – не предмет гаданий о якобы существующей данности, а вызов, задание, которое может быть осуществлено или не осуществлено. Психотерапия *может становиться* искусством¹⁰.

Второе магистральное направление будущего развития психотерапии, по обсуждаемой гипотезе, связано с категорией молитвы. Хотя опыты создания психотерапевтических методов, ставящих в центр своих построений молитву, также уже существуют (см., напр., *Rose, 2002*), но этот факт не отменяет принципиального вопроса о том, может ли вообще психотерапия включать в горизонт своей теории и своего метода категорию молитвы, не разрушает ли она тем самым базовые условия своего существования, конституирующие психотерапию как самобытный культурный институт? В более общей форме это вопрос о том, нет ли радикального, неустранимого противоречия между психотерапией и религией, в частности между психотерапией и христианством? Речь именно о принципиальных отношениях, потому что на эмпирической поверхности, где для взаимных оценок выбираются случайные (хотя и распространенные) проявления, существует как огромное количество взаимных претензий и осуждений, так и немалое число примеров не критических «братаний» и нездоровых симбиотических слияний. При рассмотрении этого вопроса со стороны психотерапии его следует переформулировать таким образом: противоречит ли религия сущностным целям и ценностям психотерапии? Такая формулировка, в свою очередь, понуждает спросить: а откуда вообще психотерапия берет свои цели и ценности, каков их источник? Медицина ли это? Психология? Вообще – наука ли? К. Ясперс ответил на

¹⁰ Творчество нашего замечательного психотерапевта В.Л.Леви (2002, 2004) является примером осуществления этой возможности. Особая проблема – как подобное психотерапевтическое творчество воспринимается и оценивается в академическом контексте. Беллетристическая форма книг В.Л.Леви, его принципиальный отказ от академического мундира, стесняющего и ограничивающего творческую фантазию, не должны вводить в высокомерное заблуждение относительно научного уровня созданной этим блестящим автором психотерапии. «Психотерапия как синтез искусств» – так можно было бы назвать этот психотерапевтический проект – еще ждет своего художественного критика, который сможет адекватно объяснить и по достоинству оценить и эстетический, и научный смысл творчества В.Л.Леви.

этот вопрос совершенно определенно: психотерапия, как и всякая практика, «зависит от науки только в своем осуществлении, но не в целеполагании» (*Ясперс*, 1997, с. 946), цели же психотерапии определяет «религия (или ее отсутствие)» (там же, с. 945).

Если теперь применить это вопрошание об источниках не к целям и ценностям вообще, а к конкретной ценности психотерапии, ставшей доминантой ее исторического развития, к ценности «свободы личности», то среди мировых религий мы можем назвать лишь одну, которая в центр своего богословия и своей антропологии ставит идею свободы и идею личности, – это христианство. Поэтому, коль скоро психотерапия хочет понимать самое себя не только в технической и конкретно-теоретической плоскости, но в идейной сердцевине своего существования, она должна выявить и прояснить свои отношения с христианством. Это не просто персональный интерес психолога-христианина, желающего быть конгруэнтным и согласовать свою веру и профессиональную аксиологию, но – центральная задача философии психотерапии¹¹.

Первым в рамках этой задачи должен быть поставлен вопрос о «свободе слова», поскольку она является наиболее емким и близким для психотерапии выражением ценности «свободы личности». Свобода слова в смысле стремления человека к претворению себя в слово, превращению в «словшество», то есть в существо, пронизанное смысловым светом, логосом, духом есть, с точки зрения христианской антропологии, не что иное, как стремление к осуществлению себя как образа и подобия Божия. Ибо если Бог есть Слово (Ин 1:1), то и перед человеком, желающим соединения с Богом, стоит задача стать словом, чтобы по самому своему «составу» быть сродственным Богу. Так понимаемая «свобода слова» в своем предельном (запредельном) выражении совпадает с последней целью христианской аскетики – обожением¹².

¹¹ Значимость этой задачи косвенно подтверждается многими обстоятельствами. Тем, например, что психотерапия как культурная практика возникла и получила наибольшее распространение и социальное признание на Западе, в странах с преобладанием христианской религиозности. Немаловажен в этой связи и тот факт, что для отца современной психотерапии, З.Фрейда, был характерен не религиозный индифферентизм, а страстное отвержение религиозности. З.Фрейд, например, с горячей похвалой отзывался о борьбе большевиков с религией. Остается только надеяться, что основателю психоанализа не были известны подлинные масштабы и методы этой борьбы.

¹² «"Учение об обожении есть центральная тема византийского богословия и всего опыта восточного христианства" (Архиеп. Василий) ...Учение об Обожении являет собой самый максималистский и дерзновенный "религиозный идеал", какой можно представить» (*Хоружий*, 1995, с. 123-124).

Но при чем же здесь, спросят, психотерапия? Или иначе: разве не должна психотерапия, обнаружив духовную суть своей высшей ценности, остановиться на пути к ней либо из чувства протеста против всякой религиозности, либо из чувства благоговейной почтительности к святыне? Разве не должна она ограничить себя простыми и понятными задачами лечения, успокоения, адаптации и т.п.? Но даже если бы психотерапия и не захотела останавливаться, а продолжала бы дерзать на участие в предельных задачах христианской аскетики, то разве это было бы для нее возможно? Разве возможна психотерапия, которая помимо стремления к излечению пациентов от симптомов, к преодолению их невротических проблем, к разрешению семейных конфликтов и к прочим полезным вещам чает ни много, ни мало – обожения человека? Возможна ли психотерапия, которая не просто мечтает об этом запредельном горизонте, а пытается действительно ориентироваться на такой антропологический идеал и реально вводить его в ткань конкретного терапевтического процесса? Всякому здравомыслящему специалисту ясно – невозможна. Но «невозможное человекам возможно Богу» (Лк 18:27). Христианскую психотерапию нельзя мыслить как самодостаточную профессиональную деятельность, отличающуюся от прочих разновидностей психотерапии лишь тем, что она выбрала в качестве своей «идеологии», своего «мифа» именно христианское учение. В своей практике она мыслима лишь как орган и функция живого Тела Христовой Церкви. В своей теории она основывается на «синергийной антропологии» сотрудничества человека и Бога (см. *Хоружий*, 1995, 1998), которая является философским выражением святоотеческого богословия и потому сама должна быть названа синергийной.

Синергийная психотерапия есть психотерапия в известном смысле несамодостаточная, неуверенная, негарантированная, она использует испытанные психотерапевтические приемы и механизмы, но не может положиться только на них, она выстраивает терапевтическую ситуацию с учетом известных по опыту закономерностей формирования терапевтических отношений, но отказывается верить, что игрой «переносов» и «контрпереносов» исчерпывается таинство встречи личностей, словом, она изначально неполна (ни в плане познания, ни в плане действия) и нуждается в восполнении. Это не какая-нибудь особо духовная, спиритуальная психотерапия, напротив, она – «нищая духом», и как у нищей, у нее должна быть раскрыта ладонь. Такой ладонью является молитва. Молитва и есть главное упование синергийной психотерапии.

Здесь не место обсуждать конкретные варианты теоретической и практической реализации психотерапевтических систем, выстроенных в ориентации на молитву как главное психотерапевтическое упование. Это

отдельная тема, для нашей же темы методологического анализа исторической смены психотерапевтических упований важно зафиксировать, что новое упование, как и в предыдущие периоды развития, не вытесняет старые, а лишь особым образом их организует. На разных этапах процесса синергийной психотерапии терапевтический диалог может опираться и на процесс осознания, и на спонтанность, и на переживание, может так и остаться на этих уровнях, если молитва не родилась ни в душе пациента, ни в душе терапевта, но даже и в этом случае главным упованием и главным предметом заботы синергийной психотерапии остается молитва. (В заботе об отсутствующем и надежде на него нет ничего парадоксального: так мать может загодя заботиться о неродившемся еще ребенке и надеяться на него). Идеальное, предельно желательное состояние терапевтических отношений в синергийной психотерапии можно назвать состоянием «согласной молитвы». Оно наступает, когда терапевт и пациент оказываются способны к такой степени личностной открытости друг другу перед лицом Бога и к такой степени солидарности по поводу смысловой доминанты жизни пациента, что это дает им хотя бы потенциальную возможность совместной, единой и искренней молитвы о смысловой нужде пациента. Чем больше психотерапевтические отношения приближаются к состоянию «согласной молитвы», чем больше молитва, в конце концов, высвобождается из кокона психотерапии, тем больше исполняются и в синергийной психотерапии, и в самой молитве – конечно, в преображенном виде – прежние психотерапевтические упования: полнота доверия, глубина осознания, спонтанность проявления, подлинность переживания и реальность Встречи.

ЛИТЕРАТУРА

- Бандлер Р., Гриндер Дж. Из лягушек в принцы. М., 1995.
- Бандура А. Теория социального научения. М., 2000.
- Бейтсон Г., Джексон Д.Д., Хейли Дж., Уикленд Дж.Х. К теории шизофрении // Московский психотерапевтический журнал. 1993. № 1-2.
- Варга А.Я. Аутопсихотерапевтическое сочинение на религиозную тему // Московский психотерапевтический журнал. 1994. № 1. С.164-170.
- Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984.
- Василюк Ф.Е. К проблеме единства общей психологии // Вопросы философии. 1986. № 10. С. 76-86.
- Василюк Ф.Е. От психологической практики к психотехнической теории // Московский психотерапевтический журнал. 1992. № 1. С. 15-32.
- Вильсон Дж.Т. Поведенческая терапия (глава из книги «Современная психотерапия») // Журнал практической психологии и психоанализа. 2000. № 3. <http://psyjournal.ru/j3p/pap.php?id=20000306>

- Волошинов В.Н.* Фрейдизм. Критический очерк. М.; Л., 1927.
- Занадворов М.С.* Я и Иное // Московский психотерапевтический журнал. 1994. №2, с. 179-190.
- Леви В.Л.* Искусство быть собой М.: Торобоан, 2002.
- Леви В.Л.* Искусство быть другим. М.: Торобоан, 2004.
- Мамардашвили М.К., Пятигорский А.М.* Символ и сознание. Метафизические рассуждения о сознании, символическом и языке. М.: Самиздат, 1974.
- Мандельштам О.Э.* Слово и культура. М., 1987.
- Минделл А.* Работа со сновидящим телом // Московский психотерапевтический журнал. 1993. № 3. С. 117-136.
- Морено Д.* Психодрама. М.: Эксмо-Пресс, 2001.
- Пузырей А.А.* Культурно-историческая психология Л.С. Выготского и современная психология. М., 1986.
- Роджерс К.* Искусство консультирования и психотерапии. М.: Апрель-Пресс; Эксмо, 2002.
- Флоренский П. свящ.* Столп и утверждение истины: В 2 т. М.: Правда, 1990.
- Хоружий С.С. (ред.).* Синергия. Проблемы аскетики и мистики Православия. М., 1995.
- Хоружий С.С.* К феноменологии аскезы. М.: Изд-во гуманитарной литературы, 1998.
- Цапкин В.Н.* Личность как группа – группа как личность // Московский психотерапевтический журнал. 1994. № 4. С. 11-28.
- Эриксон М.* Мой голос останется с вами. СПб., 1995.
- Ярошевский М.Г.* Психология в XX столетии: теоретические проблемы развития психологической науки. М.: Политиздат, 1974.
- Ясперс К.* Общая психопатология. М.: Практика, 1997.
- Gendlin E.T.* Experiencing and the Creation of Meaning. N.Y., 1962.
- Lacan J.* Ecrits. Paris, 1966.
- Rose J.* Sharing Spaces? Prayer and the Counselling Relationship. London: Darton, Longmann and Todd, 2002.
- Wolpe J.* The practice of Behavior Therapy (3rd. ed). Oxford: Pergamon Press. 1982.
- Ellis A.* Rational-emotive couples therapy. N.Y.: Pergamon Press, 1989.
- Eysenck H. J.* Behavior Therapy and Neuroses. Oxford: Pergamon Press. 1960.
- Eysenck H. J., Arnold W., Meili R. (Ed.)* Encyclopedia of psychology. L.: Fontana-Collins, 1975. Vol. 1-2.
- Beck A., Rush J., Shaw B. & Emery G.* Cognitive therapy of depression. N.Y.: Guilford Press, 1979.