

«ВЕДОМОЕ РИСОВАНИЕ» КАК МЕТОД ИНИЦИАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

В.В. АРХАНГЕЛЬСКАЯ, А.А. ПУЗЫРЕЙ

Ключевые слова: «ведомое рисование», инициальная психотерапия, К. Юнг, К. Дюркхайм, М. Гиппиус.

Метод «ведомого рисования» был предложен и разработан Марией Гиппиус графиней Дюркхайм, которая совместно с Карлфридом графом Дюркхаймом сразу после войны основала направление и Школу «экзистенциально-инициальной» психотерапии (в Тодтмоос-Рютте, Германия). Это направление психотерапии соединило в себе несколько традиций духовных и психотерапевтических практик и, прежде всего — юнгианскую психологию, дзен-буддизм и средневековую европейскую мистику (М. Экхарт).

К. Дюркхайм и М. Гиппиус были учениками Ф. Крюгера — основателя Лейпцигской школы целостной психологии. Диссертация М. Гиппиус, посвященная разработке метода «ведомого рисования», первоначально во многом продолжала традиции этого направления.

В практику психотерапии метод ведомого рисования был введен М. Гиппиус еще в 30-е годы XX-го века в совместной работе с учеником К. Юнга — Э. Нойманном. С тех пор инициальные терапевты по всему миру (Германия, Франция, Австралия, Эквадор и др.) успешно практикуют этот метод, показывая его эффективность как в работе с психически больными самых разных этиологий, так и со здоровыми людьми в контексте задач духовного развития.

В основе «инициальной психотерапии» — как и аналитической психологии К. Юнга — лежит принцип «индирективности», который означает, что терапия нацелена не на прямое избавление человека от клинических симптомов или болезни, но на то, чтобы помочь ему соединиться с процессом внутреннего, душевно-духовного развития, который, по убеждению индирективных психотерапевтов, в той или иной форме всегда уже идет у каждого и, в этом смысле, является универсальным. К. Юнг называл этот процесс «индивидуацией». К. Дюркхайм и М. Гиппиус говорят о «пути инициации».

Инициальная психотерапия исходит из представлений о «двойственной природе» человека.

С одной стороны, у каждого человека есть его «Я», с которым он чаще всего себя отождествляет в обыденной жизни. Эта инстанция позволяет человеку соотносить себя с социальным миром, идентифицировать себя в различных социальных контекстах (семейном, профессиональном, национальном и т. д.), принимать определенные социальные роли, соответствовать ожиданиям, ставить цели и т. д.

Однако в каждом человеке есть и другая «сторона» — его «внутреннее существо», его «сущность», или «самость», которая должна — каждый раз уникальным образом — реализоваться в его жизни. Это «внутреннее существо» человека не есть некий заложенный в нем и содержательно предопределенный «замысел», но скорее — его «при-звание», которое он всегда еще должен творчески «выслушать» и реализовать в своей жизни, и которое, в свою очередь, определяет уникальный способ, которым человек присутствует в мире.

Открытие в себе присутствия и действия этого внутреннего плана своей жизни, ее «бытийного измерения» и становится для человека новым — «инициальным» — опытом, который, как о том говорит и К. Юнг, открывает для человека путь глубинных внутренних трансформаций, своего рода внутренней душевно-духовной «алхимии». Терапевт в инициальной терапии становится «проводником», «сталкером», «психагогом» — его задачей становится майевтическое сопровождение человека на этом «инициальном» пути — на пути, ведущем человека ко все более полной реализации в себе и через себя, в своей жизни, в мире своей внутренней духовной природы.

В психотерапевтической практике инициальной психотерапии используются самые разные методы: «игра в песок», разные формы рисования, работа с глиной, дзен-медитации, упражнения с японским мечом боккен и другие. Однако, основными являются два метода, разработанные основателями инициальной терапии: метод «ведомого рисования» и так называемая «лайб-терапия» (работа с внутренним существом человека через его, особым образом окликаемое прикосновениями, тело).

«Ведомое рисование», по сути, не является рисованием в обычном смысле слова. «Ведомое рисование» — это, прежде всего, спонтанное медитативное движение. Человек садится перед большим белым листом бумаги и берет в руки — чаще всего, черные — мелки. Терапевт предлагает ему закрыть глаза, прислушаться к себе и начать рисовать.

«Ведомое рисование» может проводиться в двух видах: «рисование праформ» и «свободное рисование».

«Праформы» представляют собой простые графические фигуры — круг, прямая, спираль и т. д., рисование которых есть многократное меди-

тативное повторение соответствующего движения, некоего внутреннего «жеста». Праформу может предложить терапевт или выбрать сам рисующий. В ходе рисования человек обнаруживает, что некоторые движения вызывают у него «внутренний отклик», тогда как другие оставляют его равнодушным. Одни движения при этом не вызывают внутреннего отклика, воспринимаются как формальные, выполняемые просто по инструкции, они не становятся «своими» — такими, в которых ему «нет места», тогда как другие, напротив, испытываемый переживает как такие, в которых и через которые для него начинает присутствовать нечто важное и волнующее, какая-то неведомая часть его существа. Следуя за этим своим внутренним откликом, человек всматривается и вслушивается в свой опыт, в то, что с ним происходит, изменяя по ходу рисования свои движения, с тем, чтобы точнее соответствовать динамике этих внутренних состояний.

В случае ведомого рисования никогда не ставится задача рисовать «красиво» и «правильно» — рисунки не оцениваются с точки зрения их художественных достоинств. Тем самым, создаются условия для того, чтобы движение в процессе рисования могло направляться только по «внутреннему отклику». В процессе рисования заданная «праформа», как правило, начинает изменяться и наполняется каждый раз различным индивидуальным эмоциональным и смысловым «содержанием», а также приобретает индивидуальные графические характеристики.

В отличие от рисования «праформ», в «свободном» рисовании терапевт не предлагает никаких готовых форм. Сам рисующий также не должен заранее ставить перед собой никаких задач, не должен изображать готовые образы, но должен пытаться выполнять по возможности спонтанные движения, которые рождаются «в нем» здесь-и-сейчас. Рисую, казалось бы, случайные, хаотичные «каракули», он в какой-то момент начинает чувствовать, что не все движения одинаковы и равнозначны. Здесь, как и в работе с «праформами», человек в какой-то момент начинает рисовать «по внутреннему чувству», которое его ведет и направляет. В силу этого метод и получил свое название «ведомого рисования» — ведомого, в данном случае, неким «внутренним ведущим», «внутренним терапевтом», или «учителем» в человеке, место для присутствия которого и открывается в точке спонтанности.

Принципиальной особенностью метода «ведомого рисования» является то, что рисование в данном случае является не «выражением» преднаходимого движением готового содержания, но тем, внутри чего и через что начинают присутствовать и действовать силы, которыми и совершается психотерапевтическая работа.

В силу этого «ведомое рисование» — это не «проективная» методика. Проективные методы, создавая «пространство неопределенности», дают

возможность «спроецировать» то или иное, всегда уже сложившееся, готовое и преднаходимое проекцией состояние. «Рисунок-проекцию» можно далее анализировать, вскрывать смыслы, которые «за ним» стоят, и это можно делать по-разному, но вне зависимости от традиции и школы анализ при этом подразумевает реконструкцию предполагаемого уже наличным к моменту анализа психического содержания. В наиболее чистом виде такое понимание реализует классический фрейдовский психоанализ, откуда, как мы знаем, и вышло большинство проективных методов.

В противовес этому можно сказать, что собственно «ведомое рисование» и начинается только тогда, когда внутри и через само рисование открывается возможность исходное и «застывшее» внутреннее состояние привести в движение, позволить ему начать изменяться. В таком случае рисунок перестает быть просто «проекцией» ставшего состояния, его выражением, но становится тем, что «исправляет пути» действию внутренних терапевтических сил, свершению очередного шага внутренней трансформации, развития. В этом отношении метод ведомого рисования схож — а лучше сказать: является особым случаем, особой версией — юнговского метода «активного воображения».

«Я предпочитаю, — разясняет Юнг свое понимание «активного воображения» в известном месте Тэвистокских лекций, — употреблять термин “воображение”, а не “фантазия”, держась различия, которое имели в виду старые врачи, когда они говорили, что “opus nostrum” — “наша работа” — должна делаться “per veram imaginationem et non phantastica”, т. е. «посредством истинного, а не фантастического воображения» [Юнг, 1996, с. 194].

«Фантазия, в этом смысле, является “выдумкой”, она скользит по поверхности индивидуальных смыслов и осознанных ожиданий. Тогда как в случае “активного воображения” образы живут своей собственной жизнью и символические события происходят согласно их собственной логике, если, конечно, не вмешивается наш сознательный разум».

В случае «активного воображения» сам образ становится «живым», начинает «двигаться и развиваться», и когда нам удастся «сосредоточиться на внутреннем образе и не мешать событиям идти своим чередом, бессознательное само порождает серию образов, складывающихся в целую историю» [там же].

Поскольку же — отмечает Юнг — «активное воображение» продуцирует материал в творческой, сознательной и часто внешне выраженной форме, то материал этот оказывается «более оформленным и содержательным, нежели в сновидениях с их невнятным языком», причем, «часто сами пациенты приходят к тому, что пытаются дать тем или иным своим переживаниям и состояниям некое зримое воплощение» в рисунке.

И вот они начинают чертить, рисовать или оформлять свои образы пластически, а женщины — иногда вязать или ткать. Я даже знал — замечает Юнг — пару женщин, которые вытанцовывали свои бессознательные фигуры. Конечно, их можно выразить и посредством письма» [там же].

Таким образом, как мы видим, уже сам Юнг, разъясняя свое понимание метода «активного воображения», подчеркивает, что «активное воображение», в отличие от произвольно «выдумывающей» фантазии — это, по сути, такое воображение, которое позволяет стать «активным» и зажечь своей собственной жизнью самому внутреннему образу, а еще точнее говоря — позволяет прийти в движение той новой внутренней душевной жизни, которая в и через эти образы, как через свои особые символические виртуальные органы, сама себя осуществляет, прокладывает себе путь. То есть, метод «активного воображения» — это, по сути, метод «активного образа», или, быть может, даже лучше сказать — метод «высвобождающего воображения» — работы, высвобождающей и направляющей процесс внутренних трансформаций, процесс внутренней «алхимии души», процесс «индивидуации».

Уже Юнг говорит о том, что «активное воображение» часто спонтанно приобретает внешне выраженную — в частности, в рисовании — форму, замечая при этом даже, что эта форма особенно удобна и даже предпочтительна (по сравнению со сновидениями) в терапевтической работе. Наш терапевтический опыт показывает, что рисование — в частности «ведомое рисование» — спонтанно встраивается в фарватер той внутренней работы, которая уже происходит через сновидения и продуктивно «продолжает» ее.

«Объективируя» в рисовании свои архетипические образы, человек, по Юнгу, получает возможность буквально «видеть» свое бессознательное, благодаря чему он быстрее продвигается в понимании присущего этим образам смысла, что, в свою очередь, «ускоряет процесс внутреннего душевно-духовного развития», то есть процесс индивидуации в целом [там же, с. 195].

С рисованием «праформ» можно соотнести и еще одну ключевую идею Юнга, его метода — идею «амплификации».

К. Юнг не раз указывает — как на одну из первых задач терапии — на необходимость приводить внутреннюю жизнь человека в движение, открывать для человека путь радикальных внутренних трансформаций. Отмечая при этом, что «...творческое использование силы воображения способно вырвать человека из его «заточения» в пределах обыденного опыта»¹. В случае «ведомого рисования» — как и в случае собственно

¹ См., например: Юнг К.Г. Психология и алхимия, ч. 1, пр. 3.

«активного воображения» или в случае сновидения — развитие образов является не просто выражением внутренней душевной жизни, но тем, внутри и в форме чего, собственно, и происходит внутренняя работа, ведущая к ее метаморфозам и рождению «нового человека» в человеке.

Как известно, начиная с работ о Парацельсе, но особенно в «Психологии и алхимии» Юнг устанавливает поразительное соответствие между символами пути индивидуации, то есть — пути, на котором человек и становится «человеком в полном смысле» (юнговский «*homo totus*»), и алхимическими символами, в терминах которых в самой алхимии «описывается» процесс получения «алхимического золота», «квинтэссенции», или «философского камня». Алхимия оказывается, прежде всего, особого рода практикой и «техникой» работы человека с собой. «Алхимическое делание» в своей сути — это не столько «алхимия внешняя», то есть превращение веществ, металлов в физическом смысле, сколько — «внутренняя алхимия», то есть — продвижение человека по пути внутренних трансформаций. Она есть движение, направляемое из внутреннего «центра», проистекающее от некой внутренней «целостности» («тотальности») человеческого существа (юнговская «самость»). Это, «энтелехически» развертывающееся движение, ведет — через точку внутреннего «коперниканского переворота», к такой новой «экономии души», когда вся душевная организация человека и его жизни устанавливается от этой целостности, как от своего действительного начала.

Алхимические «операции» и тексты, включенные в алхимическую практику, как показывает Юнг, имеют и по своей природе, и по своей функции особый статус, отличный от научных текстов. «Каждый истинный алхимик, — пишет Юнг, — создавал для себя свой собственный комплекс идей, состоящий из изречений разных философов и из разнообразных аналогий различных основных концепций алхимии. Вообще-то, эти аналогии привлекались отовсюду. Более того, писались специальные трактаты, чтобы снабдить мастера материалом для создания аналогий. С точки зрения психологии, алхимический метод представляет собой беспредельную амплификацию. *Amplificatio* всегда используется, когда рассматривается некий неясный опыт, который лишь смутно очерчивается, и который, чтобы быть понятным, должен быть усилен и развит путем включения в тот или иной психологический контекст» [Юнг, 1997, с. 301].

Иначе говоря, алхимический текст по своему действительному статусу носит символический характер и играет роль «амплификатора» особого — нового, «инсайтного», опыта — опыта, не сводимого к его «описаниям», взятым в качестве «знания», и не выводимого из них. Больше того — опыта, также и не «производимого» этими описаниями, взятыми в качестве особых психотехнических средств организации со-

ответствующих «психотехнических действий», то есть опыта, не производимого по законам этих действий.

Амплификация оказывается здесь особым — «майевтическим» — родом герменевтики. В отличие от классической фрейдовской интерпретации она нацелена не на расшифровку предметного содержания опыта и не на замещение самого опыта текстом интерпретации, когда работа понимания устанавливается во внешнем отношении к самому опыту, но, напротив, интерпретация здесь оказывается включенной, встроенной в движение самого интерпретируемого опыта, который именно через это свое истолкование и свершается (по аналогии с фразой Выготского о том, что мышление совершается в языке). Внутри такого, амплифицирующего его чтения, сам опыт — на каждом шаге его движения — устанавливается так, что внутри него «высвобождает место» для этого раскрывающего его истолкования, понимания — как для особого его собственного, внутреннего «органа»².

Таким образом, этот род майевтической герменевтики оказывается, в свою очередь, встроенным в некую феноменологию опыта — «инициального» опыта — т. е. опыта внутренних трансформаций. Феноменология инициального опыта призвана отстаивать этот опыт в его внутренней, собственной логике движения по путеводной нити непосредственной данности опыта.

Феноменология инициального опыта призвана через прогрессирующее развертывание этой данности здесь-и-теперь, через ее прогрессирующее понимание привести опыт к полноте его реализации и присутствия, то есть к его данности в качестве собственно «феномена».

Это, быть может, несколько неожиданный вывод: что аналитическая юнговская терапия и психология (как, впрочем, и дюркхаймовская инициальная) по своему методу является особого рода феноменологией, причем одновременно — и в строгом, философском, но и в более радикальном, чем у Гуссерля, хайдеггеровском, смысле. Этот вывод на самом деле только доводит до конца весь ход мысли самого Юнга об «активном воображении» как особого рода медитативной работе³.

Привлекая множество аналогий, помещая опыт в разные контексты других алхимических трактатов и других (в частности, религиозных) тек-

² То есть в данном случае можно было бы говорить, вслед за П.А. Флоренским, об особом рода «орган-проекции» опыта в эти, амплифицирующие его, семиотические формы (См.: П.А. Флоренский. Органопроекция. Сочинения в 4-х томах, т. 3 (1). М., 2000).

³ См. например, главу «Самопознание» из фундаментальной поздней работы Юнга «Таинство соединения».

тов, алхимик осуществляет, прежде всего, самопонимание и герменевтику собственного опыта индивидуации. Алхимические тексты — это не «знание о» законах превращения веществ и даже — не «знание о» закономерностях внутренней душевной жизни, но они суть сами особого рода «виртуальные органы» самой этой внутренней душевной жизни, позволяющие алхимику установиться и продвигаться по пути внутренних трансформаций.

Как известно, Юнг пришел к убеждению, что, в конце концов, каждый алхимик создавал свой уникальный комплекс идей. Каждая такая «индивидуальная» алхимическая теория, а тем более — отдельный алхимический текст, создавались каждый раз по отношению к уникальной ситуации внутреннего пути, через которую — на соответствующем шаге — алхимик «проводил себя» своим «алхимическим деланием». Иначе говоря, алхимический текст, стоя «при»⁴ опыте, продолжал «делание» в этой конкретной ситуации, позволяя алхимику совершать в ней следующий шаг. Названия веществ, описание процедур и т. д. не подразумевали единого и всегда себе равного «объективного» содержания. Они предназначались для того, чтобы «окликать», «вызывать», а затем подхватывать и усиливать те внутренние движения, те «трансмутации», которыми «от-кликалось» внутреннее существо человека, вступая, тем самым, на путь «внутренней алхимии» — вызывать и амплифицировать процессы, которые никогда не были тождественны тематическому — пусть даже и символическому — содержанию этих алхимических представлений.

Это, кстати — замечает Юнг — делает понятным, почему алхимики часто не понимали текстов друг друга, и даже — своих собственных текстов. Для того чтобы понимать, им нужно было бы соединиться с тем процессом, который был всегда «там-и-тогда», в то время как понимание, которое устанавливалось как имманентный орган самого алхимического делания, всегда было открыто по отношению к «здесь-и-сейчас». О некоем «алхимическом процессе вообще», как о чем-то всегда себе равном, можно говорить, таким образом, только условно.

Юнг показывает, однако, что, несмотря на эту бесконечную множественность и даже противоречивость алхимических представлений, в алхимических текстах можно все же усматривать некое «то же самое» — нечто, что таким множественным образом дает о себе знать.

И, как показывает Юнг, именно тому, что таким образом свершает себя в бесконечном множестве вариаций, только и можно придать статус действительно существующего, действительной реальности душевной жизни,

⁴ Ср. разъяснения тем же Флоренским его идеи «символического описания» (*П.А. Флоренский*. «Наука как символическое описание», Сочинения в 4-х томах, т. 3 (1). М., 2000).

по отношению к которой и план так называемой символической жизни (например, сновидения), и план так называемой реальной дневной жизни равно оказываются только несамостоятельными, не имеющими своих законов — т. е. действительно символическими — функциональными частями, или «органами», через которые осуществляет, реализует себя единственно реальный внутренний и невидимый план, или поток жизни.

Говорить о единстве алхимии можно лишь в той мере, в какой каждому алхимику на своем пути и в своей ситуации удавалось через свои индивидуальные, уникальные «амплификации» достигать некоего универсального «бытийного» плана своей внутренней душевной жизни и давать свершаться событиям, лежащим в этом плане.

Закончим утверждением, что ведомое рисование, по сути своей, особенно, в случае рисования «праформ», тоже представляет собой особую «амплификацию» опыта.

Важно заметить при этом, что — по выразительной формуле Хайдеггера из его предисловия к своим работам о Гельдерлине — подобная феноменологическая герменевтика опыта «сама себя стирает перед прямым предстоянием интерпретируемого»⁵. Ведомое рисование, как и всякая интерпретация, всякий «текст» в случае «майевтической герменевтики», встроенной в феноменологию инициального опыта, только тогда достигает своей цели, когда, перестает быть рисованием, а «исчезает», лишь предоставляя голос уникальности событий внутренней жизни, которая через него свершается.

ЛИТЕРАТУРА

Юнг К.Г. Аналитическая психология, М., 1996, с.194.

Юнг К.Г. Психология и алхимия. М., 1997, с. 301.

THE "GUIDING DRAWING" AS A METHOD OF INITIAL THERAPY

V.V. ARHANGEL'SKAJA, A.A. PUZYREJ

self-existence, personal reflection, symbol, text.

Averincev S.S. Stat'ja dlja jenciklopedii //

⁵ М. Хайдеггер. Разъяснения к поэзии Гельдерлина. СПб., 2003.