

УДК 159.923

«СОВЕСТЬ ТЕЛА» К. ДЮРКХАЙМА КАК ОДНО ИЗ ВЫРАЖЕНИЙ «Я» ЧЕЛОВЕКА И НАПРАВЛЕНИЕ РАБОТЫ В ПСИХОТЕРАПИИ

Барсукова С.А. (Пенза, Россия)

В статье рассматривается проблема единства духовного и телесного в контексте экзистенциально-инициальной терапии К. Дюркхайма. Основным направлением в работе психотерапевта является формирование «совести тела» у пациента, т.е. самоосуществление своего «Я» через самосохранение, самосовершенствование своего тела и развитие прозрачности по отношению к своей сути.

Barsukova S.A. (Penza, Russia). "CONSCIENCE OF A BODY" K.DJURKHAJMA AS ONE OF EXPRESSIONS "I" THE PERSON AND A WORK DIRECTION IN PSYCHOTHERAPY

In article the problem of unity spiritual and corporal in a context of K.Djurkhajma's existentially-initialnoj therapy is considered. The basic direction in work of the psychotherapist is formation of "conscience of a body» at the patient, i.e. self-realisation of the "I" through self-preservation, self-improvement of the body and transparency development in relation to the essence.

Психология и другие общественные науки сегодня находятся в поиске критериев, которые адекватно отражали бы всю сложность человеческой природы. Именно экзистенциальная психология основное внимание уделяет проблемам существования человека, его бытия исходя из принципа целостности. Общим для всего движения экзистенциализма является различие аутентичного и неаутентичного существования человека, противопоставление, в этой связи, «самости» и аутентичности конформистскому - унифицированному, анонимному, безличному и безответственному - существованию «как все». Несмотря на все различия во взглядах экзистенциалистских подходов, общим для них является утверждение абсолютной значимости личностного начала в человеке, его выбора, ответственности и свободы. Оно базируется на общепhilosophическом тезисе об уникальности и выделенности человеческого бытия по сравнению со всем остальным сущим. За собственно человеческое в экзистенциализме принимается нечто совсем иное, чем в концепциях классической философии. За исходную точку рассуждения здесь берется именно индивидуальный человек, который и рассматривается как «самоценность», уникальность, принципиальная неповторимость в противоположность «безликому экземпляру рода» [1]. Уникальность человека рассматривается экзистенциальными психологами также во всей ее целостности, в том числе, духовного и телесного. Наиболее ярко, на наш взгляд, это представлено в концепции «совести тела» К. Дюркхайма.

К. Дюркхайм говорит о том, что наше традиционное понимание тела (Leib) страдает от дуалистического представления о теле (Körper), лишенном души. Автор настаивает на том, что такое разделение в отношении человека не правомерно. Решительный переворот, который предлагает осуществить Дюркхайм - это переход от понимания тела, как инструмента, который человек имеет, к пониманию тела, которое есть он сам: «Что подразумевается под телом (Leib), которым ты являешься? Здесь

имеется в виду весь человек, весь человек как личность в том виде (образе жизни), в котором он не только познает себя, но и живет (*der-leibt*). Это есть тело (*Leib*), как чувственно осязаемый образ, в котором я как личность присутствую тут в мире, мое окружение реально воспринимает меня, а я воспринимаю других» [2, с.96].

Особенно важен этот поворот в понимании тела для психотерапии. Этот пункт Дюркхайма созвучен пониманию психопатии Р. Лэнгом, который утверждает, что отчуждение человека от его тела, рассмотрение его в качестве инструмента, является составляющей шизофренического процесса. Лэнг называет этот феномен онтологической незащищенностью [3].

С точки зрения К. Дюркхайма проблема человека заключается в том, что Бытие динамично, его требования по отношению к человеку изменчивы, в то время как социум требует от него устойчивой стабильной формы. Важнейшей задачей человека, с его точки зрения, является соответствие способа существования своей сути. Внешнее выражение данного соответствия находит в феномене прозрачности (транспаренции). Прозрачность означает способность слышать свою суть, а также способность допускать ее в мире как изменяющую и преобразующую силу: «Прозрачность есть дверь к созидательной и освобождающей силе, которая целительно действует в мире. Прозрачность открывает сущность человека, она является трансформирующей силой, которая освобождает и делает животворящим любой акт поведения» [2, с.77]. Здесь автор выходит на тему подлинности человеческого существования. А быть подлинным - значит жить во всей полноте своего существа, всецело присутствуя в ситуации. В данном случае речь идет о постижении собственной сути и о движении к целостному присутствию. При этом Дюркхайм отмечает значимость проницаемости человека для своей сути как для способа, которым жизнь в его индивидуальности приобретает образ и стремится заявить о себе здесь и сейчас.

Созвучно Лэнгле [4], Дюркхайм говорит о том, что исцеление, возможно лишь тогда, когда «больной» научится постигать (воспринимать) себя и понимать свои неудачи в мире как блокировки самоосуществления, в котором должна проявиться его собственная трансцендентальная суть. Пока человек пытается искать пути собственного самоосуществления только в форме самоутверждения в мире (способ поведения в большей степени свойственный западной культуре), – опыт единения с бытием хотя и не является противоречием бытию-в-мире, но является только предпосылкой и условием правильного бытия-в-мире. Единение с миром как опыт есть только начало интеграции с бытием, т.е. обращение к прозрачности.

Дюркхайм говорит о том, что прозрачность как таковая относится не только к внутреннему состоянию человека, но и непосредственно к его телу (*Leib*). Тело же, в понимании Дюркхайма, – это способ, в котором человек является видимым и осязаемым. Индикатором же феномена прозрачности по отношению к сути в концепции Дюркхайма выступает совесть. Экзистенциальная психология признает иррациональную, интуитивную природу совести и отмечает ее доморальное происхождение. Совесть, в контексте данной теории, предстает как проявление индивидуального бытия и имеет творческий характер. Ответственность перед собой, перед своим потенциалом и сущностью является важнейшей характеристикой совести. Только в состоянии аутентичности человек способен услышать голос совести.

В этой связи он выделяет и три вида совести тела:

1. Совесть как «самоохранение». Этот вид совести относится к здоровью и работоспособности человека.

2. Второй вид совести ориентирован на красоту, симметрию и правильность формы, на совершенство нашего облика, в котором мы предстаем миру. Это относится как к нашему физическому телу, так и к нашему поведению.
3. Совесть как индикатор моей прозрачности по отношению к сути [4]. При этом Дюркхайм задается вопросом: Правильно ли ты здесь есть такой, как ты есть? То есть, проницаем ли ты для своей сути как для способа, которым жизнь в твоей индивидуальности приобретает образ и хочет заявить о себе здесь и сейчас?

Автор пишет о том, что человек может находиться в прекрасной физической форме тела (Körper), но в то же время быть очень далеким от всякой прозрачности. И наоборот, человек может находиться при смерти, но в смысле проницаемости для своей сути, «быть в высочайшем порядке». Он также говорит о том, что мы можем нарушить нашу прозрачность, чем-нибудь таким, что не вредит нашему здоровью, например, тем, что мы немножко больше чем нужно съедим за обедом, или тем, что больше всего препятствует на пути духовного развития у молодых людей, - речь идет о мастурбации. Чувство вины, которое обусловлено моральными причинами можно подавить, но его невозможно подавить, если оно идет из сути. Возвращаясь же к теме прозрачности, можно сказать, что именно потворствование прихотям своего тела и его эмоционально-чувственной составляющей, делает нашу телесность наименее прозрачной. Кроме того, важно отметить, что телесная прозрачность очень мало коррелирует с разного рода бодибилдингом и бодишейпингом, в случае которых часто оказывается правомерным высказывание о смещении или сужении экзистенции преимущественно к ее телесному модусу.

Подход к телу Дюркхайма интересен также тем, что он открывает путь использованию специальных упражнений развивающих чувствительность к прозрачности тела Leib. Особое внимание при этом уделяется правильному дыханию и тону (собранности). В его подходе к телесности, мы можем уловить новый и возможно даже звучащий более экзистенциально аспект, нежели в концепции М.Босса [5]. Это участная позиция по отношению к своему телу и своей телесности. Не оппозиция к телу, а принятие его как одного из важнейших условий своего собственного существования. Вне телесности нет экзистенции как таковой, вне человеческой телесности нет формы, в которой человек может реализовать свою суть.

Согласно Дюркхайму в процессе инициации происходит встреча человека с бытием, которая существенным образом изменяет саму структуру его существования, структуру его бытия-в-мире. А поскольку собственно терапия Дюркхайма, на такого рода изменения и направлена, он ее называет инициальной, т.е. терапией иницирующей изменения. Основной целью экзистенциально-инициальной терапии является развитие, если так можно выразиться, состояния прозрачности у пациента, т.е. открытости по отношению к бытию, к своей собственной сути. Такая прозрачность к Суте, которая действительно может начать проявляться, есть смысл, цель и плод осуществления себя, который соответствует определенности человека. Прозрачность есть смысл взросления. В прозрачности раскрывается открытый характер человеческой жизни. В этом состоянии человек находится в таком контакте с миром, в котором открывается единство бытия.

В самом начале пути становления (настраивания) целостного человека для психотерапевта стоит задача перехода от личности, обращенной в мир, к личности, открытой бытию. Дюркхайм не выделяет какого-либо специального психотерапевтического метода. Однако в его подходе явным образом присутствует процедура во многом похожая на В. Франкла, и в то же время имеющая существенные отличия. Посред-

ством ряда психотерапевтических техник (рисования, работы с телом и ряд др.), проводится экспликация наличной формы существования («формы Я» в терминах Дюркхайма) пациента с точки зрения его «прозрачности для Сути». Большое внимание уделяется тренировке «правильного» состояния тела, которая осуществляется через работу с осанкой, центром тяжести, дыханием и т.д.

Кроме этого, подобно Dasein анализу М.Босса [5], в работе экзистенциально-инициального терапевта большое внимание уделяется состояниям и настроениям. Дюркхайм выделяет еще одно состояние, которое способствует формированию у человека состояния прозрачности – это собранность (сосредоточенность). Культивированием состояния собранности пронизаны практически все техники экзистенциально-инициальной терапии. Собранность соответственно рассматривается не просто как собранность физического тела. Тренируется собранность тела Leib, как тела, которое есть я сам. Необходима работа по развитию чувствования своего тела как выражения своего «Я». Но самое главное это развитие чувствования того, насколько телесность человека в целом, т.е. физическое тело, эмоции и чувства прозрачны по отношению к сути. Именно о такого рода чувствительности говорит К. Дюркхайм, описывая третий вид совести тела. Данный вид совести может быть развит путем специальных упражнений, которые поэтому должны быть не просто упражнениями, а именно медиумами, по словам Дюркхайма, т.е. пространством, где возможна встреча человека со своей собственной сутью.

Кардинальным отличием от других школ экзистенциальной психотерапии и, возможно, преимуществом терапевтического метода Дюркхайма является его акцент на невербальных аспектах опыта бытия. В этой связи не случайно применение техник телесно-ориентированной терапии. Можно даже говорить о том, что экзистенциально-инициальная терапия является единственной экзистенциальной телесно-ориентированной терапией. Если Босс предпочитает говорить с лежащим на кушетке пациентом о телесности, то Дюркхайм начинает непосредственно с этой телесностью работать. В общем виде, можно говорить о том, что согласно Дюркхайму, в развитии человека, в его движении по направлению к большей прозрачности для сути, происходит интеграция душевного, телесного и духовного в одну неразрывную целостность.

Таким образом, работая с телесностью человека, по мнению автора необходимо работать не только и не столько с его физическим телом, сколько с целым человеком, а именно со структурой его бытия-в-мире. Психолог обращается к телесности человека, именно потому, что само бытие предстает человеку телесно, и обращение к другим, помимо медиума говорящего мира, медиумам позволяет специалисту более полно и более целостно с ним (с бытием) взаимодействовать в процессе терапии. При этом цель терапии остается прежней, а именно – это экзистенциальная или онтологическая аутентичность, иными словами прозрачность человека по отношению к собственной сути. При этом важно не забывать, что суть не локализуется где-то в глубинах бессознательного, индивидуального или коллективного, суть – это само бытие, одновременно трансцендентное и имманентное по отношению к человеку.

Литература

1. Ясперс, К. Смысл и значение истории. – М.: Прогресс, 1991. – 527с.,
2. Дюркхайм, К. О двойственном происхождении человека. – СПб.: Импакс, 1992. – 156с.
3. Лэнг, Р.Д. Расколотовое «Я». – СПб.: Белый кролик, 1995. – 352 с.
4. Лэнгле, А. Person: Экзистенциально-аналитическая теория личности: Сборник статей. – М.: Генезис, 2005. – 159с.

5. Boss, M. *Psychoanalysis and Daseinsanalysis*. (Trans L.B. Lefebvre). – New York: Dacapo Press, 1982.