

ИСТОРИЯ ПСИХОТЕРАПИИ

ЛЕКЦИЯ 1. ВВЕДЕНИЕ В ИСТОРИЮ ПСИХОТЕРАПИИ

И.Б. ГРИНШПУН

Психотерапия, психологическое консультирование, психокоррекция

Мы с вами начинаем новый курс под названием «История психотерапии».

Первый вопрос, на который нам нужно ответить, для того чтобы знать, об истории чего мы будем говорить, — что такое психотерапия? Но оказывается, вопрос этот очень сложный, потому что дать определение психотерапии невозможно — это постоянно расширяющаяся область, живой процесс.

Мы можем предварительно договориться, что психотерапия, в широком смысле, — это вид психологической помощи человеку в разрешении внутренних или межличностных проблем. И пока я на этом поставлю точку, потому что дальше мы посмотрим, какими путями это реализовывалось, во что все это выливалось. Повторюсь, это очень грубое определение, и дальше, по мере прохождения исторического пути, мы будем, вероятно, давать более тонкие, более дифференцированные определения.

Я предложу вам некое историческое вхождение в проблему различения психотерапии, консультирования и психокоррекции.

Кстати, почему так исторически получилось, что эти три пересекающиеся области сосуществуют? Они произошли из разных источников. Психотерапия, как и сам этот термин, возникла из медицины, хотя потом вышла за ее пределы. Консультирование выросло из различных социальных практик: это и юридическое консультирование, и медицинское и т.д. Но чаще всего говорят о том, что то, что мы называем консультированием по личным проблемам, и то, что по-английски называется «counseling»¹, произошло из движения протестантских священников в США накануне Второй Мировой войны, когда они стали выхо-

¹ В английском языке есть несколько слов, обозначающих консультирование, у нас это все в одном.

дить к людям с предложением помощи, совета, поддержки. Это и было названо *counseling*. И хотя потом консультирование перешло в светское пространство, во многом начиналось оно так.

Почему именно протестантские священники? В протестантизме священник никогда не выступает от имени Бога. Он всегда выступает как человек, потому что в протестантизме связи человека и Бога более интимны. Например, там священник (которого чаще называют «проповедник») не принимает исповеди, не отпускает грехов. Не случайно среди психотерапевтов, особенно экзистенциального плана, достаточно много людей с религиозным образованием или практикующих священников. Например, Ролло Мэй, Карл Роджерс. Хотя, конечно, протестантизм не единственный источник консультирования, и мы можем находить его предпосылки гораздо раньше, с конца XIX — начала XX века, в том числе и в России.

Что касается психокоррекции, то это педагогические, дефектологические или медицинские модели, в которых ясно (или, по крайней мере, утверждается, что ясно), что такое норма и отклонения, и соответственно выправляется то, что определено как отклонение.

Границы между психотерапией, особенно немедицинской моделью психотерапии, и консультированием по личным проблемам достаточно условны. Как возможное различие я вам предлагаю такую идею. Если у клиента, будем называть его так, есть внутренние ресурсы для решения проблемы, и психологическая помощь заключается в его поддержке и в помощи по раскрытию этих ресурсов, тогда это скорее консультирование. Если ресурс недостаточен, его надо создавать, и нужен длительный углубленный диалог и сопутствование человеку, взаимное движение в этом диалоге — тогда это скорее психотерапия. Хотя в реальном процессе их различить очень трудно.

Теперь о том, что касается психотерапии и психокоррекции. Действительно, когда мы понимаем, что такое норма, мы беремся выправлять. Чем занимается корректор в издательстве? — исправляет ошибки текста. Если болезнь — это ошибка организма, то мы это и исправляем. Когда мы говорим о телесном существовании человека, здесь все более или менее понятно. Но становится крайне мало понятно, когда мы говорим о его душевном или духовном существовании. Ведь, скажем, страдание может быть целительным. В этом плане возникают сложности, и появляется по сути два типа психотерапии. Одна терапия, которая все-таки несет в себе коррекционную модель. Это поведенческая психотерапия или та терапия, которая берется за задачу, сформулированную как перевоспитание или довоспитание человека. (Это касается, например, А. Адлера или В.Н. Мясищева, которые прямо говорили: «За-

дача психотерапии — перевоспитание, переделка личности»). И вторая терапия, которая от этого отказывается. В.Н. Цапкин в своей статье, посвященной психотерапевтическому полю², говорит, что есть психокоррекционная терапия и есть собственно психотерапия (он называет ее психотерапевтическая терапия), которая не берется определять норму и где возникает совершенно другая модель работы — совместное движение в направлении неопределенности. Ведь действительно трудно определить, что такое психотерапевтическое благо. Ну и особое пространство в психотерапевтическом поле занимает психоанализ, потому что в общем-то почти вся история современной психотерапии — это диалоги с Фрейдом.

Основные периоды в истории психотерапии

Для того чтобы продвигаться и как-то оценивать то, что происходило в психотерапии, нам придется сначала выяснить, а когда же, собственно, она возникла, может быть, еще без такого названия. Есть основания полагать, что психотерапия возникла не раньше XVIII столетия. И это было связано, естественно, с общей исторической культурной ситуацией, потому что запрос на помощь в личностной, индивидуальной проблеме — это то, что не всегда сопутствовало человечеству. Например, страх, наверное, существовал всегда. Вероятно, начиная с первобытных времен, это неотъемлемая, вполне естественная часть жизни. Но всегда ли он был проблемой? В этом плане, тот культурный фон, на котором возникла психотерапия, прежде всего, характеризовался обращенностью человека к самому себе, особого типа обращенностью, которая выходила, возможно (я очень аккуратно это говорю), за пределы религиозного сознания. Я, кстати, хочу обозначить здесь свою позицию: с моей точки зрения, подлинно религиозному человеку никакая психотерапия не нужна. К.Г. Юнг тоже об этом писал: терапевтические функции испокон веков выполняла религия и проблема возникает, вероятно, как раз тогда, когда она в силу разных причин не могла быть полноценной опорой для человека. В этом смысле скепсис в отношении религии, который наблюдался с конца или даже с середины XVII столетия, мог породить те проблемы, за решением которых стали идти уже не к священнику, а к каким-то иного типа людям.

Мы будем говорить о нескольких периодах истории психотерапии. Сначала — о периоде ее прототипов. В том смысле, что тогда вроде бы совершались некие действия, очень похожие на современную терапию, но это была еще не терапия, так как не было соответствующей позиции

² *Цапкин В.Н.* К новой картографии психотерапевтического поля // Консультативная психология и психотерапия, 2008, № 1.

терапевта и соответствующих отрефлексированных способов работы.

Затем наступает период, который я обозначил бы как предысторию психотерапии. Когда уже возникло что-то, очень похожее на психотерапевтическую деятельность, но еще не выделилось в самостоятельную сферу и не оказалось снабженным своими теориями. Этот период длится с XVIII по конец XIX столетия. И, наконец, собственно история психотерапии. Некоторые авторы полагают, что начинать нужно с З. Фрейда, потому что там возникла полноценная психотерапевтическая теория. С моей точки зрения, этот период можно начинать с Пьера Жане, его фигура представляется мне не менее значимой. В общем-то, он опередил З. Фрейда по времени создания своей психодинамической концепции, но, к большому сожалению, в силу ряда причин, он менее популярен, чем З. Фрейд. Другие связывают начало психотерапии с появлением гипнотических техник.

Факторы развития психотерапии

Теперь давайте в общих чертах посмотрим на то, какие факторы определяют развитие психотерапии. Ведь на данный момент существует огромное количество направлений психотерапии, которые обозначают себя как отдельные. Совсем недавно говорили, что их более пятисот. А.И. Сосланд говорит, что по некоторым данным, их порядка пяти тысяч. То есть происходит постоянное расширение, и непонятно, к чему это все приведет. Но, так или иначе, почему так много психотерапий в нашей культуре?

Есть факторы, будем условно говорить, объективные. Это культурно-историческая ситуация, которая бросает вызовы времени, и на эти вызовы приходится отвечать. Это я имел в виду, когда сказал, что психотерапия могла возникнуть не раньше, чем в Новое время, потому что в Средние века индивидуальность ценностью вообще не была. Как раз культура Нового времени обратила внимание человека к себе, к своим личным проблемам. Также вы, возможно, помните, что во времена З. Фрейда проблема смысла в жизни как терапевтическая проблема не стояла. То есть, она возникала, но обращения по этому поводу были очень редки. И Фрейд говорил, что нормальный человек не должен думать о смысле жизни, он должен жить. Но В. Франкл показал, что это ведущая проблема, по крайней мере, середины XX века и далее, что это совершенно нормальный вопрос, который ставило само время. Для каждого направления мы будем обращать внимание на то, что же его вызвало.

Второй фактор — это амбиции самих терапевтов: надоедает быть вторым и хочется быть первым. Например, А. Адлер до 1908 года в общем повторял З. Фрейда и был апологетом психоанализа, потом он стал

делать что-то иное. Возможно, здесь помимо новых проблем и научных открытий были и эти амбициозные мотивы. Но учитывая влияние амбиций, у нас могут возникать некоторые опасения, что новые направления психотерапии являются фикцией, надувательством. Такие примеры есть, и они зафиксированы в истории³.

Мы также не можем быть уверены, что случаи, которые описывают психотерапевты, достоверны. Это касается и случая Анны О., и случаев пациентов Фрейда, которого действительно впоследствии, посмертно, ловили на некоторых неточностях. Когда историки находили этих пациентов и беседовали с ними, те почему-то предлагали какой-то другой вариант изложения событий. Например, фрейдовский пациент *Wolfstann* (у нас переводят как «Человек-волк»), Панкеев, совершенно иначе вспоминал беседы с Фрейдом и то, что происходило в былые времена. Но здесь возникает вопрос. Фрейд же ничего не записывал во время работы, он потом вспоминал. И тут могут работать, конечно, и проекции, и просто бессознательное желание, чтобы все было красиво, стройно и понятно, а возможно, это была намеренная фальсификация, мы не знаем⁴.

Еще один фактор — это личность терапевтов и их судьбы. И это очень серьезная вещь, о которой писали, например, М.Е. Бурно и А.И. Сосланд. Психотерапевты — это люди, в большинстве своем рефлексирующие, это люди, страдавшие в своей жизни и понимавшие

³ Это происходит не только в отношении психотерапии. Вы помните, что такое биогенетический закон? Онтогенез есть краткое и быстрое повторение филогенеза. Э.Г. Геккель, который его сформулировал на основе изучения эмбриона, показал, что человеческий эмбрион как бы повторяет этапы эволюции. Но раз повторяются все этапы эволюции, значит, вероятно, есть момент, когда эмбрион должен быть похож на рыбу и иметь жабры. На самом деле, это не так. Но Геккель взял и подрисовал эмбриону жабры, чтобы рисунок соответствовал идее. Грегор Мендель, создатель генетики, прекрасно знал, что соотношение 1 к 3 тоже далеко не всегда удается. Но он просто не описывал те случаи, когда это не соблюдалось. Это не говоря про более сложные варианты.

⁴ По этому поводу, я хочу вас отослать к одной книге, которую любителям психоанализа вообще-то читать не стоит. Это книга итальянского автора Лучано Мекаччи, которая называется «Случай Мэрилин М. и другие провалы психоанализа». В ней вы встретитесь с личностями психоаналитиков, со сложностями отношений психоаналитиков между собой и с пациентами и страшными судьбами многих из них. Это позволит вам войти в личностный контекст. И, возможно, немного испугает, потому что по этой книге получается, что психоаналитики, многие из которых вышли из пациентов — довольно типичный путь, — это некая странная группа людей с очень серьезными психологическими особенностями, и то, что они производят в качестве теории психотерапии, вызывает некоторые сомнения.

жизнь через свои страдания. И во многом то, что предлагают терапевты, это, прежде всего, терапия самих себя, адресованная себе. Фрейдовский психоанализ собственно и основан был на самоанализе, из которого потом была создана психотерапевтическая система. Судьбы людей оказываются в истории одним из решающих факторов. Там, где это будет важно, я буду об этом говорить. Там, где это менее важно, я опущу.

Кроме того, есть еще одна вещь — это политическая история. Особенно это имеет значение для нашей страны, для тоталитарных режимов и сильных политических систем, потому что психотерапия вырастает в конкретной ситуации. Судьба психоанализа в нашей стране была во многом определена политической ситуацией, где в 30-ые годы XX века по сути исчез нормальный психотерапевтический подход и на долгое время остались только гипноз и рациональная терапия.

Виды психотерапии

Следующий вопрос, который нам необходимо обсудить, — какие виды психотерапии можно выделить, чтобы оценивать появившиеся направления, определить параметры, по которым их можно оценивать.

Во-первых, мы будем различать медицинскую и немедицинскую психотерапию. Как я уже упоминал, психотерапия и сам термин родились в русле медицины. Но в истории можно отследить, как психотерапия постепенно выходит за пределы медицины — не убегает из нее, а охватывает все более широкие пространства. Например, З. Фрейд в 20-е годы говорил о том, что психоанализ — это часть психологии, а не медицины. Он стал позволять входить в психоанализ людям, не имеющим медицинского образования⁵. Еще позже мы увидим, как в гуманистической психологии сформулируют понятие метапатологии, которая не является патологией с точки зрения медицины. И психотерапия обратится к помощи в личностном росте, в поддержке на пути самоосуществления или самоактуализации. Сейчас медики достаточно жестко говорят, что психотерапия — часть медицины. Например, Б.Д. Карвасарский настаивает на этом. И в системе Минздравсоцразвития вы не будете иметь права называться психотерапевтами, будь вы хоть докторами наук по клинической психологии. Другое дело, назовите это «консультированием» и занимайтесь тем же самым. Но психотерапия — это то, что медики пытаются оставить у себя. В Советском Союзе в период перестройки даже предлагали, оставить психотерапию в ведении медиков, а психоанализ отдать психологам или назвать то, чем занимается психолог, коррекцией. Другая по-

⁵ Правда, потом, когда они иммигрировали в Соединенные Штаты, то имели большие неприятности, так как медицинское образование там было признаком обязательным, и они считались дилетантами.

зиция заключается в том, что психотерапия — это часть не медицины, а гуманитарного знания и гуманитарной практики. В частности, такая позиция была представлена в 1990-м году на конференции европейских психотерапевтов. Мы будем просто иметь в виду, что есть психотерапевты, которые работают с заболеваниями в соответствии с их классификацией в психиатрии, а есть психологи-психотерапевты, которые работают с чем-то другим: либо с заболеваниями из малой психиатрии (неврозами, пограничными состояниями), либо с тем, что вообще не имеет медицинского диагноза. Этот диалог продолжается⁶.

Второе возможное основание классификации психотерапии — это различие терапии, ориентированной на симптом, и терапии, ориентированной на проблему. Есть ряд направлений терапии, которые своей задачей ставят исчезновение симптоматики и дальше не идут. Это во многом касается поведенческой терапии. Но есть подходы, которые этим не удовлетворяются, полагая, что за симптомом стоят какие-то проблемы, которые не решаются его устранением. Кстати, Фрейд когда-то неслучайно отказался от гипноза как такового. Одно из объяснений: да, при помощи гипноза можно убрать симптом, но проблема найдет себе другое «жилище» в нашем теле, поэтому нужно работать с проблематикой.

Еще один вариант классификации — это директивная и недирективная терапия. Это различие началось с Карла Роджерса, который назвал свою психотерапию «недирективной», то есть не направляющая. Здесь речь идет о том, насколько терапевт имеет право давать советы, делать жесткие интерпретации. С точки зрения Роджерса, терапевт не имеет права каким-то образом направлять жизнь пациента. Во многом, он утверждает это из-за своей феноменологической позиции — стоя на ней, мы понимаем, что каждый, и терапевт, и клиент, видит мир по-своему, и никакие советы просто не возможны. У Роджерса есть понятие интерпретации, но речь идет скорее о выражении своего чувства, а не преподнесении клиенту некой истины. Правда, Роджерс потом отказался от понятия «недирективная терапия», потому что быть совсем недирективным нельзя. Понятно, что я строю диалог, организую ситуацию безопасности, но это же я организую. Поэтому дальше его терапия будет называться «терапия, центрированная на клиенте», «терапия, центрированная на человеке». Но в целом этот принцип все равно ис-

⁶ Могу вам честно сказать, у меня нет клинического опыта, я не медик, а психолог по образованию, поэтому я буду говорить как бы в целом, но для себя имейте в виду, что эти расхождения есть. Надо заметить, что, скажем, Роджерс так же не имел медицинского образования, так что в этом плане у меня есть хорошие напарники.

пользуется для оценки разных видов терапии. Роджерс обозначил принципиальную недирективность и отстаивал ее, но эта позиция также характерна для других авторов. Поэтому все направления можно расположить на линии от большей директивности к меньшей. Очевидно, директивен классический гипноз, директивна поведенческая терапия, транзактный анализ Эрика Берна, потому что он учит, что нужно всегда быть взрослым. В гораздо меньшей степени директивен психоанализ, потому что там интерпретируют, а не учат. Ну, и Роджерс на другом полюсе этой линии.

Еще одно возможное основание, введенное В.Н. Цапкиным⁷, — представление о том, что есть аллопатическая и гомеопатическая терапия. Напомню, что это термины медицинские и с давних времен медицина предлагала либо лечить подобным, либо лечить противоположным. Аллопатия — это лечение противоположным, и тогда перед терапевтом стоит задача, скажем, «изгнания» невроза, как когда-то изгоняли бесов. И тут возникает метафора войны⁸: терапевт «воюет» с какими-то неполадками внутри человека, «воюет» с симптомом, заставляет его замолчать. А гомеопатия — лечение подобным. И мы можем видеть такую терапию. Например, приходит к Фрейду страдающий человек, и парадоксальным образом в процессе психоанализа направленно формируется новый невроз — невроз переноса. Или техника парадоксальной интенции Виктора Франкла: к нему приходят люди, говорящие «я не хочу об этом помнить», «я не хочу об этом думать», а он отвечает им: «Наоборот, думай-те!», «Вам страшно — так испытайте еще более сильный страх!».

Предложу вам еще два варианта классификации.

Один из них — достаточно условный. Я бы предложил рассматривать психотерапии разного вида в зависимости от того, на какую сферу бытия они в большей степени обращены, используя традиционно христианскую триаду «тело-душа-дух».

Есть телесно-ориентированная терапия, которая, конечно, с душой тоже имеет дело, но в основном работает с телом (то, что началось с Вильгельма Райха или с некоторых попыток введения самовнушения у Э. Джекобсона).

Есть собственно психотерапия, которая имеет дело с тем, что мы, очень условно ставя границы, называем «душа». Это терапия при помощи привычных нам психологических средств — воображение, речь. Это

⁷ Цапкин В.Н. Единство и многообразие психотерапевтического опыта // Московский психотерапевтический журнал, 1992, № 2.

⁸ Цапкин в этом ссылается на Д. Лакоффа и М. Джонсона, авторов замечательной книги «Метафоры, которыми мы живем», не адресованной непосредственно психотерапии.

значительная часть подходов, которые не претендуют на то, чтобы выходить в духовную сферу, и даже искусственно себя в этом ограничивают. Скажем, А. Адлер в свое время изгнал из своей группы Виктора Франкла за то, что тот предлагал депсихологизировать психотерапию, то есть выйти в духовную проблематику.

И есть духовная психотерапия. Это весьма примечательная вещь для нашего времени, многие отмечают возрастание такого типа терапий, которые ориентированы на дух. Хотя это началось не сейчас — мы можем это найти и у К.Г. Юнга, и у Дж. Морено, и у Р. Ассаджиоли. И здесь есть терапия, ориентированная религиозно и даже конфессионально. Долгое время церковь, если и использовала понятие психотерапии, то вкладывала в него свое значение (например, святоотеческая терапия В.К. Невяровича — там совершенно другие способы работы). Теперь контакты между церковью и психотерапией налаживаются, возникают все более продуктивные диалоги. Сейчас весьма активна практика духовно-религиозной терапии. Например, в Москве есть Общество Иоанна Кронштадского, находящееся на Крутицком подворье, где весьма эффективно работают с зависимостями. Но духовная терапия не обязательно религиозна. Есть некая внерелигиозная духовность. Скажем, трансперсональная терапия духовна. В. Франкл, который сам был религиозен, никогда ни на какой конфессии не настаивал, но тем не менее работал с проблемой смысла жизни, а это проблема духовная. Экзистенциальная терапия тоже духовна, хотя есть атеистический экзистенциализм и религиозно-ориентированный экзистенциализм.

Понятно, что в чистом виде узконаправленных подходов нет.

И наконец, я предлагаю различать психотерапию по тому антропологическому основанию, на котором то или иное направление стоит.

Здесь мы будем говорить о психодинамической традиции. То есть о той терапии, которая рассматривает человека как внутренне конфликтное существо. Это не только психоанализ и его дериваты, это и, например, реконструктивная терапия В.Н. Мясищева.

Вторая ветвь — это экзистенциально-гуманистическая терапия. Хотя впоследствии мы разделим ее на американскую гуманистическую и остальные подходы. Там близкие основания: человек как существо движущееся, стремящееся, растущее, меняющееся, ответственное. Однако сразу сделаю замечание: Ирвин Ялом считает, что экзистенциальная терапия — тоже вариант динамической, только там конфликты и проблемы другие — связанные с предельными данностями бытия⁹.

⁹ Позднее И.Б. Гриншпун относил экзистенциальную терапию в широком смысле к психодинамической ветви, ссылаясь на выше приведенную точку зрения И. Ялома. — *Прим. ред.*

Кроме того, мы будем говорить о поведенческой терапии, где в основе лежит бихевиоральная схема. Это редкий случай, когда психотерапия основана на психологической теории. В этой антропологической ветви человек предстает в схеме «действующего организма», реагирующего или прогнозирующего, но «организма» прежде всего. А также упомянем здесь о когнитивной терапии, где человек рассматривается как система переработки информации, система познания. Сюда же мы отнесем когнитивно-бихевиоральную терапию, потому что, в общем, она выводится из представления о промежуточной переменной.

И наконец, мы поговорим об эклектической терапии как особом виде терапии, которая соединяет в себе много того, что вроде бы соединяться не должно было. Типичная эклектическая технология — это НЛП. Эклектику можно увидеть и в психодраме Дж. Морено, и в гештальт-терапии Ф. Перлза, и у многих терапевтов, которые так создавали свои концепции. Я не вкладываю в понятие «эклектика» негативных значений. В советской науке считалось, что эклектика — это плохо, нужно создавать новую единую систему, в рамках которой можно будет что-то делать. А если обратиться к американцам со словами «Но это же эклектика!», они вам с радостью ответят: «Да, это эклектика». Вероятно, движение в направлении все большей эклектики и технологизации — это общий вектор развития современной психотерапии. Происходит постепенный отказ от «школьной» терапии.

Прототипы психотерапии

Если говорить, откуда пришла психотерапия, то здесь нам придется по мере возможности обратиться к очень древним практикам, в которых были слиты и медицина, и терапия, и много чего еще, к тем практикам, которые реализовывали колдуны, шаманы и пр. Я буду ссылаться на книгу швейцарского философа и психолога Генри Эллиенбергера «Открытие бессознательного». Это книга об истории динамической психотерапии. Эллиенбергер убежден в том, что психоанализ исторически вырос из тех самых древних практик¹⁰.

Древние практики

Прототипы психотерапии мы можем обнаружить в очень ранних практиках — шаманических, колдовских. В качестве примера я вам перескажу некий случай, который был записан двумя немецкими этнографами на рубеже XIX—XX веков, а потом обсуждался Клодом Леви-

¹⁰ Помимо Г. Эллиенбергера, я рекомендую на эту тему посмотреть книгу Ю. Каннабиха «История психиатрии». А также книгу Ф. Александра и Ш. Селесника «Человек и его душа».

Строссом в книге «Структурная антропология», в главе под названием «Эффективность символа».

Пару слов о подходе К. Леви-Стросса, исторически тоже очень любопытном. Леви-Стросс родился в Бельгии, но он французский то ли философ, то ли этнограф — этнографы считают, что философ, философы считают, что этнограф, его работы публикуются в книгах «Классики психологии». Леви-Стросс был совершенно особым человеком, который хорошо знал психоанализ, хорошо знал философию, любил геологию¹¹, французскую социологическую школу, музыку. Как любого философа, его интересовала сущность мира. Но он полагал, что в эту сущность можно проникнуть, понимая человека, его мышление. Он предположил, что в основе человеческого мышления лежат бинарные оппозиции — пары противоположностей, которые на уровне здравого смысла для нас невозможны. Что это за бинарные оппозиции, мы можем понять, анализируя мифы¹² (хотя миф отождествляют со сказкой, но все-таки миф — это некая истина, субъективная или принятая многими). Например, что такое костер? Для нас с вами, испорченных цивилизацией, это способ погреться, приготовить пищу и т.д. Для древнего человека — это то, что соединяет землю и небо, это священная вещь. Когда индеец кладет на раскаленный камень кусок мяса, чтобы тот поджарился, — для нас это сковородка, а для него это то, что кусок мяса впитывает силу солнца и земли¹³. Так вот Леви-Стросс полагал, что нужно попытаться проникнуть в эти оппозиции, и тогда мы поймем очень многие вещи, в том числе, как мы увидим, эффективность психотерапевтической работы. А проникнуть туда можно через структурный анализ мифов.

Вот, например, есть жизнь и есть смерть, и человеку действительно не очень понятно, как может быть вместе и то, и другое. Противоречия снимаются через менее резкое противостояние. В нашем опыте есть нечто, близкое жизни и смерти, но не тождественное. Например, близкое к жизни — ведение хозяйства, выращивание скота, растениеводство. Близкое к смерти — война, охота. Еще менее резкая оппозиция — животное хищное и животное травоядное. Последняя оппозиция преодолевается чем-то, что могло бы быть и живым, и мертвым, и хищным, и

¹¹ Кстати, психоанализ похож на геологию, со всеми этими срезами, и на археологию. Фрейд очень жалел, что слово «археология» уже занято.

¹² Хотя Леви-Стросс полагал, что наиболее явно это выражает музыка (он любил Вагнера и прочее). У него есть серия книг под названием «Мифологики», где каждый раздел обозначен как музыкальный жанр.

¹³ Противоположности мы видим и в современной жизни. Например, во Франции на праздник принято целовать трубочиста. Это единство противоположностей — чистое-грязное. Куда кладут подарки на Рождество во Франции? В старый стоптанный башмак или в старый штопанный чулок - старое-новое.

травоядным. Какое это животное? Трупоядное — шакал или ворон. Понятно, что речь идет о сказках, так как это типичные герои сказок: ворон — северных, шакал — южных. Интересно, что ворон и шакал в сказках предстают очень противоречивыми: то они мудры, то полные идиоты, то они благородны, то они подлы. Если даже брать ворона в русских сказках, то вы легко увидите, что, с одной стороны, конечно, это что-то зловещее, с другой стороны, это что-то мудрое: ворон приносит живую и мертвую воду и т.д. А мы сказку читаем и не очень понимаем, что в таком противоречивом герое — трикстере — кроется мощный ресурс, кстати, и психотерапевтический тоже.

Если говорить о разных культурах, трикстеров можно найти в очень любопытных образах, не обязательно животных. Например, типичный трикстер — это Гермес, который украдет коров у Аполлона, сделает гадости, но принесет сандалии Персею. Типичный трикстер — бог Локи. В скандинавской мифологии есть асгардовские боги-асы, типа греческих олимпийцев, есть их враги — великаны-гримтурсены. Так Локи — гримтурсен, живущий среди асов. Причем все знают, что конец света, Рагнарёк, наступит в связи с Локи, и тем не менее его терпят. Собственно, все «Эдды»¹⁴ строятся на том, что Локи делает гадости богам и сам же их исправляет. Типичный трикстер — Ходжа Насреддин, тоже то полный идиот, то мудрец. Типичные трикстеры — шуты, вот это уже совсем близко психотерапии или прототипам терапии. Потому что кто такой шут? Это мудрый дурак, которому поэтому позволено то, что не позволено никому другому.

Если брать литературных шутов (из них самые мудрые — шекспировские шуты), то мы видим, что они действуют как психотерапевты. Вспомните «Двенадцатую ночь»: там есть графиня Оливия, к которой сватается герцог Орсино, а Оливия в трауре по потерянному брату и никого не принимает. В сцене, которая там разворачивается, появляется ее шут и говорит: «Что с тобой? Почему ты грустишь?» — «Ты же знаешь, я потеряла брата и ношу траур» — «Аа, наверное, душа его в аду?» — говорит шут. «Да нет, она в раю» — «Так что же ты грустишь? Это глупо». Типичная психотерапевтическая работа. В «Короле Лир» есть один очень интересный момент, который подметил К.Г. Юнг: шут внезапно из пьесы просто исчезает, был-был, говорил, пел песни — вдруг ничего, ни слова. В какой момент? Когда Лир сходит с ума и сам становится мудрым безумцем, трикстером. Баба-Яга тоже типичнейший трикстер.

Возвращаясь к Леви-Строссу. Он считал, что миф и мифологическое сознание строится так, что есть бинарные оппозиции, от них, как биль-

¹⁴ «Эдды» — «Старшая Эдда» и «Младшая Эдда», основные произведения германо-скандинавской мифологии. — *Прим. ред.*

ярдный шар, бегает мысль и каким-то образом выстраивает этот миф. И нам нужно понять, что за этим стоит. Для этого миф нужно прочитать правильно. А что значит правильно прочитать? Мы читаем его как некую историю, по сути, последовательно: сначала одно, потом другое, потом третье — и совершаем ту же ошибку, какую совершил бы инопланетянин, который прилетает на Землю и, пытаясь понять земную культуру, идет в библиотеку и выясняет, что книжки, в основном, читаются слева направо и сверху вниз. И ему среди прочих текстов попадает нотная оркестровая партитура. Как он будет ее считать, что он будет слышать? Одну и ту же мелодию в исполнении разных инструментов последовательно. А она должна читаться параллельно. И вот с мифом то же самое.

В качестве примера Леви-Стросс приводит миф об Эдипе, который, если рассказать его целиком, начинается не с истории Эдипа. Он начинается с истории его предка Кадма, того самого, которого, как и его сестру, украл Зевс в образе быка. История Кадма — это история поиска его сестры Европы. В этих поисках он, очень любящий сестру, убивает дракона, из зубов дракона вырастают воины, он с ними справляется, они убивают друг друга. Потом возникает история Эдипова деда, которого звали Лабдак, потом возникает история Эдипова отца, которого звали Лай, дальше история самого Эдипа. Его выбрасывают, потому что предсказано, что он убьет отца и женится на матери. Его подбирают другие родители. Эдип, узнав о предсказании, уходит, по дороге убивает отца, придя в Фивы, выясняет, что есть вдова, и женится на матери, а там рождаются дети. Когда Эдип уходит, вырвав себе глаза, Этеокл и Полиник, его сыновья, начинают сражение друг с другом. Этеокл убивает Полиника, Полиника запрещено хоронить, но Антигона, их сестра, его хоронит и дальше уходит вместе с отцом.

Здесь есть повторяющиеся проблемы, повторяющиеся линии. Одна из них, вполне очевидная, это тема семейных отношений, взятая либо с преувеличенным знаком «плюс» (Кадм ищет сестру, Эдип женится на матери, Антигона хоронит брата), либо с преувеличенным знаком «минус» (братоубийственная война, Эдип убивает отца). Это одна пара противоположностей. Вторая пара менее очевидная. Здесь, говорит Леви-Стросс, спорят между собой две концепции появления человека. Либо человек рожден землей, либо другим человеком (за чем стоит еще большая загадка: человек рожден одним или двумя? Вроде бы женщина рождает, но мужчина тоже как будто причем). Есть хтоническая теория, утверждающая, что у людей земное или даже подземное происхождение. Эта линия показана в борьбе с чудовищами: Кадм убил дракона, Эдип побеждает Сфинкс (Сфинкс — женщина, поэтому я ее не склоняю). Чудовища — хтонические существа, и когда герой их побеждает, торжест-

ует другая линия — человеческая. Но имена героев (Лабдак — «хромой», Лай — «левша», Эдип — «с опухшими ногами») подтверждают хтоническую линию, потому что согласно этим хтоническим мифам, человек, рожденный землей, был очень неуклюж.

Какое отношение все это имеет к психотерапии? В главе «Эффективность символа» Леви-Стросс описывает процедуру, которая была проведена шаманом одного южно-американского индейского племени. Там произошла непривычная ситуация — индианка не может разрешиться от бремени. Она готова родить, истекает кровью, но ребенок не появляется. Повитуха племени с этим не справляется и идет за колдуном. Приходит колдун, садится около больной, которая лежит в гамаке, и говорит. В результате разговора родится ребенок. Но что за этим стоит? Дело в том, что в этом племени было любопытное представление о причинах заболевания. Считалось, что есть некая сила, ответственная за тело, аналог нашему понятию «душа». Эта сила называется «пурба», и пока она справляется с обязанностями — тело здорово. Но у каждого органа есть своя душа. И болезнь заключается в том, что эта парциальная душа взбунтовалась, поэтому пурба не может с ней справиться, и тело становится дисфункциональным.

Обращаю внимание, что эту же идею нецелостности души, отщепленных частей, которые имеют свою силу, мы увидим у Пьера Жане — в представлениях о фиксированных идеях, у Карла Юнга — в идее комплекса, у Фрица Перлза — в идее отщепленного гештальта.

В данном случае взбунтовалась душа матки, и ее нужно вернуть к прежним «обязанностям». Колдун садится, изготавливает себе глиняных и деревянных помощников, которые будут героями его рассказа и которые, как и он, ни разу не прикоснутся к больной. Пока он их изготавливает, он говорит примерно следующее: «Повитуха просыпается, повитуха встает, делает шаг правой ногой, делает шаг левой ногой, повитуха толкает дверь хижины, дверь хижины скрипит, повитуха выходит из хижины, повитуха рассыпает жемчужины». То есть долгий и нудный рассказ о том, что делала повитуха в то утро, когда ее позвали к больной. Потом в этом рассказе повитуха, не справившись с ситуацией, идет к нему, колдуну, и говорит, как она «просыпалась, вставала, делала шаг левой ногой, делала шаг правой ногой, толкала дверь хижины, дверь хижины скрипела...» — абсолютное повторение. Зачем? — размышляет Леви-Стросс. Вероятно, затем, чтобы больную, которая психологически «не в этом мире», вернуть к обыденным реалиям, к простому опыту. Дальше колдун начинает рассказ о том, как его помощники вступят «во внутренний космос женщины», как мы бы сказали. Потому что их задача — пройти дорогой Муу (Муу — это душа матки) в дом Муу, сразить-

ся с ней и вернуться обратно. Причем не убить, а победить. Говоря физиологически: по влагалищу — в матку — и обратно по влагалищу. Дальше в рассказе колдуна будут постоянно сочетаться эти противоположности — космическое и физиологическое начало, начиная со слов о том, что «большая лежит в гамаке и кровавые дожди сливаются на землю», то есть она сама как бы становится небом. Затем эти помощники обретают очевидные фаллические формы: они крепнут, у них начинаются светиться шапочки, они по одному вступают на дорогу Муу, вызывая у женщины вполне очевидные физиологические реакции. Они встречаются стены, которые нужно буравить, зовут других помощников, буравят. Это символизация мышечных зажимов. Откуда колдун про это знает, совершенно не понятно. Встречают нити и занавеси, которые нужно разрезать. Они встречаются разных животных, которых нужно победить. По сути это действительно психодинамическая картина внутренней борьбы, движения. Долгий путь туда, довольно быстро они побеждают Муу, дальше долгий путь обратно. Но теперь внимание на их башмаках: они протаптывают дорогу и, если входили они в колонну по одному, гуськом, то теперь постепенно перестраиваются в шеренгу по четыре. Символически это расширение прохода. И с последними словами: «На свет выходит ребенок», — на свет действительно выходит ребенок. При этом колдун к женщине даже не прикоснулся.

Леви-Стросс размышляет: почему же эта работа оказалась эффективной? Нам же тоже говорят: «Вы больны, у вас вирусы», — но мы не выздоравливаем от этого. Во-первых, мы имеем дело с единым мифологическим сознанием. Во-вторых, мы опять встречаем здесь противоположности: и в рассказе, и в самой паре колдуна и больной. Потому что колдун — это избыточность своего Я, это сверхсила, а больная — это недостаточность Я. Но в процессе работы она все больше начинает приближаться к этому Я. И не то же ли самое, говорит Леви-Стросс, происходит в психоанализе? Не является ли психоанализ своего рода мифом? Для тех, кто верит, что существуют персонажи Я, Оно и Сверх-Я, которые тоже борются между собой, что-то вытесняют, работа будет эффективна. Для тех, кто не верит — не будет. Так что в этом смысле символ действительно может быть эффективным. Аналитик и пациент тоже представляют собой пару противоположностей. Только в психоанализе аналитик молчит, а пациент говорит, но это не меняет общего структурного отношения.

Стало быть, действия шамана — это что-то похожее на психотерапию. Ю.В. Каннабих пишет, что медицина начиналась как психиатрия, а эти старые практики были направлены по сути на психотерапевтическую работу. Вообще, если задуматься над тем, какие в народе даны объ-

яснения причинам заболеваний, мы увидим соотнесенность с современной терапией.

Сглаз. Что в этом случае делает знахарь? Он прямо или косвенно борется с тем, кто этот сглаз нанес — то есть мы входим в контекст межличностных отношений.

Прогневал богов, сделал что-то плохое. Нужно как бы «отслужить» — в этом случае поможет отреагирование, обращение в позитив.

Наказание за прегрешения предков. Мы действительно несем в себе «послания предков» и, сами того не зная, повторяем их ошибки — например, в концепции семейной психотерапии строят генограмму.

То есть, действительно можно найти очень многое из того, что определило психотерапию. Она во многом возникла из мифологии, из мистики, ее корни иногда своеобразны и даже жутковаты.

Античность

Если говорить дальше про развитие прототипов психотерапии, то, прежде всего, мы с вами приходим к античной Греции¹⁵, где можно увидеть уже более осмысленные и структурированные представления.

Обратимся, во-первых, к античной философии. Специалист по Греции М.Л. Гаспаров считает, что философия появилась, когда люди стали селиться большими сообществами и возникла проблема упорядочивания жизни, введения каких-то норм и законов, по которым надо жить. В своем стремлении упорядочить мир философия имеет психотерапевтический смысл (книга «последнего римлянина» Боэция называлась даже «Утешение философией»).

Вместе с идеей порядка возникает вопрос: «а в мире-то есть законы?»

«Плачущий» философ Гераклит считал, что никаких твердых оснований в мире нет — все течет, все изменяется, нет прекрасного без уродства, силы — без слабости. Хотя понятие «логос» появилось именно у него¹⁶.

Философы были еще и практиками. Пифагор (если он действительно существовал), человек, который ввел термин «философия», был также врачом. Он считал, что если боги создали человека, каким создали, то другой человек, в том числе и врач, не имеет права вмешиваться в строение тела — то есть ничего отрезать. Болезнь есть нарушение гармонии, и гармонию можно восстанавливать при помощи музыки и поэзии. В качестве музыки использовалась особая музыка, струнная,

¹⁵ Мы не будем рассматривать Восток, так как его влияния на будущую психотерапию, которая возникла в Европе, не очень понятны.

¹⁶ Термин «Логос», введенный Гераклитом, со временем приобрел великое множество смыслов, но для него самого он означал закон, по которому «все течет», явления переходят друг в друга (М.Г. Ярошевский). — *Прим. ред.*

мы не можем ее воспроизвести, а в качестве поэзии — тексты Гомера, потому что они написаны основанным на дактиле гекзаметром¹⁷, а дактиль считался изобретением бога Диониса, и, следовательно, обладал целебной силой. И описаны случаи, когда он таким образом избавлял человека от патологических эмоциональных состояний и т.д.

Если взять Сократа, тут прослеживается прямое влияние на будущую психотерапию. Я напомию вам, что он ничего не писал. Почему? Он же умел писать. Полагают, что у Сократа, как он сам говорил, «есть демон, который заставляет его задаваться вопросом». Для нас демон — это некая злая сила. Это представление связано с тем, что со времен расцвета христианства все античные боги стали рассматриваться как бесы. Но изначально Демон — это античный бог, как его называли — «бог данного мгновения», то есть что-то, подталкивающее на поступок, очень близкое тому, что мы называем спонтанностью¹⁸.

Постоянные вопросы, нахождение ответа, но нахождение ответа означает новые вопросы. И чем больше ответов, тем больше вопросов. А любая запись — это остановка. Сократ имел мужество не останавливаться, поэтому действительно ничего не писал. Платон, вероятно, «испугался» и поэтому записывал диалоги, но он дал очень противоречивые ответы, хотя практически на все вопросы философии.

Чем нам интересен Сократ? Во-первых, в споре Сократа и софистов предметом философских размышлений стал человек. По поводу человека Сократ и софисты спорили в двух направлениях. Одно из них — это проблема нравственности (сейчас вы увидите, почему это важно для психотерапии). Откуда берутся нравственные законы? Либо их придумали люди, договорились, либо они даны богом и врождены. Если это придумано людьми, здесь мы видим прототипы двух позиций. Во-первых, транслируя эту мысль дальше, мы приходим к Англии, у которой нет конституции и где все решается в парламенте, а оттуда — к некоторым видам групповой терапии, где нужно уметь договариваться. Во-вторых, мы приходим к демократии. Хотя это довольно жуткая вещь, потому что, например, кушать человека нехорошо, сейчас мы так думаем, но будет голодно — передоговоримся и скушаем кого-нибудь. Так думали софисты.

¹⁷ Нам очень трудно понять, что это такое, потому что русский поэтический дактиль не соответствует греческому. В Греции были не ударные и безударные слоги, а долгие и короткие, а ударение могло быть разным. В том дактиле был один длинный слог, два коротких. Это как палец: длинная фаланга и две коротких.

¹⁸ Кстати, с демоном мы тоже еще встретимся. Например, в названии журнала «Daimon», который выходил после Первой мировой войны в немецкоязычной Европе и в котором участвовали Адлер, Морено, Бубер и другие.

А Сократ полагал, что нравственные законы человеку уже даны, они живут в нем, они божественны, только они не у всех пробуждены. И здесь мы видим, вероятно, первый прототип будущей гуманистической психологии и психотерапии — верование в то, что сущность уже дана. Когда мы говорим об экзистенциальной традиции — что чему предшествует? Сущность существованию или существование сущности? В данном случае сущность предшествует существованию.

Второй вопрос: познаваем ли мир? Может ли человек познать истину при помощи мышления? Ответов опять два: либо нет, либо да. Софисты полагали, что нет, и, к сожалению, из этого стало рождаться некое удивительное искусство — убеждать людей в чем угодно, даже в любой глупости. Например, кому из вас доказать, что он миллионер? Скажите, у вас есть то, чего вы не потеряли? — Да. — Вы не потеряли миллион? — Нет, не потерял. — Значит, вы миллионер. Что произошло? Не я ошибся — вы ошиблись логически. Потому что множество вещей, которыми вы обладали и не потеряли, меньше, чем множество вещей, которых вы не потеряли. Мы попадаем на удочку. Отсюда, опять через много опосредующих звеньев, через рациональную терапию П. Дюбуа, например, мы приходим к той же когнитивно-бихевиоральной или бихевиоральной терапии, которая утверждает, что человеку плохо, потому что он думает неправильно, и его нужно научить правильно думать, обучить логике. Эти идеи возникают как попытка противостоять софистам, которые стали обучать красноречию ораторов, политиков, чья задача — убеждать людей в своих идеях.

В отличие от софистов Сократ полагал, что истина, как и нравственность, уже скрыта в душе каждого человека и дана богами (или богом — Сократ и Платон утверждали единого бога-создателя и богов-помощников), только она должна быть раскрыта, и для этого нужно задавать вопросы. Это вечное движение к божественной истине. Сократ открывает диалог как форму философского существования. Причем диалог у него внешний. У него были ученики, но он не вещал истины, или почти не вещал, — он задавал вопросы, но так, что ученики сами находили ответы. Это называлось «маевтика», то есть родовспоможение (это слово не случайно, ведь Сократ был сыном повитухи). Задавание вопросов и «недавание» ответов, создание ситуации диалога, — то, что мы видим у К. Роджерса, то, что мы встречаем с прямой ссылкой на Сократа у В. Франкла¹⁹. Это прямой выход в психотерапию, в ту самую недирективную терапию, о которой мы сегодня с вами говорили.

Если говорить о Платоне, который писал «Диалоги», где Сократ — один из участников, то судя по всему, именно у него возникает идея

¹⁹ У Франкла этот диалог такой же обезличенный, как у Сократа, у Роджерса он эмпатичный.

внутреннего диалога. Платон говорит сам с собой, он ставит себе разных собеседников. Скорее всего, так. Но кроме того, Платон интересен тем, что устами Сократа в диалоге «Федон» показывает одну из первых серьезных психодинамических картин человека. Согласно Платону, душа трехчастна. Есть разумная, страстная (или яростная) и вожделеющая душа. Кстати, именно так устроено государство в Атлантиде, описанное Платоном: город состоит из трех концентрических окружностей, где в центре живут мудрецы, в средней части — воины, а по окраинам — простолюдины. Стало быть, душа конфликтна. Страсти влекут ввысь, вожделение — вниз, а человеческая душа подобна колеснице, запряженной двумя жеребцами, черным и белым, которые тащат колесницу в разные стороны. Души мечутся, колеса ломаются, кони ломают ноги. От чего зависит судьба колесницы? От возничего, и, с точки зрения Платона и, вероятно, Сократа, возничим на этой колеснице должен стать разум, он должен овладеть страстями и вожделением. Если это удастся, то после смерти тела страсти и вожделение умирают, а душа возвращается на звезду, потом приходит к кому-то еще, обогатившись опытом. Разве не то же самое примерно скажет Фрейд? Осознав причины своих проблем, человек может хотя бы отчасти управлять своим поведением и своими чувствами. Идея рационализма, как мощная идея, вошедшая в психотерапию, конечно, идет оттуда²⁰.

Философы рассуждали и о психических заболеваниях, они частично уже были известны. Была известна эпилепсия, была известна мания, была известна меланхолия, хотя она объяснялась больше материалистически: меланхолия — болезнь, связанная с переизбытком черной желчи, поэтому нужно давать рвотное, от переизбытка других жизненных соков — другие вещи. Но если говорить о медицине, действительно, в Греции она была очень развита. Существовало два типа медицины, в разной степени они будут иметь отношение к будущей психотерапии.

Во-первых, была муниципальная медицина, *светская*. Она бралась за все заболевания, но часто терпела неудачу. Наиболее ярким ее представителем был Гиппократ. Он интересен тем, что, во-первых, дал нам некоторый медицинский кодекс, базовые положения которого примут, конечно же, и первые терапевты, которые выйдут из медицины (да они и сейчас звучат). Главный из них «Не навреди». Хотя в отношении душевных явлений нам трудно сказать, что вред, а что не вред, и где вред обернется пользой.

²⁰ Если пользоваться понятием Ф.Е. Василюка «психотерапевтические упования», т.е. на что рассчитывает терапевт, то самым первым и очень долго существовавшим было упование на разум, на осознание, на управление чувствами при помощи разума.

Но еще более интересно то, что Гиппократ указывал на лечебное значение взаимоотношений между врачом и больным, призывая врача, в частности, быть эмпатийным (как мы бы сказали): «Врач, относись к больному так, как ты хотел бы, чтобы относились к тебе, если бы ты был болен». Целебное значение отношения нам близко, поскольку психотерапия — это в первую очередь особым образом построенные отношения.

Гиппократ не был философом, не выстраивал того, что мы бы назвали теорией субстанции и т.д., он брал уже готовые идеи. Наибольшее влияние на него в свое время оказал Демокрит. Это довольно известная история о том, как, когда Демокрит уже был старым, жители города Абдеры решили, что он сумасшедший, потому что вел достаточно уединенный образ жизни, не очень радовался жизни и прочее. И они призвали Гиппократа, чтобы тот был экспертом и засвидетельствовал сумасшествие Демокрита. И согласно этой истории, Гиппократ приехал, побеседовал с Демокритом и вынес решение, что Демокрит — единственный здоровый человек в городе Абдера. В дальнейшем они много общались, вследствие чего Гиппократ утвердился в материализме. Например, для него эпилепсия — это не болезнь богов, а обычное органическое заболевание, которое нужно лечить. При том, что Гиппократ был материалистически мыслящим, искал органические источники заболеваний, в своем Кодексе он удивительным образом выделяет психологические факторы (не называя их так), которые тоже способствуют излечению. Например, он предлагает возле постели больного собирать близких ему людей, шутить.

Для нас более интересна другая медицина — *храмовая*. При храмах бога врачевания Асклепия²¹ были организованы лечебницы — асклепионы. И при этих храмах были жрецы²². То, что они делали, очень похоже на психотерапию²³.

Асклепионы размещались в очень живописных местах. За этим стояла своя философия: болезнь — это нарушение гармонии четырех внутренних стихий — воздух-вода-земля-огонь. В красивых гармоничных местах, то есть там, где сочетаются четыре стихии мира, гармония восстанавливается. Сейчас есть известный прием — лечение средой: среда должна дать то, чего не хватает внутри. Это особенно видно на примере некоторых восточных практик, когда будущего священнослужителя, ес-

²¹ Асклепий (другое его имя Эскулап) — бог своеобразный: он же умер, представляете — смертный бог. За то, что он стал делать людей бессмертными, Зевс его испепелил. Исторически, судя по всему, он не бог, а реальный врач, во всяком случае, у Гомера он не бог, а Фессалийский царь, два его сына врачуют на Троянской войне. Медики считали себя потомками Асклепия.

²² Кстати, Гиппократ был сыном жреца храма Асклепия.

²³ Специалист по древнегреческой культуре — С.А. Жебелев, у него можно по это почитать.

ли он бедный, помещают в богатую обстановку, если богатый — наоборот, в бедную. То есть он должен прожить жизнь, поняв ее полноту.

Приходивший к вратам асклепиона видел многочисленные таблички с благодарственными надписями от излечившихся. В асклепионах не знали неудач (кстати, там брались не за все болезни, а неудачи, видимо, хорошо скрывали). И все были убеждены, что излечение будет наверняка. Как вы понимаете, это полдела — если человек верит, эффект плацебо работает.

Приходивших в асклепион погружали в сон. Вероятно, использовали известные тогда формы гипноза²⁴ и внушение, потому что пробудившиеся от сна говорили, что им во сне являлся Асклепий или какой-то другой бог и давал рекомендации о том, что делать и как жить.

Известно также, что в асклепионах, помимо фитотерапии и прооуба будущей гидротерапии, в качестве целебного средства использовался театр. Театр в Древней Греции — это вообще особая вещь, это совсем не то же, что средневековые или современные театры. В Средние века актеров даже не хоронили в пределах кладбищ, потому что актерство было греховно, считалось попыткой создать свой мир, конкурируя с богом и т.д. В античной Греции прямо наоборот: боги говорили через актеров, отсюда возникли первоначальные маски, отсюда пойдет слово «персона» (но это уже из Рима). Далеко не сразу появились актеры. Сначала это был хор, потом придумали актера, который приходит откуда-то и говорит о судьбе какого-то героя, потом другой актер. Аристотель, обсуждая в «Поэтике» влияние трагедии на зрителя, ввел термин «катарсис» — очищение путем сопереживания герою, путем переживания подобных аффектов. Гораздо позже этот термин войдет в психотерапию, в ранний психоанализ, или даже — в предпсихоанализ, потому что метод, с которого началась новая эпоха в психотерапии, открытый Анной О. и Й. Брейером — это «катарсический метод», очищение через рассказывание о травме. Этот метод перейдет в психодраму Дж. Морено, он используется даже в поведенческой терапии в технике «наводнения» — она заключается в усилении негативного переживания и тоже предполагает катарсический эффект. По некоторым данным (хотя это не подтверждено), больные могли быть не только зрителями, но и актерами в этом театре — это уже совсем близко к психодраме, хотя сам Морено выводил ее не отсюда, а из античных мистерий.

На раскопках асклепионов были найдены подземные лабиринты. Для чего они использовались, не очень понятно. Лабиринты — вещь очень любопытная, и не случайно они выступают как символ жизни в

²⁴ Слова «гипноз» тогда в медицине еще не было (было имя бога сна — Гипнос), и термином «гипноз» станет только в 40-е годы XIX века.

разных интерпретациях²⁵. Вполне возможно, что больных проводили через эти лабиринты, устраивая им разные символические испытания, проходя которые больные оздоравливались. Это действительно очень похоже на психотерапию.

Весьма терапевтичным было то, каким образом расплачивались с врачевателями в Древней Греции — уменьшенными копиями излеченных органов, изготовленных из драгоценных или полудрагоценных материалов. На Балканах были найдены целые раскопки с фигурами маленьких желудочков из серебра и т.д. Так врачу через символическую плату отдавалась ответственность за орган.

Так что в Греции можно найти прообразы очень и очень многого.

Средневековье

Теперь давайте шагнем в Средние века, которые, несмотря на жуткость того времени, для терапии оказались весьма успешным периодом.

Период средневековья длинный, и я буду говорить о нем в общем.

Тогда отношение к врачам было очень настороженное, потому что, с одной стороны, врач вроде бы нужен для тела, а священник — для души, но, с другой стороны, врач вторгается в некий Божий промысел. И поэтому неслучайно многие выдающиеся врачи считались наперсниками дьявола²⁶. Страх дьявола — это одна из основных проблем средневекового человека.

Кроме того действовала очень строгая религиозная мораль, церковная мораль, скажем так, которая возникла не сразу. Если вы почитаете Аврелия Августина²⁷, то, увидите, что он еще очень восприимчив к Древней Греции, работает с аристотелевскими и неоплатоническими идеями. Но в дальнейшем целый ряд тем, которые в Греции были совершенно свободны и очевидны, был закрыт. В частности, наложено огра-

²⁵ Хочу напомнить вам самый известный греческий лабиринт — лабиринт на острове Крит, и миф о Тезее, с символической точки зрения. В этом лабиринте обитал Минотавр, которого Тезеей убил. Попробуем немножечко «поюнгланствовать». Откуда взялся Минотавр? Посейдон, превратившийся в быка, влюбился в жену царя Миноса, она ответила ему взаимностью. Земной отец Минотавра — царь Минос, а божественный отец — Посейдон. А кто отец Тезея? Земной отец — Эгей, а божественный отец Тезея — тоже Посейдон. На самом деле Минотавр и Тезей — братья. Два лика одного и того же: ужасное и прекрасное. При помощи Ариадны, то есть женского начала, Тезей побеждает Минотавра и выходит из лабиринта.

²⁶ Самый знаменитый врач позднего Средневековья — доктор Фауст, который действительно существовал. Его конкурент Парацельс тоже иногда подозревался в связях с дьяволом.

²⁷ Годы жизни Августина 354—430 г.н.э. — *Прим. ред.*

ничество на телесность, потому что тело — это сосуд греха, женщина — вообще сплошное зло. Грамотных людей было мало, и это были исключительно монахи²⁸.

Несмотря на все это, в Средние века возникли некоторые, я бы сказал, культурно выработанные средства терапии (они, естественно, не назывались так).

Например, одним из таких средств были карнавалы, которые существовали во многих ведущих странах. Карнавалы — время, когда можно делать все то, что нельзя во все остальное время, и можно смеяться над всем тем, что страшно. Чтобы не бояться дьявола, над ним надо смеяться. То есть смех выступает как лечебное средство. Карнавальную культуру очень тонко анализирует М.М. Бахтин в своей работе о Франсуа Рабле²⁹. Он пишет, что во время карнавалов низ и верх менялись местами в самых разных отношениях, в частности, социальные верх и низ. Помните «Ночь нищих»³⁰ в «Соборе Парижской Богоматери», когда нищие — короли Парижа? Во многом смеховая карнавальная культура, которую описал М.М. Бахтин, в этом плане была терапевтической. И это «смеховое отношение» потом частично придет в терапию. Скажем, В. Франкл считал, что юмор — это форма свободы.

Страх дьявола действительно был очень силен. Например, были описаны многочисленные случаи, понимаемые нами сейчас как случаи истерии (тогда, конечно, такого понятия еще не было, это в XIX веке истерия станет тем, на чем во многом будет основываться психотерапия). В XIV веке во Франции среди обитательниц женских монастырей была буквально эпидемия, когда эти женщины уверяли, что стали жертвами насилия со стороны злого духа. У них была бременность, которая завершалась мнимыми родами, то есть животик спускался как воздушный шарик. Можно представить, как средневековый человек должен был к мнимым родам относиться: возникает живот, потом опадает, и выходит... что? Дух? Воздух? Непонятно, что это.

²⁸ Дворянину считалось непристойным быть грамотным — не дворянское это дело!

²⁹ Эту работу, кстати, можно увидеть как некое представление Бахтина о психоанализе, с которым он был знаком. И то ли он под фамилией Волошинов, то ли действительно его ученик В.Н. Волошинов написал в свое время работу «Фрейдизм», которую я очень рекомендую почитать, потому что по сути это некая картина современного ему советского общества через представление о низе и верхе, сознательном и бессознательном.

³⁰ Кстати, это имеет античное происхождение: когда-то в Древнем Риме был День рабов, когда рабы и хозяева менялись местами. Чем потом это оборачивалось для рабов, я не знаю.

Что такое болезнь с точки зрения средневекового человека? Это, как правило, вселение злого духа, демонизация. Напомню, что в Средние века индивидуальность не была ценностью, если под индивидуальностью мы понимаем непохожесть. Быть непохожим на других не только не приветствовалось, а прямо наоборот³¹. Те, кого сейчас мы называем психически больными людьми, они же непохожи, они ведут себя «не так». И в те времена они считались либо продуктами инкубата³², либо людьми, одержимыми дьяволом. Следовательно, в этом плане надо изгонять беса. Это осуществлялось самыми разными средствами, но в основном, конечно, экзорцизмом. Изгнание дьявола как некая практика существует до сей поры, хотя понятно, что она уже не столь обширна.

Экзорцисты часто были очень эффективны в своей деятельности. В XVIII веке, например, жил такой протестантский священник по имени Гасснер, который публично демонстрировал изгнание бесов и был в этом очень эффективен. Его обычно вызывали к тем, кого называли «бесноватыми», то есть к людям с эпилептическими или эпилептоподобными припадками. Он приходил в период интермиссии, как мы сейчас это называем, и, обращаясь к больному, говорил: «Если ты демон — покажись». Если после этой фразы больной начинал биться в припадке, то Гасснер изгонял дьявола. А — что любопытно — если нет, то он говорил: «Это к врачу, это не ко мне». То есть он, сам того не ведая, различал реальную эпилепсию и истерическую.

Экзорцизм, в каком-то смысле, — это тоже прототип психотерапии. Экзорцистов мы еще вспомним, потому что борьба с неврозом как с чем-то, что возникло и должно быть изгнано, — это своего рода тоже экзорцизм³³.

Для психотерапии, как вы понимаете, очень важно внимание к детству. В Средние века, вероятно, детство не виделось как особый период жизни человека. В возрастной психологии по этому поводу есть работы

³¹ Крупные личности средних веков, скорее, были образцами, а не индивидуальностями. Например, Карл Великий — самый смелый, самый сильный, но все остальные тоже должны быть смелыми и сильными соответственно.

³² Инкуб — это злой мужской дух, который насилует женщин, и потом либо рождается кто-то, несущий в себе демоническое, либо выходит воздух. Единственным позитивным ребенком инкубата, из мне известных, был волшебник Мэрлин, который все время боролся со своим внутренним дьявольством и который даже направил рыцарей Круглого стола на поиски Святого Грааля, после чего исчез, исполнив свое предназначение.

³³ Корни экзорцизма можно найти и в первобытном обществе: считалось, что, когда что-то извне проникло внутрь, оно должно быть изгнано. Например, колдун прикасал губами к щеке больного, у которого болел зуб, и сплевывал сушу ящерицу — и, что интересно, зуб проходил.

Филиппа Арьеса³⁴. Он пытался понять видение детства в разные времена, анализируя живописные изображения ребенка. Детей в те времена одевали во взрослые одежды. Посмотрите на немецкие средневековые иконы, там на руках у Богородицы лежит маленький взрослый. Ф. Арьес показал, что в старонемецком языке слово «ребенок» означало «недоумок», вернее слово «недоумок» было синонимом нашему «ребенку».

Еще одна характерная черта того периода — очень сложное отношение к творчеству. В средневековом богословии различалось два типа творчества. Один назывался «креация», а другой — «инвенция». Так вот креация — буквально, созидание — считалось божественным творчеством. А инвенция, то есть изобретательство, — это переделка того, что есть, и она считалась творчеством дьявола³⁵. Следовательно, инвенция греховна.

И вот на этом жестком фоне, когда еще и инквизиция занималась изгнанием дьявола и проверкой человека на чистоплотность, в Средние века, тем не менее, возникают прототипы психиатрических лечебниц. Подчеркиваю, именно прототипы. Это было что-то вроде приютов при монастырях, куда могли прийти разные люди. Известны такие приюты в Испании³⁶. Также с XIV века известны лечебницы в Ирландии, которая в то время была очень развитой, просвещенной страной, кладезью науки, там были богатые библиотеки, делались прекрасные переводы. В позднее средневековье возникает знаменитый лондонский Бедлам, который, правда, был скорее тюрьмой, чем лечебницей. Тем не менее, это было пространство, где, содержались больные, хоть и наряду с преступниками и на цепях. Но все же в этот период болезнь демонизировалась.

Повторю, что о средневековье мы знаем мало. Медиевист А.Я. Гуревич в одной из своих книг называл его «культурой безмолвствующего большинства», потому что мы действительно мало знаем о том, что происходило за пределами текстов, которые до нас дошли.

В средневековье мы находим и серьезные прообразы развивающегося интеллектуального рационализма. Это связано с тем, что многие темы были под запретом, в то время как проблемы мышления оставались открытыми. И средневековая схоластика как раз уделяла внимание это-

³⁴ У Арьеса было две очень интересные работы: одна о детстве — «Ребенок и семейная жизнь при старом порядке», и другая — «Человек перед лицом смерти» — о проблеме отношения к смерти в разных культурах.

³⁵ Дьявол одним из имен имел «Мастеровой». В этом смысле, когда мы читаем «Мастера и Маргариту», то возникают некоторые иные планы понимания, о чем там идет речь.

³⁶ Но Испания — страна особая. Долгое время она оставалась под властью мавров, т.е. мусульман, а мусульманская средневековая медицина была очень развита (вспомним, например, Авиценну). И мусульманство долгое время было очень терпимо к иным пространствам, в том числе религиозным.

му вопросу: аргументации, доказательствам. Правда, очень своеобразным. В Средние века аргументом, например, могла быть ссылка на авторитет, причем аргументом неоспариваемым: так сказал Августин, значит, так оно и есть, или ссылка на Священное Писание³⁷.

Рационализм будет усилен в позднесредневековое время протестантизмом. Я уже говорил, что протестантизм сыграл очень важную роль в появлении психотерапии в будущем. Но в целом он отличался от католицизма и православия тем, что именно протестанты стали переводить священные тексты на национальные языки. До этого церковь была не просто особой организацией — там говорили на мертвых языках (на латыни, на древнегреческом), которых народ, конечно же, не знал, — то есть это было нечто эзотерическое. Протестанты же стали делать переводы на родные языки³⁸.

Как мы уже говорили, в протестантизме связь с Богом более интимна. Также там есть представление о том, что каждому человеку уже предписана его судьба и нужно ее понять, чтобы как можно правильнее вести себя на этом пути. Кстати, протестантизм не признавал богатство греховным — это просто Бог тебе подал, а если тебе суждено быть бедным, то бедным так и будешь, но все равно нужно быть на своем пути. Поэтому протестантизм — очень индивидуально-ориентированная религия. И рационалистическая, потому что там не существует большей части таинств, нет исповеди, нет отпущения грехов, существует отказ от внутреннего церковного роскошества и, кроме того, нет Священного Предания³⁹. Следовательно, можно опираться только на анализ текстов Священного Писания. Отсюда появляется рационализм, который потом перейдет и в философию Нового времени, и даже католики, типа Декарта, испытают очень сильное влияние протестантизма. Разум начинает восприниматься как некая сила, которая может познать Истину, выявить ее.

Новое время

И вот мы с вами уже незаметно подошли к Новому времени. Демонизация по большей части уходит, возникает новая ситуация.

И я специально не говорю об эпохе Возрождения — это же не хронологическая эпоха, а культурологическая, включающая в себя позднее Средне-

³⁷ В нашей стране в советское время возникнет средневековье в этом же смысле: так сказал Маркс, значит, это правильно, и не дай бог это в чем-нибудь оспаривать.

³⁸ Если вы помните «Фауста», в начале пьесы главный герой переводит Евангелие на немецкий и не может перевести, потому что то, что мы знаем как «в начале было Слово», по-гречески звучит как «в начале был Логос». И Логос оказывается всем: и делом, и мыслью, и смыслом.

³⁹ В католицизме это речи Папы Римского, которые принимаются как абсолютная истина, в православии это решения Соборов.

вековые, раннее Новое время. Но как раз эпоха Возрождения стала возвращать внимание к индивидуальности. Это проявилось, например, в том, что в это время возникает портретная живопись. Не символическая, религиозная, а именно портретная⁴⁰, требующая внимания и понимания некоторых «психологических» нюансов. В развитии портретной живописи видно, как сначала это просто изображение лиц. Потом появляется антураж — своего рода язык, который задает понимание этого портрета. Это также нашло отражение в появлении любовной поэзии (Петрарка, Боккаччо), скульптуры, таких хулиганских книг, как «Гаргантюа и Пантагрюэль».

Любопытный момент — Алексей Федорович Лосев⁴¹, ученик В.С. Соловьева, в книге «Эстетика Возрождения» пишет о том, что внимание к индивидуальности привело к двум противоположным тенденциям в культуре.

Одна из них очевидна — это гуманизм, который берет начало еще в Античности. Те же софисты говорили: «Человек есть мера всего сущего». С другой стороны, это привело к появлению фашизма. Каким образом? В чем логика Лосева? Когда человек становится в центр, тогда идея богочеловека неявно подменяется идеей человеко-бога — человек определяет свою судьбу. От идеи человеко-бога делаем шаг до идеи ницшеанского сверхчеловека. От идеи сверхчеловека, которая сразу создала противоположную тенденцию⁴² («негатив» сверхчеловека) — еще немного ее «изломав», мы получаем идею сверхнации, считающей, что мы — это мы, потому что мы хороши, а остальные плохи, потому что они не мы, которая начинает диктовать, как жить, как верить, и так далее.

Ф. Ницше обычно крайне неправильно трактуется, на самом деле он не имел к фашизму никакого отношения. Основная его идея заключается в том, что «воля к власти» — это необязательно воля к политической власти, это стремление к саморазвитию, самоутверждению⁴³ (что очень близко идее самоактуализации).

⁴⁰ Правда, что-то похожее можно найти еще у Джотто, который изображал Богородицу как человека, хотя непонятно — конкретного или нет.

⁴¹ Вы знаете, наверно, этого философа. А я его даже еще помню, потому А.Ф. Лосев прожил более 90 лет и последние годы преподавал там, где я учился на психологическом факультете — в Ленинском педагогическом институте, на кафедре методики преподавания иностранных языков.

⁴² Пример такого «негатива» сверхчеловека можно найти у Джека Лондона в образе морского волка Ларсена. А в его же романе «Лунная долина», правда, очень слабом, напротив, описана жизнь физически и нравственно совершенных сверхлюдей.

⁴³ Хотя парадоксальным образом Ницше не любил христианство. Он считал, что это религия римских рабов, которая призывает к смирению, а нужно, наоборот, себя утверждать.

Ницше сыграет большую роль в истории психотерапии, привнеся саму идею мотивации, внутренних конфликтов, движения. У него другое отношение к истине, ведь, строго говоря, Ницше ничего не аргументирует, он просто красиво пишет⁴⁴, и это оказывается достаточно точным аргументом. Кроме того, Ницше будет знаком с Лу Саломе. Это была такая интересная женщина в истории психоанализа — не взаимная любовь Ницше, не взаимная любовь Рильке. Возможно, говоря о психоанализе, мы о ней еще вспомним. И напомним, что одна из книг И. Ялома называется «Когда Ницше плакал» — это тоже неслучайно.

Для нас важно, что внимание к индивидуальности порождает внимание к самому себе, попытку себя понять. И если говорить о Новом времени (XVII—XVIII век), то эту попытку самопонимания мы видим и в философии — у Р. Декарта, обращающегося к себе, у Дж. Локка, который формулирует идею рефлексии⁴⁵ как взгляда на самого себя.

Кстати, началось-то все это тоже гораздо раньше. Я упоминал Аврелия Августина, который в V веке написал первую в истории рефлексивную книгу «Исповедь», где он пытается проанализировать себя с детства, понять себя, свои отношения с миром. Первый вопрос, которым задается Августин: «А зачем я эту книгу пишу? Вот я рассказываю о себе, рассказываю не священнику, людям... Хочется думать, что я хочу помочь другим. А, может быть, это у меня честолюбие? Может быть. Какое человек с детства — хороший или плохой? Плохой, — говорит Августин, — Почему я в детстве любил воровать яблоки из отцовского сада? Я же мог прийти и взять. Но я любил воровать. Я любил играть. А что такое игра? Сама игра — замечательная штука, но я же выигрываю у кого-то и тем самым его унижаю». Вот смотрите: V век, раннее средневековье, один из отцов церкви (блаженный в православной традиции, святой в католической), размышляет: «Как мне познать истину? Бог — это слишком высоко, я не дотянусь. Земля — это слишком низко. Через себя, познавая себя». Идея самопознания — это то, что, пройдя через Средние века, и как бы исчезнув там, появится опять в Новое время.

Пытаясь понять себя и свое возможное будущее, человек оказывается перед лицом ответственности за свою жизнь. Об этом писал Эрих Фромм в работе «Бегство от свободы». Он считает, что феномен свободы возникает только в Новое время. Так, в Средние века крестьянин ни при каких усилиях не мог бы стать дворянином, ему незачем было скапли-

⁴⁴ И пишет кратко и емко. В связи с тем, что он очень страдал от болезни (рано перенесенного сифилиса), у него были головные боли, в промежутках между приступами он и писал свои афоризмы.

⁴⁵ В философии такое ударение было — рефлѣксія. В психологии чаще говорят: рефлексия.

вать большие запасы, потому что их у него отбирали, а в Новое время, оказывается, появляются новые возможности⁴⁶. Например, можно выслужить себе дворянский титул. Вспомним петровскую эпоху, Табель о рангах: человек, который на воинской службе заслуживает низший офицерский чин (прапорщик), получает дворянство и передает его потомкам, теперь оказывается возможным выстраивать свою будущую жизнь.

Новое время — это еще и время развития механики, поэтому человек часто будет видиться как полумашина (у Р. Декарта), а в XVIII веке и просто как машина (у Э.Б. де Кондильяка). Причем механицизм — это не только потому, что появляется много машин, это способ видения: весь мир как механизм.

Для нас, если мы говорим о психотерапии, важно, что представление о человеке как о механизме — будет одной из линий, которая со временем приведет к бихевиоризму. В первую очередь это будет связано с Декартом, который будучи «непоследовательным дуалистом», разделил человека на две субстанции: душевную и телесную, приписав душе свойства мышления, а телу — протяженность (таким образом, только у человека есть душа, больше ни у кого⁴⁷). Он первым создал теорию рефлексорной дуги. Декарт полагал, что есть животные духи, которые обитают в нервах. Нервы — это трубочки, подобные кровеносной системе (а он уже знал кровеносную систему, знал У. Гарвея и сам занимался анатомией). Как происходит движение? Наступает человек босой ногой на горячий уголь — по нервам начинают двигаться животные духи (это такие легчайшие пары крови, которые выделяются через кровообращение в нервную систему), двигаются в сторону головного мозга, там открываются клапаны, происходит механическое отражение. Угол падения равен углу отражения — и по другим нервам (по центробежным, как мы говорим) они движутся в мышцы органов движения, мышца надувается и нога поднимается.

Так или иначе, идея рефлекса будет живучей — она придет в медицину, придет к И.П. Павлову, потом «переселится» к бихевиористам. Это особая картина человека. И отсюда возникнут будущие психотерапевтические идеи о том, что нужно создавать и формировать правильные навыки, по сути, рефлексы разного типа.

⁴⁶ В Европе в Новое время уже были свободные крестьяне, ремесленники, цеховые братства. И ни в одной другой стране, кроме России, крепостные не составляли большинства.

⁴⁷ Один из последователей Декарта Н. Мальбранш полагал, что поскольку у животных души нет, то когда они кричат, это механические вибрации, они не чувствуют боль — поэтому резал по живому. Декарт же считал, что животные могут чувствовать боль, только они этого не понимают — к душе относится мысль о боли, а не чувство боли.

Свойство души, по Декарту — мышление. В Новое время частично рождается будущий ассоцианизм, появляются попытки понять метод правильного мышления, появляется вера в возможности разума в познании истины. Отсюда возникают проблемы методологии, правильно-го познания (Ф. Бэкон, Р. Декарт и др.). Для нас с вами это важно, потому что попытки найти право на утверждение истины касаются, в том числе, и понимания человека, и понимания терапии.

Здесь мы немного уйдем от планомерного рассказа и обсудим вопрос о познаваемости мира. Дело в том, что в XVII веке рождается классическая наука (Декарт, Ньютон) — возникает идея, что мир можно познать. Но что для этого нужно сделать? Нужно встать в объективную, внешнюю позицию по отношению к миру, посмотреть на него со стороны, и если у нас есть правильный метод мышления, то мы как бы «вычерпаем» те законы, которые существуют в мире. Предполагается, что эти законы априори существуют, их можно «вычерпать» и сформулировать. В эту классическую эпоху речь, собственно, шла о мышлении об идеальных объектах. Законы, о которых писал Ньютон, мы в жизни не встретим — существуют другие силы, которые в идеальном варианте не учитываются, но, в целом, эти законы есть. И, когда Ньютон их сформулировал, все считали, что мир уже объяснен и дальше можно не об-яснять.

Тут возникает вопрос. Согласны ли вы с тем, что человек, поставив себя во внешнюю позицию и взяв правильный метод, действительно может высказать истину о мире? Эта вера существовала долгое время и проявила себя в естественных науках⁴⁸. По Декарту, чтобы познать истину, нужно во всем усомниться, несомненное принять за истину и дедуктивно перенести все это на мир. Пройдет время и окажется, что это неправда.

Картина, которую мы получаем, очень зависит от метода. И, по сути, мы получаем картину не мира, а мира с нашим методом. Это очень явно проявит себя, например, в физике. Дж. Максвелл, изучающий магнитное поле, выясняет, что введение прибора в магнитное поле меняет свойства этого поля. То есть данные, которые мы считываем в приборе — это не про магнитное поле, которое мы хотим исследовать, а про магнитный прибор.

Также в XX веке это проявит себя в логике, когда окажется, что и Аристотелева формальная логика (вроде бы надежный инструмент) — не надежна. Ученый и философ Бертран Рассел, размышляя

⁴⁸ Но не в ранней психологии. Психолог не мог встать во внешнюю позицию по отношению к миру. Он пытался встать во внешнюю позицию в отношении себя. Это и есть рефлексия, а ее методом была интроспекция.

о теории множеств, поделит все множества на нормальные и ненормальные. Чем они различаются? Тем, что ненормальные включают себя в себя в качестве элементов. Например, «список всех списков» — это же тоже список, значит, он должен себя в себя включать. Вопрос: каким будет множество всех нормальных множеств? Ненормальным? Тогда как множество всех нормальных множеств — оно как ненормальное должно включать себя в себя, и тогда это будет множество и нормальных, и ненормальных. Не получается. Оно не может быть ни тем, ни другим.

Это то, что Рассел считал выраженным в знаменитом парадоксе брадобрея. Помните? Есть город, где живет брадобрей, он из него никуда не выезжает и бреет всех тех и только тех жителей города, которые не бреют себя сами. Кто бреет брадобрея? Вопрос, который не имеет ответа. Если он сам себя бреет — он не имеет право себя брить, ведь он бреет только тех, кто не бреет себя сам. А если он не бреется сам — он обязан себя брить, потому что он бреет всех, кто сам не бреется.

А. Тарски из этого построит теорию метаязыков: мы не можем говорить о равноуровневых вещах с одного уровня, мы должны каждый раз подниматься. Например, «это стол» — это один уровень. «Утверждение “это стол” — истинно» — это другой уровень. «Утверждение о том, что “утверждение “это стол” — истинно” — истинно» — это третий уровень. Кстати, эта теория метаязыка вошла в НЛП. Там даже есть похожее упражнение: вот сижу я — вот сижу я, смотрящий на себя — вот я третий, смотрящий на первых двух (такая искусственная шизофренизация — не забыть бы потом вернуться).

Таким образом, методология, которая возникла и существовала в Новое время, себя не оправдывает.

Если мы с вами говорим о психотерапии: когда я пытаюсь терапевтически что-то понять, могу ли я отказаться от своих нравственных ценностей, от своих установок, убеждений? Получается, тоже нет. И то, что я формулирую в этом плане, это еще и я — в контексте мира, метода и меня самого. Это называется постнеклассическая рациональность⁴⁹. С ней мы имеем дело в любой психологической практике, и именно она имеется в виду, когда психотерапия рассматривается как научная дисциплина, как способ познания терапевтического отношения к миру.

⁴⁹ Конечно, раньше считалось, что наука — самое правильное познание, а философия — высшая форма этого познания. Так нас учили в школе. Но сейчас мы находимся совершенно в другом отношении к науке, признавая другие формы познания — религию, искусство и просто наше духовное существование. О видах рациональности вы можете почитать у методолога В.С. Степина.

Вернемся в Новое время. В этот период изменяется отношение к заболеванию⁵⁰. Поскольку исчез аргумент ссылки на авторитеты, стало возникать недоверие к церковным как бы абсолютным истинам. Ведь существовал парадокс: когда в свое время Гарвей открыл кровеносную систему, церковь резко воспротивилась, потому что круг — это божественная форма и не может быть у собаки, например. Так же очень долго не признавалась эллиптическая форма орбит планет, так как в небесной сфере должен быть круг, а не эллипс. Появились скептики, которые стали по-иному понимать ситуацию. И уже не одержимость дьяволом стала считаться основной причиной душевных заболеваний. Хотя экзорцизм в Новое время еще продолжал существовать, но, как правило, психически больных теперь приравнивали к преступникам и относились к ним так же. Их держали на цепях в тех же тюрьмах по типу Бедлама⁵¹. В Германии в раннее Новое время появилось такое изобретение — «корабли дураков», которые служили плавучими тюрьмами, куда людей сажали, приковывали и пускали по рекам. К каким-то городам судно могло пристать, людей там кормили и отправляли дальше. И в конце концов судно уплывало в море, где исчезало.

Таким образом, отношение к болезни секуляризировалось, т.е. стало более светским. Основным аргументом было то, что эти люди мешают общественному порядку, который тогда виделся как нечто очень значимое.

И сейчас мы вышли на очень важный момент, которым закончится период прототипов в истории психотерапии. Мы подошли к концу XVIII столетия, когда ситуация начнет радикально меняться в силу разных причин, в том числе и политических.

В этот период произошли две важные для нас вещи.

Во-первых, на рубеже XVIII—XIX веков возникает психиатрия — не прототипы, не предпосылки, а психиатрия как часть медицины. И возникает она в достаточно парадоксальной ситуации. На волне довольно жуткого события — Французской революции, которая начиналась с романтики — «свобода, равенство, братство», но обернулась террором и смертью, французскому врачу Филиппу Пинелю удалось «снять оковы с душевнобольных». Причем снять и в прямом, и в фигуральном смысле. В клинике Бисетр, которая, по сути, тогда была тюрьмой, он создал особое социальное пространство для душевнобольных, призвав к гуманному отношению к ним. (Правда, при этом позволялось обливать их холодной водой, буйных связывать, но в це-

⁵⁰ Я рекомендую по этой теме посмотреть книги А. Лоренцера «Археология психоанализа» и М. Фуко «История безумия в классическую эпоху».

⁵¹ Такая ситуация продолжалась довольно долго, она начала меняться только в начале XIX века. Карл Маркс вспоминал, что видел в Англии в рабочем доме женщину, которая 40 лет провела на гнилой соломе прикованная к стене. Подобные страшные картины можно увидеть, например, в старых фильмах про Шерлока Холмса или про Джека-Потрошителя.

лом проявлялось гуманное отношение). Пинель описал это в «Трактате об отчуждении», вышедшем в 1801 году. Хочу обратить ваше внимание на некоторые проявляющиеся здесь проблемы. Вспомним лозунг Революции: «свобода, равенство, братство». Когда больных отделяют в особое пространство, возникает вопрос: а где здесь свобода? равенство? Этот этический и юридический парадокс существует до сих пор: имеют ли душевнобольные какие-то права, а если имеют, то какие? И это тем более возлагает на нас ответственность думать о том, что же является критерием заболевания⁵². Тогда это не осознавалось как проблема, отчуждение считалось благом.

Для нас появление психиатрии важно потому, что психотерапия во многом возникла из клинического опыта. Очень редко она базировалась на психологических теориях. Если брать соотношение «психотерапия — психология», психотерапия дала психологии больше, чем взяла от нее. З. Фрейд — прежде всего психотерапевт, К.Г. Юнг — прежде всего психотерапевт, К. Роджерс — прежде всего психотерапевт. Их теории возникали вслед практике. Обратная ситуация в поведенческой и когнитивной психотерапии. Действительно, бихевиоризм и когнитивная психология возникли раньше, чем соответствующие терапевтические подходы. В остальном все было наоборот.

Второе событие будет связано с появлением практики, которая еще не формулировала психотерапевтических задач, но по сути осуществляла именно психотерапию в контексте медицины. Я уже упоминал экзорциста И.И. Гасснера, деятельность которого разворачивалась в XVIII веке. Австрийский врач Франц Антон Месмер не верил в одержимость дьяволом и считал, что успехи Гасснера в излечении связаны с очень сильным животным магнетизмом. Описание животного магнетизма будет одним из решающих моментов в рождении будущей психотерапии, а с Ф. Месмера начинается то, что можно называть ее предисторией, а возможно и самой психотерапией.

THE HISTORY OF PSYCHOTHERAPY. LECTURE 1. INTRODUCTION TO THE HISTORY OF PSYCHOTHERAPY

I.B. GRINSHPUN

⁵² Политический аспект здесь тоже очень важен. В свое время у нас в стране диссидентов сажали в «психушку», ставя официальный диагноз «вялотекущая шизофрения». Это было следствием слов Хрущева о том, что в советской стране нормальный человек не может не любить советскую власть.