

ВТОРАЯ МОСКОВСКО- ЭЗАЛЕНОВСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ МОСКОВСКОГО ГЕШТАЛЬТ ИНСТИТУТА ПО ФИЛОСОФИИ ПСИХОТЕРАПИИ (март 2010)

Н.Б. КЕДРОВА

В статье представлен отчет о Московско-эзаленовской конференции. Рассказывается об основных участниках мероприятия, о ключевых темах, которые были освещены в докладах и дискуссиях.

Ключевые слова: конференция, философия, психотерапия, гештальт-терапия.

Наверное, надо было оказаться «за тридевять земель», на другом конце Света, среди огромных эвкалиптов и колибри, на берегу Тихого Океана, подальше от московских дел, телефонов, обязательств, чтобы не спеша поделиться разными мыслями, вопросами, на которые еще нет складных ответов. Наверное, хорошо было откататься от формата большой многолюдной конференции, с запланированными докладами, обилием информации, встреч, впечатлений, чтобы все участники могли хорошо видеть и слышать друг друга.

Наверное, было важно собраться вместе в домике Перлза, с большим окном во всю стену и камином, чтобы посвятить время внимательной беседе с людьми, хотя и известными друг другу, но не так уж часто собирающимися за одним столом, и попытаться принести с собой привычную смесь дачной праздности и научной лаборатории.

И еще важно, что всему этому приключению предшествовала идея Даниила Хломова собрать именно в этом месте именно этих людей, среди которых были Дмитрий Леонтьев, Владимир Баскаков, Елена Мазур, Гордон Вилер, Елена Калитеевская. В конференции также приняли участие эзаленовский гештальт-терапевт, ученик Фрица

Перлза Сеймур Катнер и ученик Питера Левина, телесный травмотерапевт Джон Ингл.

Идея сделать темой этой конференции именно философию психотерапии не случайна. Дело в том, что психотерапевтическая практика сталкивается терапевта с разнообразным и глубоким опытом человеческой жизни, ему приходится соприкасаться и с телесным опытом клиента, и с его личностными смыслами, иметь в виду культурный, социальный и экономический контексты его жизни. Все это и заставляет специалиста постоянно обращаться к основополагающим философским вопросам: о первичности бытия и сознания, смысла и опыта, о соотношении души и тела, свободы и детерминизма, этических и эстетических аспектов жизни. В профессиональной практике эти вопросы представлены на уровне индивидуальной истории человека, уникальных переживаний, и часто — в виде неразрешимых противоречий и внутренних конфликтов. Чтобы поддерживать собственную целостность, психотерапевту недостаточно знания методов и техник, необходимо философское и методологическое основание, которое дает возможность для преодоления этого противоречия, да и описать, проанализировать и обобщить эти знания и личный — тоже уникальный — опыт психотерапевта можно только на таком же глубоком философском и методологическом уровне.

Эта конференция соединила в себе множество красок. Институт Развития Потенциала человека, придуманный двумя друзьями студентами Стенфордского Университета Майклом Мерфи и Диком Прайсом, носит имя древнего индейского племени Эзален. Московский Гештальт Институт (МГИ) представляет собой программу подготовки практикующих гештальт-терапевтов, объединенных в Сообщество практикующих психологов (Гештальт Подход). У Эзаленовского Института есть земля, помещения для жизни и для работы, люди, которые за этим ухаживают, президент Гордон Вилер и директор программ Ненси Вилер, приглашенные преподаватели, которые проводят там свои программы и отдельные семинары. У Московского Гештальт Института есть опыт обучения гештальт-терапии и супервизии, есть программа, в которой этот опыт представлен, есть президент ОПП (ГП) Даниил Хломов, есть люди, которые практикуют гештальт-подход и поддерживают и развивают эту программу через конференции, обмен опытом и собственную практику. Важный принцип организации Эзалена — никаких официальных приоритетов: массаж, гештальт, йога, философия, шаманы, психологи, художники, анатомы — все и всё, что может поддержать развитие человеческого потенциала, присутствует в пространстве. МГИ объединяет гештальт-терапевтов, и отношения строятся на принципе независимого диалога — каждый думает и делает, как сам понимает, но при-

существует в отношениях и в обсуждениях и несет ответственность за свои действия своим честным именем.

Хочется рассказать о том, что происходило на самой конференции, но есть опасения, что в силу включенности автора в процесс в качестве и переводчика, и докладчика, и непосредственно участника обсуждения этот рассказ может быть не всегда объективным и нейтральным.

Как организатор и вдохновитель конференции первым выступил Даниил Хломов. В своем докладе он рассказал очень много новых не совсем привычных идей, рассматривал процесс психотерапии через призму теории сознания и теории Поля Курта Левина. В этом докладе говорилось о соотношении понятий «сознание» и «поле», как описывающих аналогичные процессы структурирования картины мира, о том, что сознание не может быть описано как изолированный индивидуальный феномен, а является частью группового сознания: группы, сообщества, культуры, частью живой и подвижной системы, в которой происходит постоянный взаимообмен, взаимоизменение. Даниил также высказал идею о том, что теория сознания и теория поля — это одно и то же как по содержанию, так и по структуре. Психологические нарушения, с которыми люди обращаются к психотерапевту, являются следствием изоляции индивидуального сознания, искажением картины мира и способа структурирования опыта, а в ходе терапии восстанавливается связь с групповым сознанием и способность структурирования. Таким образом, Даниил высказал идею о том, что предметом психотерапии является индивидуальное сознание, а общим методом — согласование с групповым сознанием, так что по сути любая психотерапия является групповой терапией, (я бы сказала еще — терапией контакта). Также он говорил о гештальт-философии и динамической концепции личности, как о способе описания присутствия и активности человека в биологическом, межличностном и общечеловеческом культурном аспектах, выделив как основу этой концепции идею последовательной смены метапотребностей: в безопасности, привязанности и свободе обращения. В завершение доклада Даниил еще раз обозначил три вопроса, которые вытекают из практики гештальт-терапии и впадают в поле-океан гештальт-философии. Это вопрос о реальности и как к ней относиться, вопрос о Я и его месте в поле, и вопрос о сексуальности, в частности о роли сексуальности в контакте.

Доклад вызвал к жизни обсуждение содержания понятий «сознание», «реальность» и «Я», которое довольно естественно перешло в доклад профессора психологического факультета МГУ Дмитрия Леонтьева. Дмитрий направил свои рассуждения в русло осмысления психотерапии в философском и жизненном поле. Доклад был фактически при-

мером искусства в классическом стиле, с изящными и точными иллюстрациями, свободном привлечении интереснейших цитат. Дмитрий Алексеевич фактически расширил наш круг собеседников, включив в него Юнга, Франкла, Далай Ламу, и многих других достойных авторов. Но самым интересным были, конечно, собственная позиция автора, продолжающая традиции экзистенциальной психологии, его рассуждения о том, что предметом психотерапии является жизненный мир человека, отношения с миром, отношения с иным в мире и в жизни. Леонтьев рассматривает процесс жзнетворчества, а психотерапию — как одну из практик жзнетворчества. Он описал качество этих отношений через категорию понимания и осмысления опыта, а бурное обсуждение его доклада касалось различения процессов психотерапии и жзнетворчества, процессов понимания и осознания, смысла и переживания в понимании Дмитрия Леонтьева.

Хорошим подарком для конференции стал доклад Гордона Вилера, президента Эзелена, давнего друга МГИ, автора многих книг, одна из которых «Гештальт-терапия постмодерна» была переведена и на русский язык. Гордон говорил о влиянии индийской философии на возникновение и развитие Эзелена и гештальт-терапии. Он выделил идеи интегральности, релятивизма, принцип развития сознания, как основные философские позиции, на которых строится методология гештальт-терапии и Эзелена. Как Институт был создан для объединения всех аспектов бытия человека — телесного, эмоционального, рационального и духовного, так и гештальт-терапия направлена на интеграцию этих аспектов в пространстве отдельной жизни отдельного человека. Институт не предполагает поддержки одного единственно верного направления познания и образа жизни, и гештальт-терапия строится на допущении, что позиция терапевта и его мнение не правильнее и не удобнее позиции одного клиента или другого. Институт направлен на исследования сознания человека и полагается на то, что в результате будет происходить развитие сознания, и гештальт-терапия опирается на то, что в результате осознания себя произойдет развитие сознания человека. Гордон определил гештальт как систему понимания того, каким образом человек конструирует свой опыт, соответственно гештальт-терапия сфокусирована на том, как человек ориентируется и справляется с ситуацией новизны, что имеет большое значение для выживания. В некотором смысле жизнь и терапия противонаправлены: жизнь конструктивна, терапия — деструктивна, жизнь создает целостность, терапия разделяет и выделяет части, чтобы создалась новая целостность. Гордон выступал очень увлеченно и интегрально, свободно и глубоко обращаясь к материалам современной нейропсихологии, теории развития, в то же время неспеш-

но-терапевтично, проясняя и иллюстрируя свои рассуждения примерами, улыбаясь и поглядывая на аудиторию, как бы приговаривая: вы же все это знаете, и знаете еще что-то кроме этого. Это было тепло и немного смутительно. В завершении Гордон подарил всем свою книгу «Сocreating the field». Из доклада Гордона Вилера выросли вопросы об этике гештальт-терапии в полевой перспективе, о понятии здоровья и патологии, о диалектике индивидуального и полевого.

Разговор был продолжен Владимиром Баскаковым. Доклад Владимира «Тело: между жизнью и смертью» был посвящен отношениям жизни и смерти как одному из самых волнующих, острых, предельных переживаний встречи Я и Иного. В этих отношениях проявляется, переживается и противостояние, и единство духовного и телесного опыта, эмоционального и рационального, принадлежности и отдельности. Основанием для рассмотрения было представление о единстве, целостности и неопределенности общих процессов мира и человека в мире. В начале доклада Баскаков говорил о научном и интуитивном познании в ситуации неопределенности, выбора и детерминированности поведения человека и возвращал внимание слушателей к понятиям души и тела, жизни и смерти как основным для вопросов психотерапии. Он описал разные проявления и воплощения жизни и смерти, которые могут быть определены и философскими понятиями, и метафорами (напряжение и расслабление, движение и покой, вдох и выдох, конечность и вечность, ограничение и бесконечность). Также он говорил о формах, в которых эти переживания могут быть доступны и в которых восстанавливается баланс и саморегуляция (расслабление, сон, завершение, оргазм, безумие, опредмечивание человека), обнаруживающиеся в принятии сущего во всех проявлениях и осознанном участии в смене естественных знаков и ритмов, как ночь сменяет день. Доклад завершился демонстрацией метода, где можно было наблюдать проявления целостности и единства телесного и духовного.

В следующем докладе Елены Мазур была предложена теория травмы и телесной работы в психотерапии травмы, развиваемой Питером Левиным. Елена рассмотрела возможности исцеления психологической травмы через работу с телесным напряжением в парадигме целостности психического и телесного, единства телесных и эмоциональных процессов. Лекция вызвала большой интерес и перешла в активную дискуссию про соотношение понятий «травма», «незавершенная ситуация», «боль», о специфике отношений терапевта и клиента при фокусировке на травме.

Встреча с Сеймуром Катнером состояла из короткого теоретического выступления о целостности и присутствии в целостности как базо-

вых принципах гештальт-терапии Фрица Перлза времен его работы в Эзалене, о присутствии терапевта как основном инструменте терапии, присутствии в контакте с собой и миром, в целостности дыхания, движения, переживания. Кроме того, можно было непосредственно пережить опыт поддержки терапевтом целостности процесса клиента в двух сессиях, проведенных Сеймуром. В результате участникам удалось встретиться с философией, воплощенной в способе присутствия терапевта в форме точного дозированного внимания к процессу клиента.

Доклад Елены Калитеевской был посвящен философским проблемам психотерапевтической практики. В нем были затронуты вопросы личной философии терапевта, определение поля профессии и специфика профессионального мышления, этические аспекты психотерапевтической практики, индивидуальный путь терапевта, и в связи с этим выделены три вершины «Феноменология — теоретические идеи — социальное», образующие пирамиду философии психотерапевта. Елена обозначила важный аспект соотношения идентичности и развития профессионального психотерапевта, заложенную асинхронию и противоречивость этого процесса.

Последним в программе был доклад автора этого обзора. Несмотря на пока еще недостаточную сформулированность, я рискнула предложить гештальтистскую модель развития, согласующуюся с гештальт-подходом. Эта модель строится на представлении о целостности мира и синхроничности как принципе его организации. В этом ракурсе развитие рассматривается не как индивидуальный, а как полевой процесс взаимной синхронизации ребенка с окружающим миром людей, предметов, природных и культурных процессов за счет постоянного взаимного приспособления, взаимной сонастройки. Состоявшейся синхронизации соответствует переживание узнанности в своей интенциональности и согласованности с другими, несостоявшейся синхронизации — переживание изолированности. Эта модель позволяет рассматривать развитие в парадигме диалога «здесь и сейчас», опираться не на удовлетворение голода, а на создание новых форм. Доклад вызвал много вопросов про само понятие синхронизации, соотношение с понятиями контакта и слияния, переживания узнанности и познанныости, развития и изменений.

Завершающим событием стала веселая мастерская Джона Ингла «Групповое тело», зеркально отражающая начало конференции в докладе Данилы про групповое сознание. Начавшееся с чистого разума завершилось телесным бессознательным.

Динамика конференции показала движение от представлений о поле к прояснению индивидуального, получилось такое общее движение:

групповое сознание — понимание, осмысление, личный выбор — структурирование опыта в поле социальных отношений — воссоединение душевного и телесного через умирание — терапия травмы, исцеляющий терапевт — присутствующий терапевт, поддержка процесса — осмысление опыта терапевта, личная философия — непрерывная синхронизация с бесконечно разнообразным миром.

Можно сказать, что получилось поговорить, есть надежда, что получилось и услышать, получилось поприсутствовать и, возможно, получилось согласоваться, получилось пережить, наверное, получилось и сотворить...

THE SECOND MOSCOW-ESALEN CONFERENCE ON PHILOSOPHY OF PSYCHOTHERAPY OF MOSCOW GESTALT INSTITUTE (March 2010)

N.B. KEDROVA

The article presents the Second Moscow-Esalen conference. It contains information about its main participants, the key themes which have been shined in reports and discussions.

Keywords: conference, philosophy, psychotherapy, gestalt-therapy.