

Буренкова Е.В. (Пенза, Россия)

Пензенский государственный педагогический университет им. В.Г.Белинского

ТЕЛЕСНОСТЬ КАК ВЫРАЗИТЕЛЬНОЕ ИСКУССТВО ЧЕЛОВЕКА В ДВИЖЕНИИ И ЗВУЧАНИИ

Тело – место пребывания самости.

П.Льюис, А.Австрайх

В описании собственных состояний человек неизменно «привносит» тело, потому что это единственное, что дано нам в ощущениях и видимости одновременно. Мерло-Понти писал: «Живописец «привносит свое тело». Чтобы понять эти транссубстантивации, нужно восстановить действующее и действительное тело как не кусок пространства, не пучок функций, а переплетение видения и движения» [1]. Выражение собственно душевных состояний возможно с помощью экспрессивных методов выражения через метафоры – движения, голоса, рисунка, лепки, музыки и т.д.

Лакофф и Джонсон (Lakoff and Johnson, 1980, 1999) подчеркивают значение метафор («тех метафор, с которыми мы живем») как индикаторов различных соматических процессов и ощущаемых человеком реакций на разные жизненные события. Они также указывают на тесную связь телесного опыта с сознанием и то, что движения тела являются результатом развития его способности к реагированию на текущие и предвосхищаемые средовые воздействия. Движения тела имеют различные траектории, отражающие как осознаваемые, так и неосознаваемые реакции. При этом мысли, голос, чувства и движения интегрируются на метафорическом уровне с тем, чтобы обеспечить наиболее содержательную характеристику состояния.

Движение и звучание человека носят идеосинкретический характер. Они представляют его индивидуальность и являются проявлением субъективного мастерства выражения внутреннего мира переживаний и ощущений, мыслей и чувств. Движение и звук является телесными образованиями, поэтому исследование их особенностей выражения соприкасается с исследованиями телесности.

Телесность как объект психологического исследования.

Выделение телесности как объекта психологического исследования осуществляется путём соединения психического и физиологического в единую сущность. Кроме того, существует разграничение понятий «тело» и «телесность», которое связано с тем, что «первое из них чаще всего ассоциируется с некоторым фиксированным, относительно статичным, ограниченным анатомо-физиологическим объектом»[2]. Телесность же – это пси-

хофизиологические, психосоматические, биоэнергетические проявления человеческого тела, характеризующиеся двигательной активностью, и являющиеся результатом онтологического и социокультурного развития и осуществляющиеся в аксиологическом пространстве социума [3].

Психологию телесности О.В. Лаврова определяет как взаимодополнительную область к области научного знания о сознании, а тело как место бытия субъекта, как протяженный и явный план, в котором субъект проявляет себя и физически, и психически, благодаря опосредованному взаимодействию тела и психики. В качестве основного посредника данного взаимодействия автором данной концепции рассматривается телесность, обладающая телесно-чувственной материальной основой телесности и смыслообразующей основой сознания. Так, феномен телесности обнаруживает принадлежность к различным уровням бытия субъекта: в качестве схемы тела — к уровню жизнедеятельности; в качестве образов и концептов тела — к телесно-чувственному и разумно-волевому бытию; в качестве телесного «Я» — к экзистенциально-индивидуальному бытию [4].

Телесное воплощение человека осуществляется не в мире как таковом, а в социокультурном пространстве. Человеку изначально даны лишь части его тела, которые он должен в процессе осознания преобразовать в некую целостность. «Оно, - как заметил И.Г.Фихте, - не есть предмет внутреннего созерцания, так как нет внутреннего общего чувства всего тела, а только частей его, например, при боли; оно не есть и предмет внешнего созерцания: мы не видим себя целиком, а только части своего тела» [5]. Фихте обозначает, что человек должен еще овладеть телом, сделать его для себя видимым. А для этого необходимо телесное осознание и чувствование себя. Другими словами, телесность, всегда духовно трансформирована и развивается вместе с человеком, и, соответственно, проявляется метафорически в экспрессивных формах.

Звук как физическое явление представляет собой движение молекул воздуха, вызываемое колеблющимся физическим телом. Соответственно звук также является телесным образованием, т.к. между телом и звучанием существует прямая и непосредственная связь. Звуки человеческой речи представляют собой сложные звуковые колебания, состоящие из того или иного количества простых колебаний, различных по частоте и амплитуде. И в каждом звуке имеется только ему свойственное сочетание колебаний различной частоты и амплитуды. Человеческий голос от природы обладает силой и уникальностью, и также как и движение, он является прямым выражением человеческого существования. Телесность проявляется в звучании, и в этом смысле образ тела представляет собой многомерное образование из ментального представления (образ, метафора) – двигательного выражения – звучания. Более того, существует тесная согласованность между тем, что мы чувствуем в теле, по отношению к нашему телу и тем, что мы чувствуем по отношению к себе самому. И «образ тела есть структурный след эмоциональной истории человеческого существа. Это бессознательное место, отку-

да идет вся система выражения субъекта, место излучения и приема речевых межличностных переживаний» [6, с.43]. Поэтому в образе тела присутствует звук, лотражающий эмоциональную составляющую образа тела.

Согласно теории отражения, полнота отражения предметов и явлений окружающего мира предопределены свойствами и особенностями воспринимающих систем. Очевидно, что каким бы множеством свойств не обладал отражаемый объект, его внутреннее разнообразие не будет представлено в системе, способной воспринимать только одно или несколько его свойств. Из этого следует вывод, что для более адекватного отражения необходима высокоорганизованная сложная система, состоящая из множества элементов, способных воспринимать различные свойства воздействия. В этом смысле метафорическая репрезентация образа Я является многомерным образованием, способным передать многослойность и целостность явления.

Экспрессивное выражение как метафора. В человеческом теле живут разные звуки. Расслабление и освобождение застывших звуков из тела с последующим соединением их с жестами рождает индивидуальный сакральный танец как способ выражения собственной уникальности, где каждый человек является мастером выражения видимого и невидимого, слышимого и неслышимого в собственной личности.

Все наши перцептивные ориентации возникают из неразделимого взаимоотношения между нашим телом и нашим окружением. Тело, таким образом, является основой, которая объединяет в себе и то, что мы привносим в свой опыт из объективной реальности, и нашей субъективной реальности, исходя из материальной природы нашего личного опыта. Мерло-Понти с позиций сознания и восприятия, вывел замечательно похожее заключение: «Мы постигаем внешнее пространство через наше телесное состояние. Положение нашего тела дает нам в каждый момент глобальное, практическое и полное знание об отношениях между нашим телом и вещами, с которыми мы соприкасаемся. Система возможных движений, или двигательных паттернов исходит от нас к нашему окружению. Наше тело является нашим выражением в мире, видимой формой наших намерений. Даже наше самое потаенное неестественное движение... помогает оформить наше восприятие вещей» (1964, р. 5) [7].

Движение тела и его звучание являются выражением состояния, и может служить метафорой какого-либо явления в жизни человека. Однако значение и смыслы начинают зарождаться часто в одновременном движении и звучании, и последующая связь его с чем-либо в жизни человека, всего лишь эхо, отражающее появление новых смыслов и осознаний.

Движение метафорически связано с образом, как и образ, возникающий в представлении, связан с движением. Движение и звучание как экспрессия образа – очевидное условие изменений, так как оно является процессом, посредством которого происходит восприятие, а так же обращение к своим чувствам и мнениям относительно себя, других и окружающей среды в целом. Когда движению и звуку позволяют возникать и развиваться

в качестве безоценочного процесса исследования, спонтанно и неожиданно на поверхность выходят чувства и сенсорные воспоминания. В практике изменения начинаются, когда используется «творческое» движение и звучание, танец – движение, звучание – как выражение, передающее комплексные чувства, которые слишком трудно выразить словами; когда образы, таящиеся в душе, находят оформление в реальности через телесное выражение [8]. «Весь наш субъективный опыт строится на ощущениях, которые трансформируются, постигаются, переоцениваются и далее интегрируются. Это ядерное Я (self) включает ощущение действия, физической связанности, ощущение непрерывности, ощущение эмоциональности, ощущение субъективного Я (self), ощущение создания структуры, ощущение передачи смысла, каждое из которых имеет основу в теле, выступающем как агент, контейнер, сосуд, зеркало, исследовательский материал и проводник опыта»[9].

Движение и звучание связано с актуальными эмоциями, которые можно представить лишь в экспрессии. Экман утверждает, что каждая эмоция имеет свою ценность в выживании, а также и духовное измерение. К.Г. Юнг так же подчеркивал важность эмоций как движущей силы поступка и индивидуации. В развитии личности именно ее взаимодействие с окружающим миром ведет к дифференциации сознания от бессознательного и консолидации Эго как центра и субъекта сознания. При помощи анализа наше Эго-сознание интроецирует содержание внешнего мира и, в результате, синтезирует объективный внутренний образ мира. Юнг отмечает, «что мы не можем быть целым без этой отрицательной стороны. У нас есть некая структура, включающая ... Тень, и, если мы отрицаем такую структуру, мы перестаем быть трехмерными и становимся плоскими, бессодержательными» (К.Г.Юнг, 1977). Самость не может быть полностью охвачена сознанием, потому что «она трансцендирует наши способности к воображению и формированию ясной картинки того, что представляет собой Я, поскольку в этой операции часть должна была бы постичь целое» (К.Г.Юнг, 1977) [10]. В этой связи «невыученное» звучание и движение является проекцией актуального переживания личности в феноменологическом смысле.

«Внутреннее тело» как экспрессивное выражение актуального эмоционального переживания феноменологически представляется в сознании субъекта как полноценный, обладающий границами и предметными свойствами объект. Ощущения будут являться метафорическими описаниями или фантазиями, носящими принципиально субъективный и достоверный характер, т.е. проекциями личных представлений о собственном существовании. Качество и модальность ощущений как отражение некоторого внутреннего «объекта», состояния, не могут быть прямо соотнесены с ощущениями «другого» и будут проявляться во вне в двигательном выражении и звучании.

Творчество как принцип выражения. Способность идентификации и обособления, способность «быть собой и другим» проецируется опредмечивается в творческом процессе как механизм отождествления себя с объек-

том познания, предметом творчества и объекта с собой (Н.А. Бердяев обозначает это как любовь человека и познаваемой природы). Такое отождествление лежит в основе главного механизма творчества: инсайта, озарения, открытия, и, соответственно, процесса преобразования и трансформации. И в этом смысле личностный подход к творчеству является весьма продуктивным. Он делает возможным проникновение в специфические, интимные механизмы творчества.

Начало рефлексии обнаруживается в живом выражении тела. Более того, именно чувствительность к ситуации и чувствительность к собственному исполнению задают, определяют дискретность и ее величину, равно как скоростные и амплитудные параметры живого движения. И дух является источником свободного действия, преодолевающего «слепоту и вынужденность» механического движения и выученного звучания. [11]. Таким образом, трансценденция с одной стороны является творческой функцией, с другой стороны невозможна без безопасности пространства игры и творчества. Так, творческое исследование метафор, живущих в теле, через оживление в движении и звуке приводит к осознанию, трансформации и оздоровлению психики и сомы человека.

Постмодернистский акцент на изменяющейся идентичности и процессе творческого выражения позволяет исследовать ранее крайне слабо изученные феномены проявления телесности и образа «Я» в звучании и движении. «Гетерогенность» экспрессии, освобожденной от необходимости создавать какой-либо конкретный и единственный образ, повышает восприимчивость к скрытым аспектам символического языка, тем аспектам, которые связаны с телом и его жестами и вербальном выражении [12, с.94]. Первичная интеграция приходит через кинестетическое ощущение и движение (Д Винникотт, Р. Фейерберн). «Переживание опыта» обозначает манеру или образ действий человека, используемый им, когда он задействует свой внутренний непрерывный телесно ощущаемый поток переживаний для самосознания и контакта с собой (Е. Гендлин) [13].

Экспрессия телесности являет собой своеобразное искусство исполнения себя, выраженное в движении и звучании. Знакомство с собой уникальными изменения в восприятии себя и других происходят только благодаря формированию принимающей позиции по отношению к собственному опыту переживаний, и включению в творческий процесс самоисследования через движение и звучание. Это позволит восстановить, символизировать и переработать негативные или отрицаемые аспекты себя, а также извлечь из собственного эмпирического опыта наибольшую широту и глубину смысла, ресурс через развитие способности дифференцировать внутренние переживания.

Литература:

1. Мерло-Понти М. *Око и дух*. М.: Искусство, 1992. С. 13.

2. Быховская И. М. «Ното somatikos»: аксиология человеческого тела. М.: Эдиториал УРСС, 2000. 208с.
3. Лоуэн А. Биоэнергетика. СПб: Ювента, 1998. 365 с.
4. Лаврова О.В. Концепция телесности в интегративной психотерапии. Журнал практического психолога, 2006. №1. С.136–147.
5. Фихте И.Г. Факты сознания // Соч. в 2-х т.: Т.2. СПб.: Мифрил, 1993. С.692.
6. Дольто Ф. Бессознательный образ тела. Т.:XVI /Пер. с фр. И.Б. Ворожцово-вой. Ижевск: ИД «ERGO», 2006. 376с.
7. Язвинская Е. С. Методологическое и теоретическое обоснование культурно-исторического подхода к изучению телесности [Электронный ресурс] // Новости украинской психиатрии. Киев – Харьков, 2007. / <http://www.psychiatry.ua/articles/paper257.htm>.
8. Белл Д. Двигательная семейная терапия: изучение, оценка и изменение семейного танца /Перевод: Оберемко Т.В.//Материалы специализации ТДТ ИППуП, Москва, 2005
9. Палларо П. Я (SELF) и телесное Я (BODY-SELF): танцевально-двигательная терапия и развитие объектных отношений // Материалы специализации ТДТ ИППуП к мастерской П.Палларо, Москва, 2007
10. Ноак А. Юнгианский подход к Танцевально-Двигательной Терапии [Электронный ресурс] // http://www.isra-trainings.com/articles/dance/young_dmt.html
11. Непомнящая Н. Игра и творчество как формы жизни личности // Развитие личности. Москва, 2001. № 1. С.6–24. [Электронный ресурс] / <http://rl-online.ru/articles/1-01/24.html>
12. Арт-терапия в эпоху постмодерна / Под ред. А. И. Копытина. СПб.: Речь, Семантика-С, 2002. С. 85–104.
13. Досамантес – Альперсон Э. Эмпирическая двигательная психотерапия // Журнал практической психологии. Москва, 2000. № 3. С.55.