

“ФИЛОСОФ ПОНЕВОЛЕ” ИЛИ СТРАДАНИЕ ИЗ-ЗА СОБСТВЕННОГО БЫТИЯ. ПСИХОАНАЛИЗ В ДАЗАЙН-АНАЛИТИЧЕСКОЙ ПЕРСПЕКТИВЕ

ИРИНА ГЛУХОВА

Магистр философии, практический психолог.

Преподаватель Института гуманистической и экзистенциальной психологии (Бирштонас), действительный член Восточноевропейской ассоциации экзистенциальной терапии, член редколлегии журнала EXISTENTIA, 220113 Минск, Беларусь.

E-mail: irinagluk@hotmail.com

Цель статьи – дать представление о современном Dasein-анализе в том виде, в каком он разработан доктором философии Алисой Хольцхей – швейцарским дазайн-аналитиком и психоаналитиком, председателем Швейцарского общества Dasein-анализа и герменевтической антропологии, ученицей Медарда Босса. Одной из главных особенностей подхода Хольцхей, отличающей его от других школ Dasein-анализа – в том числе от подходов Людвиг Бинсвангера и Медарда Босса – является возвращение к психоанализу Фрейда и его новое прочтение как – по сути своей – герменевтической установки, усилия которой были направлены на прояснение смысла кажущихся бессмысленными симптомов. Обращаясь к философии раннего Хайдеггера, главным образом, к его *Бытию и времени*, Хольцхей творчески сопоставляет его философскую антропологию с идеей Фрейда о наличии в душевном страдании скрытого – бессознательного – смысла. Опираясь на предложенные Фрейдом три правила аналитической работы – правило свободных ассоциаций, правило расфокусированного слушания и правило абстиненции – Хольцхей радикально пересматривает смысловую основу аналитических интерпретаций. Там, где классический фрейдовский психоаналитик усматривает сбой психосексуального развития, Хольцхей говорит об особой чуткости (Hellhörigkeit) к “онтологическим включениям” в онтические повседневные события. Там, где речь шла о душевной болезни, которая определялась как патологическое отклонение от некоторой здоровой “нормы”, Алиса Хольцхей увидела “философов поневоле” – людей, страдающих из-за того, что они наделены даром особой чуткости к экзистенциальным данностям собственного бытия. Возможность использования такого способа рассмотрения проблем пациентов в психотерапии и психологическом консультировании – причем самых разных направлений и школ – делает подход Хольцхей практически применимым в самых разных терапевтических направлениях и для различной проблематики. Основой для статьи послужили личные встречи и беседы, участие в семинарах Алисы Хольцхей, а также работа над переводом ее книги.

© IRINA GLUKHOVA, 2016

Ключевые слова: Dasein, Dasein-анализ, психоанализ, психотерапия, душевная болезнь, онтологические включения, особая чуткость, собственное бытие.

“RELUCTANT PHILOSOPHER” OR SUFFERING FROM OUR OWN BEING. PSYCHOANALYSIS IN DASEINSANALYTIC PERSPECTIVE

IRINA GLUKHOVA

Master of Philosophy, Practical Psychologist.

Lecturer at the Institute of Humanistic and Existential Psychology (Birštonas),

Member of the East European Association for Existential Therapy,

Member of the Editorial Board of the Journal “EXISTENTIA”, 220113 Minsk, Belarus.

E-mail: irinagluk@hotmail.com

The purpose of this article is to give an idea about contemporary Daseinsanalysis as it was developed by Ph.D. Alice Holzhey, a Swiss Daseinsanalyst and psychoanalyst, chairman of the Swiss Society for Daseinsanalysis and Hermeneutic Anthropology, and a student of Medard Boss. One of the main features of Holzhey’s approach, which distinguishes it from other schools of Daseinsanalysis, including the approach of Ludwig Binswanger and Medard Boss, is the return to Freud’s psychoanalysis and its new interpretation as, essentially, a hermeneutic orientation aiming at clarification of the meaning of seemingly meaningless symptoms. Referring to Heidegger’s early philosophy, mainly to his *Being and Time*, Holzhey creatively compares his philosophical anthropology to Freud’s idea that mental suffering always has a hidden – unconscious – meaning. Drawing on three rules for analytical work proposed by Freud – the rule of free associations, the rule of defocused listening and the rule of abstinence – Holzhey radically revises the conceptual foundation of analytic interpretations. Where the classic Freudian psychoanalyst sees the problems in psychosexual development, Holzhey talks about a particular sensitivity (Hellhörigkeit) to the “ontological inclusions” in everyday ontic events. Where it was a mental illness, which was defined as a pathological deviation from a healthy “norm”, Alice Holzhey saw “philosophers in spite of themselves” – people suffering from having the gift of a particular sensitivity to the existential givens of their own being. The possibility to use this method to consider patients’ problems in psychotherapy and psychological counseling – including different types and schools of counseling – makes Holzhey’s approach of practical use in a variety of therapeutic areas and for different issues. This article is based on personal meetings and conversations, participation in Alice Holzhey’s seminars, as well as on the work on the author’s translation of Holzhey’s book, *Suffering from One’s Own Being*.

Key words: Dasein, Daseinsanalysis, psychoanalysis, psychotherapy, mental suffering, ontological inclusions, particular sensitivity, one’s own being.

Не дай мне бог сойти с ума.
Нет, легче посох и сума;
Нет, легче труд и глад.

А. С. Пушкин

“Сойти с ума” – это значит стать сумасшедшим. Или душевнобольным. Именно так мы говорим в повседневной жизни, внутренне соглашаясь с поэтом, что бедность и лишения, тяжелый труд и недостаток еды – все же не так страшны, как утрата разума. С медицинско-психиатрической точки зрения, “сойти с ума” означает заболеть. Врачи говорят о психической болезни, или психопатологии, подразумевая под этим негативное отклонение от душевного (психического) здоровья или нормальности. Алиса Хольцхей, современный швейцарский психоаналитик и *dasein*-аналитик, называет душевнобольных “философами поневоле”, а об их страдании говорит как о страдании из-за собственного бытия.

Далее будут последовательно представлены: критическая позиция А. Хольцхей по отношению к *Dasein*-анализу Босса, философские идеи Хайдеггера, взятые ею за основу своего подхода, связь *Dasein*-анализа с психоанализом и особенности практического применения этого *dasein*-аналитического подхода в психологическом консультировании и психотерапии.

ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ

Известно, что возникновение *Dasein*-анализа связано с работами швейцарских психиатров Л. Бинсвангера и М. Босса, увидевших в *dasein*-аналитике М. Хайдеггера, – в том виде, в каком она была представлена в его книге *Бытие и время* (Khaidegger, 1998) – возможность для иного, отличающегося от медицинского психиатрического, взгляда на страдания своих пациентов. При этом в учебниках психологии *Dasein*-анализ достаточно часто определяют как “исторически первую” экзистенциальную психологию (Holl & Lindsei, 1997). О работах Бинсвангера как о первом наброске экзистенциальной терапии современный британский экзистенциальный терапевт Эмми ван Дерзен пишет в своей книге *Everyday Mysteries* (Deurzen-Smith, 1997), а в её статье *Экзистенциализм и экзистенциальная психотерапия* (Deurzen, 2008, 52) говорится, что основы таковой заложены в начале двадцатого столетия, с одной стороны, самобытными работами Карла Ясперса,

а с другой – работами двух швейцарских психиатров, Людвиг Бинсвангера и Медарда Босса, которых философия Хайдеггера вдохновила на создание альтернативного метода взаимодействия с эмоциональными и психическими расстройствами.

Не отрицая пионерской роли Бинсвангера и Босса, следует, однако, уточнить, что называть Дазайн-анализ экзистенциальным анализом, как это порой делают психологи и психотерапевты, ставящие его тем самым в один ряд с экзистенциальным анализом Альфреда Лэнгле и Британской школой экзистенциального анализа, будет некорректным, – более того, приводит к серьезной путанице. Происходит это во многом из-за того, что сочинения Бинсвангера были опубликованы в сборнике *Existence* (Angel, 1958) под редакцией Ролло Мэя раньше, чем был переведен на английский главный труд Хайдеггера *Бытие и время*. В этом сборнике бинсвангеровская лекция *Über die daseinsanalytische Forschungsrichtung in der Psychiatrie* (Binswanger, 1994) была представлена в переводе Эрнста Энджела на английский как *The Existential Analysis School of Thought*. Впоследствии этот произвольный перевод немецкого *Dasein* на английский перекочевал и в некоторые другие языки. В частности, появился перевод Бинсвангера с английского на русский, опубликованный под названием *Экзистенциально-аналитическая школа мысли в психиатрии* (Binswanger, 2001, 308).

КРИТИЧЕСКАЯ ПОЗИЦИЯ ПО ОТНОШЕНИЮ К DASEIN-АНАЛИЗУ МЕДАРДА БОССА

А. Хольцхей посещала семинары Босса еще во время своего пребывания в Цюрихском университете, где она с 1964 по 1971 изучала историю и философию. А сразу после окончания университета она стала учиться в тогда только что основанном *dasein*-аналитическом Институте психотерапии и психосоматики.

История обращения Медарда Босса, швейцарского врача-психиатра и психоаналитика, к немецкому философу Мартину Хайдеггеру за помощью в понимании его *dasein*-аналитики, подробно описана самим Боссом (Khaidegger, 2012). Для Хайдеггера же было крайне важно поделиться своими философскими взглядами именно с врачами, представителями той критикуемой философией науки, которая “манипулирует непродуманными представлениями и предубеждениями” (Khaidegger, 2012, 160). Во время семинаров

в Цолликоне, ставших практической реализацией обоюдного интереса врача и философа, Хайдеггер говорил: “Мы крайне нуждаемся в думающих врачах, которые не намерены уступать свои позиции научным техникам” (Khaidegger, 2012, 160).

При этом Хайдеггер не усматривает в душевных болезнях никакой особой специфики, не отделяет психотерапевтов и психиатров от других врачей, а обобщает, говоря “вся ваша медицинская профессия”. Это размещение душевных болезней в одном ряду с любыми другими нарушениями здоровья мы увидим потом у Босса в его классификации болезней. Совпадают взгляды Босса и Хайдеггера и при определении любой болезни как отрицания или нехватки здоровья. В *Цолликоновских семинарах* читаем: “Врач спрашивает проходящего к нему: ‘Что не так?’ (‘Wo fehlt es?’). Больной нездоров. Здоровья и хорошего самочувствия не просто нет, они нарушены. Болезнь – это не просто отрицание хорошего психосоматического состояния. Болезнь – это феномен приваии. В каждой приваии лежит сущностная принадлежность чему-то такому, чему чего-то не хватает, у чего нечто убывает” (Khaidegger, 2012, 86). И далее: “В той мере, в какой вы имеете дело с болезнью, вы на самом деле имеете дело со здоровьем, в смысле недостающего и вновь обретаемого здоровья” (Khaidegger, 2012, 86).

Босс в своём *dasein*-аналитическом подходе заимствует из философии Хайдеггера его определение основных черт человеческого бытия как экзистенциалов: временности, бытия-в-мире, телесности, бытия-с-другими, конечности, историчности, настроенности, открытости. При этом патологические нарушения – в том виде как Босс описывает их в своей основной работе (Boss, 1999) – соответствуют нарушениям, или приваии, тех или иных экзистенциалов. Например, агорафобия понимается им как нарушение бытия пространственным, депрессия – как нарушение экзистенциала настроенности и т.д.

Босс пишет: “Поэтому основной вопрос *dasein*-ориентированной общей патологии после Хайдеггера может быть облечен лишь в следующую форму: ‘Каким образом нарушается свободное распоряжение человека исполнением какого экзистенциала по отношению к каким соответствующим данностям мира, что это проявляется зримо?’” (Boss, 1994, 88-100).

Алиса Хольцхей пришла в *Dasein*-анализ не из врачебной профессии, а из университетской философии. И как философ она увидела, что в описательном подходе Босса мало возможностей для понимания пациента, ибо

привативно-ориентированный взгляд терапевта все время сосредоточен на том, чего пациенту не достает, к чему пациент оказывается не способен. Философия как будто и присутствует в боссовском Dasein-анализе, однако остаётся “профессиональным знанием” врача, основой для еще одного – пусть нового и оригинального – “классификатора” болезней. К тому же Босс, решительно дистанцируясь от психоанализа Фрейда, отказывается от какой-либо интерпретации обнаруженных нарушений, пытаясь в своей практике держаться строгого феноменологического описания. Тем самым за рамками аналитического процесса оставался не только скрытый смысл феноменологически кажущих себя симптомов, – незамеченными и недооцененными, с точки зрения Хольцхей, оставались важные открытия раннего Хайдеггера, а именно то, что Dasein понимает о своем бытии, имеет свое отношение к таковому.

ОСОБЕННОСТИ ПОНИМАНИЯ ФИЛОСОФИИ ХАЙДЕГГЕРА В DASEIN-АНАЛИТИЧЕСКОМ ПОДХОДЕ А. ХОЛЬЦХЕЙ

В *Бытии и времени* Хайдеггер пишет: “К этому бытийному устройству Dasein тогда одно принадлежит, что в своем бытии оно имеет отношение к этому бытию [...]. Онтическое отличие Dasein в том, что оно существует онтологично” (Khaidegger, 1998, 12). А в работе *Что такое метафизика?* читаем: “Метафизика принадлежит ‘природе человека’. Она не есть ни раздел школьной философии, ни область прихотливых интуиций. Метафизика есть основное событие в Dasein. Она и есть само Dasein” (Khaidegger, 1993, 26).

Хольцхей прочитывает в этих словах Хайдеггера понимание того, что человек – философствующее существо и как таковое открыт своему бытию. То, что “метафизика принадлежит природе человека”, означает, что каждый из нас – не просто человек со своими особенностями, болезнями и биографией, но и человек, знающий, что такое быть человеком. Это имплицитное знание имеет яркую эмоциональную окраску – не зря у Хайдеггера так много говорится про ужас (Angst), который он называет “отличительным расположением”, ибо Dasein “через само своё бытие встает в нём перед самим собой” (Khaidegger, 1998, 184). И хотя обычный человек в своей повседневной жизни не заинтересован в эксплицитном ответе на вопрос о том, что именно мы знаем о собственном бытии, это знание впечатано в нашу жизнь и оно ее формирует.

А. Хольцхей обращает внимание на одно из высказываний Хайдеггера, которому, как она полагает, никто до неё не придавал особого значения. Хайдеггер пишет: “Всякое онтическое понимание имеет свои, путь лишь до-онтологические, т.е. теоретико-тематически неосмысленные ‘включения’” (Khaidegger, 1998, 312). Иначе говоря, философия проходит через всю жизнь человека, пронизывая собой всю её повседневность. Развивая эту идею и делая ее центральной в своем Dasein-анализе, Хольцхей на множестве примеров показывает, что во всяком онтическом понимании, то есть, в понимании, связанном с чем-то обыденным и повседневным, во всяком конкретном знании и умении, имеются свои до-онтологические включения.

В качестве одного из самых очевидных примеров она приводит усталость, которая всегда присутствует в нашей повседневной жизни. Если смотреть на неё философски, то в усталости всегда уже есть понимание телесности, временности, смертности, ограниченности человеческих сил и бытия-телесным как такового. Мы зависим от своих телесных возможностей, “бытие-усталым” требует отдыха, иначе можно заболеть. Усталость напоминает нам о том, что когда-нибудь наши силы будут совсем на исходе, отдых уже не поможет и придет смерть. Усталость – это каждый раз напоминание о том, что как человеческие существа мы – смертны.

С этой точки зрения, философское – онтологическое – включение есть во всяком обыденном происшествии. Голод – это моё телесное бытие-нуждающимся в пище, необходимость есть. Больные анорексией, отказываясь от еды, борются с этой оскорбительной для них “зависимостью”. В простом взгляде на часы есть “включения” нашей человеческой временности, конечности и смертности. Мы можем радоваться или печалиться по поводу того, как быстро или, наоборот, как медленно бежит время, но мы не можем не подчиняться его неумолимому ходу. С ходом времени связаны наши надежды и страхи, возможности и потери, жизнь и смерть, – но в повседневности у нас есть лишь привычный быстрый взгляд на часы, в котором имплицитно содержится философское знание о временности собственного бытия.

В *Бытии и времени* Хайдеггер пишет: “Чтобы ‘потерявшись’ в мире средств, ‘вработаться’ в работу и уметь манипулировать, самость должна забыться” (Khaidegger, 1998, 354). Иначе говоря, чтобы жить обычной жизнью и заниматься повседневными делами, обо всех этих философских включениях нужно уметь забывать. В самом деле, если при усталости, неизбежно возникающей у нас в повседневной жизни, мы будем каждый

раз предаваться печальным размышлениям о временности и смертности, то никакой отдых нам не поможет и не даст удовлетворения, а наша жизнь окажется эмоционально перегруженной.

В то время как М. Босс хайдеггеровское “падение в люди” считал состоянием несвободным и невротическим, противопоставляя его некоторому идеалу здорового аутентичного бытия, А. Хольцхей – в соответствии с вышеприведенной цитатой Хайдеггера – понимает его совершенно иначе (Holzhey-Kunz, 2016, 124). В повседневности человек должен уметь отстраняться от философского знания, иначе его бытие станет для него слишком трудным. Если каждый падающий с дерева листочек будет напоминать нам о собственной смертности, мы быстро окажемся в депрессии.

Большинству людей в большинстве случаев вполне удастся не замечать философских “включений” и “забывать” об экзистенциальных данностях бытия. Но не всем. Есть те, кого Хольцхей называет “философами поневоле”, – это люди, обладающие особой чуткостью (Hellhörigkeit) к той или иной данности собственного бытия и страдающие из-за этого (Holzhey-Kunz, 2016, 214). В качестве яркого примера такой особой философской чуткости она приводит отрывок из интервью Вуди Аллена, который однажды сказал:

Каждому человеку известна одна и та же истина, касающаяся жизни [...]. Мы, люди, живем по очень трагическому сценарию, и каждый постоянно вырабатывает стратегии, с помощью которых ему не нужно об этом задумываться. Человек создает сам себе проблемы и трудности, тем самым делая себя занятым. Я развил множество стратегий уклонения: я много работаю, сочиняю музыку, хожу на баскетбол и в кино, у меня есть жена и дети, которые нуждаются в моем внимании. Однако все это не позволяет мне забыть [...]. Мои механизмы отрицания не особенно хороши, и потому большую часть времени я провожу в страданиях. Кто-нибудь другой, наверное, сказал бы: “Это сумасшествие, мы все знаем одну и ту же истину, чего ж страдать? Давайте радоваться!” Для меня это трудно. (Holzhey-Kunz, 2012)

Под “трагическим сценарием человеческой жизни” подразумеваются вовсе не какие-то конкретные беды и несчастья. Скорее, наоборот! Именно тогда, когда повседневность почему-либо оказывается разгруженной от напряжения и забот, как раз и всплывают все наши тревожные чувства, связанные с основной ситуацией человеческого бытия как такового. Мы слишком хорошо знаем правду о собственном бытии, и нам свойственно забывать о ней, погружаясь в привычные дела и хлопоты. Для тех же, кому как особый дар дана особая чуткость к бытию, безобидные повседневные вещи утрачивают свою безобидность и начинают причинять страдания.

Задача проживания человеческой жизни – и без того не простая – заметно усложняется.

Можно ли помочь таким “философам поневоле”? Напрашивается предположение, что если основа страдания – философская, то и терапия тоже должна быть философской, проясняющей и прорабатывающей соответствующие философские темы. Но как показывает опыт, разговоры на философские темы со страдающим от ипохондрии или депрессии, чаще всего бесполезны и бездейственны. А. Хольцхей видит причину этой бездейственности в том, что не принимается во внимание такой важный экзистенциал как “настроенность”¹. Что здесь имеется в виду?

Хайдеггер в *Бытии и времени* показал, что наши чувства и настроения не исходят из нашего восприятия и мышления, что нет простой причинно-следственной цепочки вроде: что-то вижу, потом думаю, потом прихожу в ужас. Настроения сами могут что-то распознавать, они могут нам сообщать то, что могут сообщать только настроения, что не схватывается и не передается рациональным мышлением. Философ пишет: “Два равноисходных конститутивных способа быть своим ‘вот’, мы видим в расположении и в понимании” (Khaidegger, 1998, 133). “Равноисходных” означает, что ни одно из двух не идет раньше другого, не является приоритетным по сравнению с другим. У человека есть понимание собственного бытия, он всегда как-то к этому бытию расположен. Философское отношение к собственному бытию является одновременно и пониманием бытия, и его чувственным переживанием.

У Хайдеггера мы находим и вполне ясное описание характера этого чувственного опыта: “Бытие его ‘вот’ в такой ненастроенности обнажается как тягота. Почему, неизвестно, ибо размыкающие возможности познания слишком недалеко идут в сравнении с исходным размыканием в настроениях, в которых Dasein поставлен перед своим бытием как ‘вот’” (Khaidegger, 1998, 134). Итак, бытие в ненастроенности воспринимается как тягота. В слове ‘тягота’ нет негативного смысла – это всего-навсего необходимость заботиться о своей жизни, выбирая делать что-то так или по-другому, зная – в отличие от животного или дерева, – что “я – есть”. Настроения говорят человеку, что он есть, что он экзистирует, что он имеет своё бытие. Но они ему не говорят –

¹ Под онтологической настроенностью онтически скрываются привычные для психологов эмоции, чувства, аффекты.

почему это так, они не говорят, откуда это взялось, куда он идет дальше. Настроение говорит о голом “то, что”, без объяснений почему, что было до этого и что будет после. Человек через настроения проживает и испытывает *то, что* он есть, что есть другие люди, что он конечен. Настроения размыкают всё это для нас, делают открытым.

Поэтому столь важным становится в терапии вопрос о чувствах и настроениях пациента, и здесь первый пришедший в голову ответ часто оказывается слишком поверхностным. Многие пациенты не привыкли различать свои чувства, они часто отвечают на вопрос о чувствах стандартными социальными репликами – например, говорят “нормально” или “как обычно”, или вообще – “никак”; иногда скажут “напряженно” или “уставшим”. Такими ответами люди привычно защищают себя от собственных чувств, закрываясь от них занятостью или усталостью.

Очень важно научиться ориентироваться в многообразии человеческих чувств, большую часть которых мы привыкли обозначать как негативные. Отсюда понятно и наше стремление как-то от них избавиться – вытеснить, подавить, скрыть от себя и других.

Важнейшее из них – страх. Хайдеггер, различая страх и ужас, пишет: “Страх есть упавший в ‘мир’, несобственный и от себя самого как таковой потаенный ужас” (Khaidegger, 1998, 189). Эта мысль философа дает нам путеводную нить для понимания страхов наших пациентов. Хайдеггер говорит о страхе как об упавшем в мир ужасе. Страх – это всегда страх перед каким-то конкретным “внутримирным сущим”. Ужас же ставит Dasein “перед его *освобожденностью для...* собственности его бытия как возможности, какая оно всегда уже есть” (Khaidegger, 1998, 188). С этим мы ничего не можем поделать. А то, чем мы не можем овладеть и управлять, доставляет нам дискомфорт. Перевод ужаса в страх приносит нам облегчение, так как появляется ощущение, что это можно контролировать. Примером может служить ипохондрик с его головной болью. Если рассматривать его как того, кто особенно чуток к неизбежной возможности собственной смертности, к полной неопределенности того, где, когда и как это с ним произойдет, то станут понятны его страдания. В самом деле, ему гораздо проще полагать, что если болит голова, то что-то не в порядке в голове, а значит, с этим можно и нужно что-то делать.

А. Хольцхей постоянно подчеркивает, что философское понимание пациента в современном Dasein-анализе вовсе не значит, что аналитик во время сессии должен заниматься с пациентом философствованием. Не нужно забывать того, что и первые dasein-аналитики – Бинсвангер и Босс – были в первую очередь квалифицированными врачами-психиатрами и опытными психоаналитиками. А потому не удивительно, что вид аналитической сессии – или то, что психотерапевты называют сеттингом² – в Dasein-анализе во многом остается от психоанализа, где Фрейд предложил форму беседы, у которой нет прообраза в повседневной жизни. Сеттинг касается как продолжительности и частоты встреч и открытости окончания аналитического процесса, так и тех правил, в соответствии с которыми строится беседа. Есть правила для пациента – как он должен говорить, и правила для терапевта – как он должен слушать.

С течением времени и по мере распространения психотерапевтической практики, эти первоначально сформулированные Фрейдом правила – собственно, как и сам психоанализ – претерпели множество видоизменений, усовершенствований и интерпретаций. Далее мы сначала рассмотрим эти правила в самом общем виде, а затем обратимся к тому, какой смысл и развитие получают эти правила в современном Dasein-анализе Алисы Хольцхей (Holzhey-Kunz, 2012).

Первое – и, наверное, самое известное, даже для тех, кто знаком с психоанализом лишь понаслышке – это *правило свободных ассоциаций*. Коротко его обычно формулируют так: “Говорите все, что приходит вам в голову”. Или иначе: “Говорите все то, что вы хотите сказать, а также все то, о чем вы не хотите говорить”. И хотя такую способность к свободным ассоциациям следует считать скорее конечной целью анализа, нежели его изначальным правилом, очень важно дать понять пациенту, что от него не требуется быть “хорошим” и интересным собеседником. Главное, чтобы пациент не думал: “В десятый раз рассказывать то, о чем я уже говорил, – это скучно, не стоит этого делать” или “Не нужно пересказывать эти сплетни, это просто неприлично”. Многие просто не знают, как им говорить о себе, они не привыкли этого делать и им легче отвечать на вопросы. Но при всей

² Сэттинг (англ. setting – ‘обстановка’, ‘помещение’, ‘установка’) – среда, место, время и условия действия.

важности соблюдения этого правила, нельзя принуждать пациента говорить о чем-то. Нужно помогать ему, объясняя, что для анализа важны переживания, чувства, эмоции, которые возникают в процессе беседы, а не ее фактическая информационная составляющая.

Второе правило – *правило расфокусированного внимания* – касается того, как аналитик должен слушать своего пациента. Оно означает сознательный отказ от использования каких-либо средств и способов, помогающих фиксировать внимание на отдельных элементах рассказываемого пациентом. Не нужно записывать его рассказ или *a priori* считать в нем что-то более, а что-то, наоборот, менее важным. Расфокусированное слушание – вовсе не такое простое дело, как может показаться на первый взгляд. Точно так же, как пациенту было бы легче, если бы он знал, о чем рассказывать, для аналитика было бы проще заранее знать, на что следует обращать внимание. Выдерживание этой неопределенности, умение смотреть на самого себя как на того, кто пока что ничего не знает и не понимает, – один из важнейших профессиональных навыков аналитика. Фрейд несколько облегчал им эту задачу – с одной стороны, тем, что в конечном итоге все-таки выделял в речи пациента конкретные символы, а с другой – тем, что несколько мистифицировал бессознательное, говоря, что в таком расфокусированном слушании выражается доверие терапевта к собственному бессознательному, которое устанавливает таким образом контакт с бессознательным пациента.

А. Хольцхей полагает, что расфокусированное слушание в психоанализе по смыслу и цели очень похоже на феноменологическое слушание, о котором постоянно говорят экзистенциальные терапевты, но выглядит как более скромная установка.

Третье правило – *правило абстиненции* – толкуется искаженно гораздо чаще, чем первые два. Когда Фрейд говорил о том, что психоанализ должен проводиться в состоянии абстиненции, он вовсе не утверждал тем самым, что аналитик должен превратиться в бесчувственного и анонимного нейтрального наблюдателя. Правило абстиненции в самом общем виде состоит в том, чтобы не исполнять желаний пациента, прежде всего, желаний найти в терапевте идеального партнера, гуру, учителя. Терапевт, не остающийся в абстиненции, будет идти навстречу этим желаниям, активно проживать их в отношениях с пациентом, лишая его тем самым возможности лучше узнать и понять самого себя.

А. Хольцхей говорит, что степень абстиненции, полезная пациенту, у каждого своя: пациентам с особой чуткостью ее нужно меньше. Для нее быть в абстиненции в отношениях с пациентом – это значит быть самокритичной, не брать на себя роль гуру и не вести себя так, будто знаешь, что для пациента хорошо, а что плохо. Нужно оставаться как будто рядом с тем местом, на которое вас ставит пациент. Это тем более важно, когда вы встречаетесь с пациентом, который вас, наоборот, обесценивает и критикует. Отходя от абстиненции и вступая с ним в полемику, вы лишаете его возможности увидеть корни этого конфликта.

Как же работают все эти правила психоаналитического сеттинга в современном Dasein-анализе? Что в них остается неизменным и что обретает новый смысл? Каково dasein-аналитическое понимание расфокусированного слушания и абстиненции?

Хольцхей исходит из того, что в терапии важны и конкретная проблема, с которой приходит пациент, и история его жизни, и его особая чуткость к онтологическим включениям. Психоанализ обращается, главным образом, к детству пациента, т.е. к конкретным происшествиям в том виде, в каком они сохранились в его памяти. Там не смотрят на страдание пациента, как на страдание от бытия. И в этом смысле в психоанализе нет философии. Но Фрейдом – по мнению Хольцхей – сделано другое важное открытие: у симптомов есть таящийся в бессознательном скрытый смысл. В этом состоит принципиальное – герменевтическое – отличие фрейдовского психоанализа от подхода М. Босса, у которого болезненный симптом – лишь нехватка здоровья. А. Хольцхей в своем dasein-аналитическом подходе спрашивает о философских смыслах кажущихся бессмысленными симптомов – смыслов, которые для пациента тоже являются не осознанными.

Перефразируя метафору одного из учеников Фрейда – Теодора Райка – о том, что психоаналитик должен научиться слушать “третьим” ухом, Алиса Хольцхей говорит, что в случае особой чуткости к бытию, нужно еще и четвертое, философское, ухо. В практическом смысле речь идет о том, что терапевт должен научиться вслушиваться в четыре измерения, одновременно присутствующие в том, что и как рассказывает пациент во время терапевтической сессии.

Первое измерение – это *конкретная социальная ситуация пациента*. Таковая не выделялась специально в психоанализе Фрейда, но считается важной в современной психотерапии. Ведь именно в ней ожидаются

те позитивные изменения, за которыми люди идут к психотерапевту. В некоторых подходах ей придается особое значение, даже предполагается, что терапевтические изменения тесно связаны с важными социальными изменениями: в профессиональной деятельности, в семейных отношениях, в условиях жизни и/или месте жительства.

Второе измерение – *детство пациента*. История жизни, история развития, история детства, биография – все это разные названия того, на что направлен главный интерес психоаналитика. Причем не столько на конкретную фактическую сторону дела, сколько на эмоциональную составляющую рассказа, на желания и страхи пациента, относящиеся к его детству. Во множестве современных подходов это измерение зачастую либо вовсе игнорируется как нерелевантное (происходящее “здесь и сейчас” важнее случившегося “там и тогда”), либо с помощью вопроса: “И какое это имеет отношение к тому, что происходит сейчас?” переводится к тому, что кажется терапевту актуальным.

Третье измерение – *интерсубъективное*. Оно предполагает внимание к тому, что происходит в актуальных отношениях между пациентом и психотерапевтом. Если в классическом психоанализе считается, что всякая эмоциональная реакция пациента на аналитика является переносом, а обратная реакция аналитика – соответственно, контр-переносом, то терапевты, подчеркивающие важность этого измерения, выступают против классического правила абстиненции. Они считают, что пациенты реагируют на терапевта как на отдельную личность, воспринимают его личные слабости и его личное отношение к пациенту, даже если оно и не выражается эксплицитно.

Четвертое измерение – предложенное Алисой Хольцхей – *dasein-аналитическое*, или *философское*. Психотерапевту, полагает она, следует развивать в себе не только интерсубъективную, но и онтологическую чуткость – чуткость к тому, от чего страдает пациент как *философ поневоле*. Слушая своих пациентов, нам нужно задаваться вопросом о возможном философском подтексте того, о чем они говорят.

ОСОБЕННОСТИ ПРАКТИЧЕСКОГО ПРИМЕНЕНИЯ
DASEIN-АНАЛИТИЧЕСКОГО ПОДХОДА А. ХОЛЬЦХЕЙ
В ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Именно внимание к онтологическому подтексту тех трудностей, которые приносит нам на сессию пациент, является отличительной позицией терапевтического Dasein-анализа. В принципе, такая философская точка зрения может быть интегрирована и в другие виды терапии. В связи с этим Алиса Хольцхей неоднократно говорила об открытости вопроса об институциональной принадлежности Dasein-анализа: является ли он самостоятельной школой, одним из направлений психоанализа или экзистенциальной терапии – или же как один из способов рассмотрения ситуации пациента может быть использован в разных терапевтических подходах?

На практике, встречаясь с проблемной ситуацией или поведением пациента, которое выглядит странным, непонятным, бессмысленным, наносящим ущерб ему самому и/или его близким, dasein-аналитик будет задаваться вопросом о том философском смысле, который может за этим стоять. Готовых ответов нет, как нет и привязки отдельных симптомов к тем или иным экзистенциалам. Неизвестно и то, почему это именно так в жизни вот этого конкретного человека. Мы можем лишь предполагать, что именно в бытии пациента задевает его – и задевается в нем – особым образом, – так, что он становится “философом поневоле”, особо чутким к определенному онтологическому включению.

При этом очень важно, что когда мы вслушиваемся философским ухом, то вслушиваемся во что-то, что касается и нас самих – не на уровне наших личностных качеств или биографических данных – но напрямую касается нас как людей, которые точно так же вброшены в этот мир, в одно с нашими пациентами время и пространство, в ту же безосновность и ненадежность бытия, в те же ограничивающие нас телесность и конечность. Именно это позволяет нам слышать и понимать тех, кто приходит к нам.

В качестве наглядного примера А. Хольцхей часто приводит случай постоянно опаздывающей пациентки. Надо сказать, что время от времени такие “постоянно опаздывающие” встречаются в практике любого психолога-консультанта или психотерапевта. Они влетают в кабинет на 10-15, а то и больше, минут позже, всегда извиняясь и объясняя задержку вполне

правдоподобными “обстоятельствами непреодолимой силы”, помешавшими им приехать вовремя. Часто и обстоятельства вполне реальны, и старание приехать к началу сессии налицо. Странно лишь то, что это происходит слишком часто, чуть ли не каждый раз.

Если рассматривать этот симптом психоаналитически или интерсубъективно, то можно увидеть здесь и сопротивление, и борьбу с фигурой отца, и какой-нибудь перенос. А если *dasein*-аналитически? Если попытаться ответить на вопрос: “Что означает для пациента начало терапевтической сессии? Нет ли у него особой чуткости к самой этой данности, к тому, чтобы что-то начинать?”.

Хольцхей считает, что поскольку аналитическую сессию начинает пациент, то в этом начинании можно увидеть онтологическое включение. Необходимость что-то начинать делать – неотъемлемая составляющая нашей жизни, и очень редко для этого можно найти бесспорные и надежные основания. Почему именно сейчас, сегодня? Почему не подождать немного, когда обстоятельства станут более благоприятными или – наоборот – совершенно безотлагательными?

Действительно, опаздывающий приходит на сессию так, словно ему трудно не просто начать что-то делать, а начинать свою жизнь вообще. Это можно понимать как особую чуткость к тому, что никто не может снять с человека его бытие, как чуткость к необходимости начинать жить самому, самому делать выборы и самому отвечать за них. Никто не может сделать это за нас. Однако тот, кто особенно чуток к этой данности бытия, будет постоянно отодвигать от себя саму возможность этого начала, говоря себе: да, конечно, я должен начать, но не сейчас. Конечно, у каждого такого пациента – своя индивидуальная история, свои жизненные обстоятельства и переживания, требующие отдельного и внимательного исследования.

Необходимость начинания как экзистенциальная данность присутствует и в бытии терапевта. Наша открытость этой необходимости в своей собственной жизни помогает нам быть с пациентом; если же мы не хотим сталкиваться с этим у себя, то и у пациента не сможем услышать. Слушание философским ухом требует открытости данностям бытия, а для этого нужно изрядное мужество. Оно не дается нам от рождения, а обретается медленно и с трудом, в процессе знакомства с собственной особой чуткостью и собственными ограничениями в процессе личного учебного анализа.

Приведенный выше пример вполне может вызвать вопрос как о правомерности такого рода интерпретации в данном конкретном случае, так и о месте интерпретации в *dasein*-аналитическом подходе вообще. Действительно, в психоанализе интерпретация занимает важное место, а сам психоаналитик считается тем экспертом, который знает, что и как нужно интерпретировать, исходя из определенного набора символов и смыслов.

В этом М. Босс видел важнейший момент своего расхождения с психоанализом и необходимость развития своего – феноменологического – подхода. Он полагал, что главным для аналитика является открытое и непредубежденное смотрение-видение, а вовсе не интерпретация. Там, где психоаналитик объясняет и интерпретирует, *dasein*-аналитик Босса просто смотрит на то, что само себя показывает, кажется. В этом он опирался на *Бытие и время*, где М. Хайдеггер, разбирая *предпонятие феноменологии*, пишет, что феноменология значит: “дать увидеть то, что себя кажется, из него самого так, как оно себя от самого себя кажется” (Khaidegger, 1998, 34).

Вместо слова “понимать” (*verstehen*) Босс использует слово “внимать” (*vernehmen*). Понимание для него – достаточно активное действие: я что-то так или иначе понимаю, а вот “внимать” – это гораздо ближе к той отрешенности, или позволению быть (*Gelassenheit*), к которым призывал Босс. Он исходил из того, что *Dasein* открыто миру, а мир разомкнут для *Dasein*, вот только люди в большинстве своем этого не видят. Понимание – для того чтобы поделиться им с другим – неизбежно требует истолкования и интерпретации. Для Босса это подразумевало дополнительное – и отчасти произвольное – объяснение. Он считал, что *dasein*-аналитик, оставаясь открытым тому, что здесь перед ним себя кажется, должен отказаться от всякого объяснения и толкования.

Возникает два вопроса: во-первых, может ли психотерапевт отказаться от объяснений и интерпретаций вообще и, во-вторых, почему М. Босс так уверен, что это возможно. А. Хольцхей говорит, что такой отказ возможен лишь при условии рассмотрения проблем пациента как психопатологии – то есть как отклонения от нормы, как дефицита, нехватки, недостатка здоровья. С таким пред-объяснением от дальнейших объяснений действительно можно отказаться, а просто описывать симптомы пациента феноменологически как повреждения той или иной способности-быть.

Однако при таком радикальном отказе от интерпретации как краеугольного камня психоанализа Фрейда, автоматически отрицается и само открытие Фрейда, касающееся смысла душевного страдания. По Фрейду, за

симптомом пациента – по видимости, бессмысленным – скрывается некоторый смысл, нуждающийся в том, чтобы его выявить и истолковать.

А. Хольцхей настаивает на необходимости понимания пациента и того, что с ним происходит, а значение психоанализа видит в первую очередь в том, что в основе своей он оказывается герменевтикой. Но соглашаясь с Фрейдом в том, что душевное страдание имеет скрытый смысл, она понимает этот смысл иначе. С её точки зрения, человек, страдающий душевно – это “философ поневоле”. Непонятные симптомы как-то связаны с его жизненным – чаще всего детским – опытом. Этот опыт должен быть исследован и понят, а интерпретации в психотерапии следует реабилитировать и снова ввести в Dasein-анализ.

М. Хайдеггер в *Бытии и времени* пишет: “‘За’ феноменами феноменологии не стоит по их сути ничего другого, но, пожалуй, то, что призвано стать феноменом, может быть потаенным. И именно потому, что феномены ближайшим образом и большей частью *не* даны, нужна феноменология. Скрытость есть антоним к ‘феномену’” (Khaidegger, 1998, 36). Алиса Хольцхей видит в этой цитате подтверждение того, что многие важные смыслы нашего бытия – его экзистенциальные данности – оказываются скрытыми от нас в нашей повседневной жизни. Они напоминают о себе лишь особыми онтологическими “включениями” в онтические происшествия и задевают в первую очередь тех, кто к ним особенно чуток, превращая их тем самым в “философов поневоле”. Именно в силу скрытости и задевающей эмоциональной заряженности эти “включения” требуют не только внимания и описания, но понимания и истолкования.

Слушая философски, мы всегда можем уловить, что за паническими приступами страха, поглощающего нас мучительного чувства вины и накрывающего волной стыда прячутся не только выглядящие вполне конкретными онтические события, но и онтологические основания. Dasein-аналитик задается вопросом о том, по отношению к чему у этого пациента может быть особая чуткость, чем именно он оказывается так сильно задет в своей жизненной ситуации. Предположения могут быть самые разные, поэтому важно не тащить пациента в сторону какого-то объяснения, кажущегося наиболее вероятным, а продолжать исследование, оставаясь с ним в том, что его беспокоит.

Классический психоаналитик в своей работе всегда держит наготове набор символов и концепций психосексуальной теории и убежденность

в том, что проблемы пациента так или иначе связаны с его детской историей развития. По мнению Хольцхей, проблема классических психоаналитических интерпретаций как раз в том и состоит, что они чересчур догматичны, и что сам аналитик, не смотря на правила абстиненции и расфокусированного слушания, остается на авторитетной экспертной позиции.

Вместе с тем, она считает, что догматичность психоаналитических интерпретаций вовсе не означает, что толкование как принцип должно быть отвергнуто Dasein-анализом. Конечно же, и у dasein-аналитика есть свои, онтологические, теории. Совсем без теорий ему никак не обойтись – главное, не превращать их в догму, не давать никаких закрытых и окончательных объяснений, оставаясь в более скромной позиции, не претендуя на истолкование всего.

ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ

В последнее время различными медицинскими и страховыми организациями проводится множество исследований по определению эффективности как психотерапии вообще, так и ее отдельных школ и направлений. В соревновании за кошелек пациента чаще побеждают те, кто быстро и эффективно устраняет нежелательные симптомы, – чаще всего это представители когнитивно-бихевиоральной терапии; как психоанализ, так и экзистенциальная терапия остаются далеко позади. На вопрос о том, как долго нужно лечиться у dasein-аналитика и какие пациенты к нему приходят, А. Хольцхей ответила участникам семинара в Бирштонесе так:

“Пациенты dasein-аналитика выздоравливают медленно. Средства массовой информации внушают людям, что если терапевтические изменения не происходят быстро, то они неправильно выбрали терапевта. Но пациентам нужно привыкнуть к необходимости размышлять о самих себе, к тому, что это размышление требует времени. Сегодня пациенты часто спрашивают о методе, и тогда я отвечаю: ‘Мы будем вместе пытаться понимать’”(Holzhey-Kunz, 2012, 61).

REFERENCES

- Angel, E., Ellenberger, H. F., May, R. (Eds.). (1958). *Existence*. New York: A Jason Aronson Book.
- Binswanger, L. (1994). *Über die daseinsanalytische Forschungsrichtung in der Psychiatrie. Ausgewählte Werke, Band 3*. Heidelberg: Roland Asanger.

- Binswanger, L. (2001). Ekzistentsial'no-analiticheskaya shkola mysli v psikhiiatrii [Existential-analytical school of thought]. In R. May (Ed.), *Ekzistentsial'naya psikhologiya* [Existential Psychology]. Moscow: Eksmo-Press. (in Russian).
- Boss, M. (1994). Vliyanie Martina Khaideggera na vozniknovenie al'ternativnoi psikhiiatrii [Martin Heidegger's Influence on the Development of the Alternative Psychiatry]. *Logos*, 5, 88–100. (in Russian).
- Boss, M. (1999). *Grundriss der Medizin und Psychologie – Ansätze zu einer phänomenologischen Physiologie, Psychologie, Pathologie und Therapie und zu einer daseinsgemässen Präventiv-Medizin*. Bern: Hans Huber.
- Deurzen, E. van. (1997). *Everyday Mysteries: Existential Dimensions of Psychotherapy*. London: Routledge.
- Deurzen, E. van. (2008). Ekzistentsyalizm i ekzistentsyal'naya psikhoterapiya [Existentialism and Existential Psychotherapy]. *EXISTENTIA: psikhologiya i psikhoterapiya* [EXISTENTIA: Psychology and Psychotherapy], 1, 52–61. (in Russian).
- Holl, K., & Lindsey, G. (1997). *Teorii lichnosti* [Person Theories]. Moscow: KSP+. (in Russian).
- Holzhey-Kunz, A. (2012). Konspekt seminarara [Seminar Workbook]. *EXISTENTIA: psikhologiya i psikhoterapiya* [EXISTENTIA: Psychology and Psychotherapy], 5, 22–61. (in Russian).
- Holzhey-Kunz, A. (2016). *Stradanie iz-za sobstvennogo bytiya. Dazain-analiz i zadacha hermenevtiki psikhopatologicheskikh fenomenov* [Suffering from Our Own Being. Daseinsanalysis and the Task of a Hermeneutics of Psychopathological Phenomena]. Vilnius: Logvinov. (in Russian).
- Khaidegger, M. (1993). Chto takoe metafizika? [What is Metaphysics?]. In *Vremya i bytie: Stat'i i vystupleniya* [Time and Being]. Moscow: Respublika. (in Russian).
- Khaidegger, M. (1998). *Bytie i vremya* [Being and Time]. Moscow: Ad Magnem. (in Russian).
- Khaidegger, M. (2012). *Tsollikonovskie seminary* [Zollikon Seminars]. Vilnius: EHU. (in Russian).