

Федеральное агентство по образованию  
Государственное образовательное учреждение  
Высшего профессионального образования  
Самарский государственный университет

Кафедра социальной психологии

**С.В.Березин, Д.С.Исаев**

**Ландшафтная аналитика:  
опыт трансдисциплинарной психотерапии**

Самара, 2009

Рецензенты: член-корреспондент РАО, доктор психологических наук,  
профессор В.А.Петровский;  
кандидат психологических наук М.В.Бороденко

В книге представлено обоснование и описание ландшафтной аналитики – трансдисциплинарного метода групповой психотерапии. Ландшафтная аналитика реализует идеи экзистенциальной психотерапии, терапии творческим самовыражением, транзактного анализа; в ней используются элементы архаических инициаций и опыт пограничных состояний. Материалы книги используются авторами при чтении курсов по групповой психотерапии, психологической антропологии, психологии личности.

Для психологов, психотерапевтов, культурологов.

## Оглавление

<b>Предисловие авторов.....</b>	<b>4</b>
<b>Введение .....</b>	<b>7</b>
<b>Глава 1. Путешествия и туризм – дифференциация понятий .....</b>	<b>14</b>
<b>Глава 2. Теоретический и прикладной контекст – обоснование метода .</b>	<b>19</b>
2.1. Архаические инициации .....	19
2.2. Техника направленного фантазирования и направленного аффективного воображения .....	25
2.3. Экзистенциально-инициальная психотерпия К.Дюркхайма .....	30
2.4. Терапия творческим самовыражением (ТТС).....	32
2.5. Тренинги на природе .....	37
<b>Глава 3. Путь и время в ландшафтной аналитике – опыт пограничных состояний .....</b>	<b>42</b>
3.1. На границе .....	42
3.2. Время в ландшафтной аналитике .....	71
<b>Глава 4. Особенность психотерапии в ландшафтной аналитике – Подвиг во имя.....</b>	<b>76</b>
<b>Примечания.....</b>	<b>98</b>
<b>Заключение.....</b>	<b>107</b>

## Предисловие авторов

В книге представлено описание и обоснование ландшафтной аналитики – метода групповой психотерапии, шагнувшего за порог психотерапевтического кабинета. Для того, кто наблюдал бы за работой группы «с высоты птичьего полета», все выглядело бы *почти* как обычный двух-трехдневный поход. Для того, кто наблюдал бы за группой во время привалов, тоже многое *показалось бы* узнаваемо: психотерапевтические сессии, двое ведущих, один из которых работает скорее как экзистенциальный терапевт, второй – как транзактный аналитик... Оба работают с метафорой и аффективными реакциями, возникающими тогда, когда группа подходит к перевалу, пещере, лугу, болту, вершине горы. Для того, кто работал бы в группе, все было бы *необычным*. Это постоянно отмечают участники наших проектов – и клиенты, и коллеги-психологи, которых мы приглашали в качестве экспертов и супервизоров. В книге мы попытались по возможности максимально полно описать содержание и природу того необычного, что неизбежно происходит с участниками проекта, решившимися на такое героическое путешествие. Для подавляющего большинства участников группы движение по географическому ландшафту оборачивается путешествием по ландшафту собственной души. Работа с жизненными тупиками, вершинными достижениями, подъемами и провалами, «пещерами сердца», «мыслительными дебрями» клиентов позволяет употреблять понятие «ландшафт души» не просто метафорически.

Проект «ландшафтная аналитика» существует уже несколько лет. Мы проводим его круглый год – летом, осенью, зимой, весной. Интересно, что в зависимости от времени года, а значит, и от продолжительности светового дня, температуры воздуха и других сезонных условий, поведение группы в целом, преобладающие темы, спонтанно возникающие в группе, существенно меняются.

Мы стараемся, чтобы в каждой нашей группе был исследователь – человек, который, используя методы психологии, изучает особенности групповой и личностной динамики в условиях ландшафтной аналитики. В этой книге нет смысла приводить материалы этих исследований – они интересны лишь узкому кругу специалистов и нам – для эмпирического обоснования метода и оценки его эффективности. Эта книга – не научная монография и не практическое руководство для психологов и психотерапевтов. Это скорее манифест, в котором изложены основные принципы и идеи проекта. Часть из этих идей уже реализована в конкретных терапевтических техниках и приемах. Большинство положений, составляющих идеологическую и методологическую основу ландшафтной аналитики получили свое теоретическое и эмпирическое обоснование и подтверждение. Так что не за горами и руководства, и монографии. Нам важен сейчас именно манифест. Мы ждем не оценок метода или отзывов, а диалога, дискуссии. Надеемся, что содержание книги обладает для этого достаточным побудительным потенциалом.

Конечно, эта книга никогда не состоялась бы, если бы не десятки людей, выразивших готовность совершить вместе с нами путешествие себе во благо. Нам сейчас нечего было бы сказать вам, если бы нам ничего не сказали те, кто прошел по маршруту ландшафтной аналитики. Им – нашим клиентам и пациентам – слова искренней благодарности.

Особую признательность мы выражаем доктору психологических наук, профессору В.А.Петровскому, не только подарившему название нашему проекту, но и обогатившему его идеями *границы и неадаптивной активности*.

Наша работа продвигалась вперед во многом благодаря неусыпному оку Контролирующего Родителя профессора К.С.Лисецкого, который при встрече, после того, как говорил «Здравствуйте», неизменно спрашивал: «Ну, и где ваш роман века?»

Наша книга писалась в атмосфере дружеской поддержки и заинтересованности. Советами, подсказками, одобрением, критикой, сомнениями, несогласием, впечатлениями, размышлениями и воспоминаниями свой вклад в нее внесли В.В.Березин, Н.А.Богдан, М.В.Бороденко, О.Г.Пчельникова, Д.Ю.Сысоев, А.В.Титенков, П.Н.Тощев, О.В.Шапатина. Надеемся, также заинтересовано она будет встречена и читателями, которые поделятся с нами своими соображениями.

Жизнь каждого человека есть путь к самому себе,  
попытка пути, намек на тропу.

Г.Гессе

## **Введение**

С самых первых мгновений жизни человек включен в мир культуры, в гипертексте которой зафиксирован колоссальный опыт, накопленный тысячами предшествующих поколений. Способы фиксации этого опыта весьма различны: верования, традиции, мифология, символы, языковые значения, понятия, предметы искусства и тексты, передаваемые из поколения в поколение приемы взаимодействия с предметной и природной средой. Культура обеспечивает человека моделями поведения в различных ситуациях жизни, снабжает образцами и средствами решения личностных проблем. Сознание человека развивается во взаимодействии с культурой, в которой запечатлен опыт деятельности, общения, миропонимания и освоения природы и самой культуры. В процессе социализации человек не только осваивает этот опыт, но и преобразовывает на его основе свои исходные психофизиологические возможности и задатки.

Усваивая содержание культуры, индивид переходит от «природного» модуса бытия к культурному. Так постепенно удовлетворение даже биологических потребностей обретает культурно обусловленные формы. Культура предлагает индивиду систему ценностных представлений, служит основой для постановки и реализации познавательных, практических и личностных задач. Она приобщает человека к иному способу бытия – бытия в культуре, то есть в свойственном только человеку пространстве смыслов, воплощенном в символах и артефактах. В архаических обществах такое приобщение осуществлялось в процессе инициации – сложных и порой весьма продолжительных испытаний и ритуалов, в течении которых

подростки должны были не только усвоить священное знание о богах, людях и природе, но и доказать свою способность быть членом человеческого сообщества. Трагическая участь тех, кто не выдерживал испытаний инициации, запечатлена во многих фольклорных сказках [35]. Подростки, участвовавшие в инициациях, не просто должны были усвоить священное знание своего человеческого коллектива, они должны были открыть его для себя. Как и много тысячелетий назад, присвоение человеком содержания культуры остается весьма драматическим процессом, требующим от него произвольных, порой весьма значительных осознанных усилий. Как и много тысячелетий назад современный человек не может просто «взять» запечатленные в культуре знания. Он должен решиться переоткрыть их для себя. Поэтому усвоение содержания культуры – это всегда глубоко индивидуализированная, предельно личностная встреча человека с *человеческим*. Если такая встреча не случится, «смыслы культуры» навсегда останутся для человека потаенными. Функционально-вещная сторона предметов и явлений будет понятна; профанная сторона жизни будет усвоена и открыта, однако то, что превращает объект в артефакт, а жизнь – в чудо, останется непонятным, сакральное – скрытым, неизвестным. Жизнь, так и не ощутившая бытия, деградирует до уровня быта.

Опасность такой ситуации глубоко осмыслена в современной философии, психологии и психотерапии. Неосвоенность человеком «смыслов культуры», утрата и/или игнорирование культурных корней затрудняют обнаружение смысла жизни, порождают кризис ответственности, побуждают к «бегству от свободы» (Э.Фромм), редуцируют ценности жизни до узкого круга ценностей общества потребления.

Отлучению человека от сопричастности к культуре в значительной степени способствуют жестко и агрессивно насаждаемые ценности общества потребления, «вокруг» которых начинает формироваться свое специфическое культурное пространство. Размышляя о порождаемой обществом потребления культуре, А.Холмогорова отмечает свойственный ей



нарциссизм, экзистенциальный вакуум, индивидуализм и конкурентность, культивирование обсессивно-компульсивных черт личности. Нарциссические установки на исключительность, усиленно подпитываемые современной массовой культурой, подменяют ценности подлинной самореализации. Индивидуализм и конкурентность порождают одиночество, социальную изоляцию и разобщенность людей. Перфекционизм, стремление к соответствию социальным стандартам приводит к тому, что постижение собственного уникального смысла жизни подменяется социальным моделированием [41]. Повседневная жизнь современного человека все больше и больше превращается, по словам В.Шинкаренко, в «воспроизводство существующей структуры общества как некоего проводника в сознательную социальную жизнь, <...> при этом человек платит за такое существование в обществе <...> плату в виде собственной жизни, потраченной на воспроизводство этого же общества» [43; 160]. Необходимость делать не то, что важно тебе, а то, что «положено», погоня за престижем, модой, статусом, необходимость соответствовать, а не быть, становятся серьезным препятствием на пути самоосуществления, предметом которого, по мысли Б.С.Братуся, является родовая человеческая сущность. Все больше и больше вовлекаясь в воспроизводство социальной структуры общества, человек оказывается все дальше и дальше от своей родовой человеческой сущности [Примечание 1].

Оставаясь на протяжении всей своей жизни погруженным в культуру, человек имеет потенциальную возможность свободного и ответственного самоопределения, выбора и построения своего собственного жизненного пути. У человека есть возможность самоопределения в отношении к культуре, ее содержанию, требованиям и ценностям.

Несомненно, проблема «укорененности» человека в культуре относится к разряду фундаментальных проблем человеческого бытия. Поэтому поиск оснований, средств и условий «вживания» человека в

культуру все больше и больше перемещается в фокус внимания философов, антропологов, культурологов, психологов.

Есть все основания полагать, что глубинные коды культуры и человеческого сознания если и не тождественны, то генетически связаны [1]. [Примечание 2]. Следовательно, вчитываясь в гипертекст культуры, человек способен обрести новые ресурсы для преодоления тупиков своего существования. В фильме А.Кончаловского «Одиссей» есть такая сцена. Очнувшись от чар Цирцеи, разгневанный Одиссей требует, чтобы волшебница помогла ему вернуться к жене. «Чтобы вернуться к жене, Одиссей, тебе придется спуститься в ад», - отвечает та, с которой Одиссей пять лет делил ложе. Любой семейный терапевт знает, что для того, чтобы в полном смысле слова вернуться к жене, мужчина, допустивший любовную связь «на стороне», должен будет решиться на непростое путешествие в собственное бессознательное. Ему придется спуститься в ад – в ад собственной души. Не даром, как заметил И.Ялом, психотерапия в снах нередко предстает как путешествие [48; 306].

В этой книге представлено описание и обоснование разработанного нами метода групповой психотерапии, который мы с легкой подачи В.А.Петровского назвали «Ландшафтная аналитика». Ни что не появляется из ничего. Возникнув на основе творческого осмысления роли и функций природных объектов в архаических инициаторных практиках и более поздних религиях, мифах, сказках, а также на основе наблюдений эмоциональной динамики людей при посещении некоторых природных объектов, ландшафтная аналитика впитала в себя идеи Х.-Г.Гадамера, П.Рикера, М.Хайдеггера, В.Франкла, М.М.Бахтина, Б.С.Братуся, В.А.Петровского. Значительное влияние на формирование методологии ландшафтной аналитики оказал транзактный анализ Э.Берна, экзистенциально-инициальная психотерапия К.Дюркхайма, экзистенциальная психотерапия И.Ялома, терапия творческим общением с природой М.Е.Бурно.

Индивидуальное сознание современного человека представляет собой хитросплетение научного, обыденного, религиозного и архаического сознания. Есть основания полагать, что архаическое сознание, точнее его отдельные элементы, играют в детерминации поведения современного человека значительную роль. Обыватель, живущий в городе, представляясь при знакомстве, нередко добавляет свой знак зодиака, верит в гороскопы, приметы, гадает; если что-то не получается – пойдет снимать порчу или корректировать ауру; на Пасху пойдет на кладбище, и на могилы предков будет сыпать пшено, как язычник. Не говоря уже о значительном количестве ритуалов, которым он следует, сам того не замечая. Одна из задач ландшафтной аналитики заключается в том, чтобы сделать архаический религиозный опыт понятным нашим современникам. Конечно, насколько это возможно. При этом мы вполне понимаем, что психологический рост предусматривает отделение архетипических тем, образов, мотивов и сюжетов от реальных объектов, людей и самого себя и что они не могут быть полностью устранены из сознания или поведения. Однако, если архетипическое содержание перестает искажать реальность, и через осмысление и осознание становится содержанием осознаваемого опыта, то оно способно обогатить внутренний мир, оживить воображение, реанимировать чувство удивительного, таинственного, необыкновенного, усилить ощущение жизни в самом себе, своей причастности к прошлому и будущему, ощущение того, что действительно живешь.

Можно сказать, что ландшафтная аналитика – это транзисциплинарная психотерапия, элементом которой является освоение человеком запечатленных в гипертексте культуры смыслов посредством *переживания* ландшафтных объектов. Однако, цель ландшафтной аналитики не только в том, чтобы привлечь внимание к духовным ценностям, неизвестным подавляющему большинству людей, но и в том, чтобы дать его участникам возможность столкнуться с тем содержанием своей душевной жизни, которое по тем или иным причинам остается вне осознания в

процессе нашей повседневности. Чтобы понять о каком содержании идет речь, представьте себя ночью в лесу или в темном, холодном подвале и вы почувствуете как пространство вокруг вас начинает превращать во вместилище инородной силы, вы почувствуете тревогу или даже страх, хотя при этом вы можете четко понимать, что бояться нечего. Можно предположить, что источники переживаемого страха находятся в бессознательном и относятся к той его части, которую К.Юнг назвал коллективным бессознательным.

Таким образом, одна из целей проекта заключается в том чтобы сделать эмоциональный опыт от встречи с бессознательным (подавленным, «зашумленным» материалом) понятным и осознанным. Ландшафтная аналитика – это специфический способ актуализации в сознании неосознаваемого материала посредством контакта человека с ландшафтным объектом.

Не менее важная задача, решаемая в проекте, заключается в том, чтобы открыть участникам группы сакральность человеческого существования. По словам М.М. Бахтина, человеческий быт всегда ритуализирован, а, значит, добавим от себя, и мифологизирован. Опыт переживания мистических состояний рассматривался А. Маслоу как один из признаков актуализирующейся личности [29]. Конечно, речь идет не о мистике, речь идет о том, чтобы в опыте конкретного человека присутствовало бы отношение к себе как к чему-то большему, нежели то, что он привык замечать в себе как социальном субъекте, к жизни – как к чему-то большему, чем «способу существования белковых тел» (Ф.Энгельс). Человечеству пора озадачиться тем, чтобы вернуть жизни статус священной реальности.

В ландшафтной аналитике это вполне возможно, когда участники проекта открывают для себя духовный смысл повседневного, дескарализованного существования. Мы рассчитываем на то, что, говоря

словами М.Элиаде, у участников ландшафтной аналитики происходит «онтологическое изменение экзистенциального состояния» [46].

Однако, ландшафтная аналитика – это не только опыт трансдисциплинарной психотерапии. Ландшафтная аналитика – это опыт актуализации категорий (В.А. Петровский, Л.М. Кларина). Как пишет В.А. Петровский, «между понятием и его эмпирическим наполнением всегда существует некий «зазор», который может еще и еще заполняться» [36; 9]. (Петровский «Психология воспитания» с.9). Многие категории психологии, и прежде всего психологии личности, имеют значительный «зазор» и с эмпирическим наполнением, и с их «практической», инструментальной «реализацией». Например, понятия *личностный рост*, *самоактуализация*. Ландшафтная аналитика – это опыт наполнения психологических, психотерапевтических, философских и культурологических понятий эмпирическим содержанием, опыт их инструментальной реализацией.

Ландшафтная аналитика – это воплощенный миф, ожившая сказка, воскрешенный ритуал; это научное понятие, реализованное в терапевтическом действии. Именно многоуровневость и многоаспектность ландшафтной аналитики, опыт, преодолевающий границы конкретно-научных интерпретаций, делает ее трансдисциплинарной психотерапией.

## Глава 1. Путешествия и туризм – дифференциация понятий

- Мы не туристы – мы путешественники
  - А в чем разница ?
  - Турист – это тот кто думает о возвращении домой с момента прибытия, а путешественник может и не вернуться вообще...
- ( Бернардо Бертолуччи. Под покровом небес )

Мотивы, побуждающие людей к путешествиям, могут быть весьма разнообразны: любопытство и любознательность, стремление к личностному росту и расширению личностного опыта, паломничество к святым местам и жажда соприкосновения с сакральным, желание испытать себя и поиск приключений. Нередко путешествия оказываются неизбежными. Речь идет о тех переломных моментах человеческой жизни, когда люди вынуждены спасаться от преследований или искать убежища в изгнании. Путешествуя, люди пересекают различные пространственные и культурные границы, оказываясь не только в иных местах (мирах), но, порой, и в ином времени. Заметим, что речь идет именно о путешественниках, а не о туристах [Примечание 3]. Разница между первыми и вторыми определяется несколькими обстоятельствами. Путешествие предполагает не просто пересечение границ, но и рефлексии как самих границ, так и состояний, возникающих при их пересечении. Рефлексия открывает путешественнику возможность отнестись к себе как в некоторой степени Другому, увидеть различия между собой и собой-Другим, определить отношения между Я и другим Я, соотнести знакомое и неизвестное в себе, установить связь между «здесь и теперь» и «там и тогда». Последнее содержит в себе потенциальную возможность увидеть свое «везде и всегда». Пребывая в иных средовых и временных условиях, путешественник оказывается за пределами своих

поведенческих, социальных и когнитивных стереотипов, что открывает для него возможность прорваться к предельным основаниям своей жизни. В путешествии возникают условия, как бы сказал М.Хайдеггер, познания в инобытии самого себя. Движение путешественника по географическому ландшафту преобразуется благодаря рефлексии в процесс самоанализа. Таким образом, путешествие по географическому ландшафту оборачивается путешествием по ландшафту собственной души. Поиск аутентичности является одним из наиболее важных мотивов путешественника. Можно сказать, что путешественник идет на риск встречи с собой другим.

Турист совершает свои поездки или походы с уже существующими в его сознании образами тех мест, куда он отправляется. Эти образы в значительной степени являются производными туристической рекламы и, как правило, отражают наиболее известные стереотипы, связанные с местом, куда отправляется турист. Само это место как часть исторического, социального, природного пространства преобразовано для туриста в туристическое место (туристический объект). Естественный ландшафт в гипертексте культуры существует как ландшафт-текст, что открывает путешественнику возможность глубоко личных интерпретаций ландшафта, или отдельных ландшафтных объектов. Путешественник в контакте с ландшафтом переоткрывает для себя смыслы культуры. Смыслы, как показал А.Н.Леонтьев, порождаются жизнью, а не значениями. Турист, пребывая в туристическом месте, усваивает значения, предлагаемые ему экскурсоводом как посредником между ним и местом. Аутентичные интерпретации путешественника заменены у туриста когда-то составленным кем-то текстом. Путешественник переживает открытия, турист получает удовольствие от узнавания того, что он знает. В фокусе внимания туриста – удовольствия. В фокусе внимания путешественника – путь. Путешествия рассматриваются как ресурс самореализации, расширяющий взгляд человека на мир и на себя в мире. Туризм лишь подтверждает существующие взгляды на мир, людей, на себя, скорее сохраняя их неизменными, нежели

преображая. Таким образом, туристическая поездка (поход) и туризм в целом не изменяют Я туриста. Оно скорее подтверждает себя в своих реализующихся ожиданиях. Даже оказавшись в иных социальных и культурных условиях, турист может быть «скрыт личностно», он может эффективно взаимодействовать с другими и с собой рамках своей социальной роли туриста. Эта роль – турист – страхует его от риска самораскрытия и самообнаружения. Нет самораскрытия – нет и личностного роста.

Еще одно важное отличие туризма от путешествий заключается в локусе контроля. Турист стремится делегировать контроль своей жизни другому. Например, руководителю группы, экскурсоводу, туристическому агентству. Возможность делегировать ответственность, перепоручить заботу о себе другим субъектам является важной составляющей туристического отдыха, предполагающего удовольствия и релаксацию. Даже если это активный туризм – маршрут заранее кем-то проложен, стоянки намечены, рацион разработан, инструктор обеспечит максимальную безопасность, турист увидит то, что обещано и, главное, нет особых поводов для рефлексии. Путешественник действует под свою ответственность, ему не на кого надеяться ни в плане обеспечения комфорта, ни в плане обеспечения выживания. Делегирование ответственности за себя дает возможность туристу выдвигать претензии тем, кто такую ответственность берет. Если ожидания туриста не оправдались, у него всегда есть возможность найти внешнюю причину своей неудовлетворенности. По отношению к туристическому бизнесу человек реализует поведение, характерное для Детского эго-состояния: жизнерадостность, получение удовольствия от жизни, любопытство, стремление к новому, поиск приключений и острых переживаний, эгоистичность, самопотворство, стремление делегировать ответственность, капризность. Именно поэтому туризм не изменяет Я туриста. Мысли, чувства и поведение туриста остаются в рамках хорошо освоенных им когнитивных, эмоциональных и поведенческих схем. Даже



оказавшись на границе между обычным и экстраординарным, между профанным и сакральным, рациональным и иррациональным, турист не рефлексует ни границ, ни собственных состояний. У него нет такой задачи. У путешественника тоже может не быть такой задачи изначально. Однако, оказавшись в условиях, инициирующих рефлексю, он неизбежно к такой задаче приходит. Мы полагаем, что одним из таких условий, а вернее важнейшим из них, является *неопределенность*. Фактически, туризм – это активность человека, реализующаяся в условиях даже более высокой определенности, чем его повседневная жизнь. Значительна часть событий для туриста предрешена и реализуется во вполне конкретно заданном диапазоне значений. Возможность снизить напряженность неопределенности является, на наш взгляд, важным фактором привлекательности туризма. Напротив, для путешественника уровень напряжения выше, чем в его повседневной жизни. Размышляя над тем, что побуждает человека предпринимать путешествия, мы приходим к обнаружению особой потребности, которую можно было бы обозначить как жажда подвига. Сущность вводимого понятия *подвиг* будет раскрыта далее, здесь же отметим, что речь идет о потребности человека *подвигнуть* себя за границы себя существующего, из себя – определенного к себе – возможному.

Социальная структура общества, стремящаяся к стабильности, выдвигает человеку порой весьма жесткие критерии (дресс-код, фейс-контроль, имидж, признаки различения «свой – чужой» и др.), соответствие которым обеспечивает ему интеграцию в привлекательные для него институционализированные или не институционализированные группы. По сути, речь идет о своеобразных социальных экзаменах. Но человеку не нужен экзамен, человеку нужен подвиг. Сдавая экзамен, человек подтверждает существующее; совершая подвиг, человек утверждает возможное как существующее.

Наконец, еще одно важное отличие туризма от путешествий. Оно легко схватывается в процессе непосредственного наблюдения. Речь идет о

комплексе эмоциональных состояний туриста, результирующая которых переживается им как возрастание могущества («могу больше»), воли («делаю, что хочу»), возможностей («мне можно»). Поведенческие проявления этого комплекса могут быть различны: снисходительно-доброжелательное отношение к аборигенам, большие траты, чем дома, готовность заплатить больше, чем «дома» за аналогичные товары или услуги, большая плотность эмоциональных проявлений в единицу времени и их более широкий диапазон, большая свобода, раскованность, «шумность» и «заметность» в поведении. У всех по-разному. Однако причины этого могущества, воли и возможностей туриста лежат вне его самого и инициируются внешними условиями, создаваемыми туристическим бизнесом. Поскольку сам турист не является причиной возрастания могущества, воли и возможностей, - то это ложные могущество, воля и возможности.

Путешественник, отправляясь в путь под свою ответственность, будучи «сам себе голова», тоже может переживать возрастание собственного могущества, воли и возможностей. Однако, очевидно, что в отличие от туриста, их причина – активность самого путешественника. Он сам и есть причина своей воли, возможностей и могущества, то есть причина себя.

## Глава 2. Теоретический и прикладной контекст – обоснование метода

### 2.1. Архаические инициации

Особое значение для формирования идеологии проекта имеет изучение обрядов инициации. И дело не только в том, что архаические инициации всегда проводились при участии ландшафта, дело в их особом психологическом смысле [Примечание 4]. Пытаясь «расшифровать глубинный смысл» архаических посвящений, М.Элиаде исходит из того, что в первобытном мире именно посвящение дает людям статус человека в полном смысле слова» [46; 28].

Инициации как комплекс действий, посредством которых осуществляется и фиксируется переход индивида из одного статуса в другой, приобщение его к особым (сакральным) знаниям, обретение им особых функций и полномочий, известны практически во всех архаических культурах. Ритуалы и обряды инициаций могут быть рассмотрены как своеобразный способ приблизить человека к идеалу, эталону, норме, объединяющей его с человеческим сообществом. В этом смысле инициации являются одной из форм социализации. Сопровождая наиболее значимые социальные и личностные изменения в жизни человека, инициации являются «ритуалом перехода», отделяющим человека от его прежнего опыта, статуса, отношений, в том числе отношений с самим собой. Совершение ритуала перехода означает социально признаваемое право на бытие в ином социальном и психологическом статусе. Прошедший инициацию доказывал свое право считаться человеком, жить в человеческом сообществе, обретал соответствующие права и обязанности. Таким образом, инициации способствуют консолидации сообщества, укреплению его сплоченности и солидарности. В этом заключается социальный аспект инициаций. Вместе с

тем, как отмечает М.Элиаде, «сценарии посвящения касаются психологического и жизненного плана» [46; 317].

В психологическом плане инициация возникает тогда, когда человек открывает для себя возможность действовать вопреки биологическим, животным инстинктам. Таким образом, инициации были своеобразной проверкой индивида на способность быть субъектом саморегуляции, что и означало способность быть человеком. Анализируя сущность и функции инициации, М.Элиаде пишет: «Обряд посвящения показывает нам, что древний менталитет исходил из того, что настоящий человек – человек духовный – не является результатом естественного процесса» [46; 324]. И далее тот же автор сообщает, что «при посвящении естественный модус ребенка заменяется модусом культурным, дающим доступ к культурным ценностям» [46; 28]. Посвящение, по мнению М.Элиаде, «равнозначно открытию святости, смерти, сексуальности и борьбы за существование. Настоящим человеком можно стать только приняв на себя все параметры человеческого существования» [46; 99].

Инициация проводилась обычно для группы подростков. Разнообразные события и мероприятия инициаций порождали у их участников коллективные чувства и переживания сопричастности. Принадлежность к коллективу защищала индивида в критических ситуациях от дезинтеграции, обеспечивала его конкретными императивами. Прохождение инициации означало преодоление границы, отделяющей человеческое от животного, культурное от дикого, свое от чужого, в конечном итоге, жизнь от смерти. С помощью инициаций человеческий коллектив как бы тестирует каждого своего представителя на способность быть человеком. Родившись как биологическая единица, в инициациях человек рождался как единица социальная. В процессе инициации абитуриент приобщался к священным знаниям, проходил путь, когда-то пройденный его предками, воспроизводил действия богов и героев. В этом смысле логика архаических инициаций – это не только логика «усилий

преодоления», но и логика «закона непрерывного творения мира» (М.Мамардашвили). Оказавшись на границе существования (в инициациях иногда использовались испытания на грани жизни и смерти) и сущего (в инициациях абитуриенту открывался тайный смысл обыденного), человек осваивал опыт пограничных состояний, учился «чувствовать границу» и удерживать себя в пространстве культуры. Знай край, да не падай.

Заметим, что стремление «выйти на границу» - вообще характерный паттерн, присутствующий во многих архаических и более поздних ритуалах и обрядах [Примечание 5]. Не исключено, что со временем этот паттерн переместился с уровня коллективного «тела» на индивидуальный, из коллективной психики – в индивидуальную. Именно этим можно объяснить и особую притягательность границы для человека, и то, что самое главное в его жизни всегда происходит на границе, в те особенные моменты жизни, когда человек сталкивается с необходимостью выбора. По мнению М.Элиаде инициации являются «внеисторическим архетипическим поведением психики». Следовательно, психологические паттерны инициации присутствуют в глубинном бессознательном каждого человека.

«Сценарии посвящения – даже скрытые, как в сказках, являются выражением психодрамы, отвечающей глубинным потребностям человека. Каждому человеку хочется столкнуться с опасностями, преодолеть исключительные трудности, испытать приключения в «другом мире» - и он пробует это на уровне своей вымышленной, воображаемой жизни, слушая или читая волшебные сказки или мечтая» [46; 313].

Не потому ли столь популярны боевики, детективы, приключенческие романы. Невольно вовлекаясь в происходящее с героем книги или кинофильма, мы неосознанно идентифицируемся с ним, становимся участником его, а теперь уже как бы общих приключений, вместе преодолеваем трудности. В принципе, мир боевиков, приключенческих фильмов и книг – это иной мир. Неосознанно переносясь в воображаемую жизнь, мы совершаем по сути то же путешествие в иной мир, которое

совершает герой мифа, или абитуриент, проходящий инициацию. Во многих современных произведениях искусства угадываются сюжеты и сценарии посвящения. Как пишет М.Элиаде, «элементы посвящения можно узнать не только в фантазиях и воображении современного человека. Их можно распознать и в реальных испытаниях, через которые он должен пройти в своих духовных кризисах, одиночестве и отчаянии, которые не минуют ни одного человека, стремящегося к ответственному, сознательному и творческому существованию» [46; 316]. Осознанное и ответственное существование неизбежно обнаруживает для человека одиночество и отчаяние.

Таким образом, мотивы посвящения присутствуют и в обычной, повседневной жизни человека. Тот, кто осмелился на подлинно человеческую жизнь, неизбежно столкнется с чередой глубочайших кризисов, испытаний, уходов и возвращений, смерти в одном качестве и возрождении в другом. В конце-концов, как бы не складывалась жизнь, в какой-то момент настигает ощущение тупика, неизбывного одиночества, упущенных возможностей, нереализованности или даже не подлинности собственного бытия. И тогда, как единственная надежда на спасение, возникает мысль о новой жизни, обновлении, открывающем путь к новым возможностям. Именно таким новым видением себя, своей жизни, Жизни вообще заканчивается всякая по-настоящему эффективная психотерапия.

Вернемся, однако, к «психологическому плану» инициаций. Разнообразные и многочисленные испытания как физического (испытания голодом, жаждой, лишением сна), так и психического (страх, угроза смерти, боль) характера требовали от абитуриента развитой способности к саморегуляции и самоограничению. Абитуриент должен был ограничивать свои импульсы и реакции, связанные с физиологическими, а, значит, присущими и животным, потребностями и эмоциями и удерживать себя в границах поведения, которое оценивалось как чисто человеческое. Мы полагаем, что способность абитуриента быть субъектом саморегуляции и

самоограничения была своеобразным допуском в человеческое сообщество. Похоже, что в процессе инициации эта способность не только тестировалась, но и развивалась. Абитуриент не только (а может быть и не столько) доказывал, что он достоин быть человеком, но и становился им, самоосуществлял себя как человека.

Размышляя о сути человеческого развития, Б. С. Братусь подчеркивает, что определяющим для этого процесса является самоосуществление, предмет которого - родовая человеческая сущность [13]. Обретение человеком его родовой человеческой сущности рассматривается Б.С.Братусем практически как синоним нормального развития. Б.С.Братусь указывает условия и одновременно критерии этого процесса:

- отношение к другому человеку как к самоценности;
- способность к децентрации, самоотдаче и любви как способу реализации такого отношения;
- творческий, целетворящий характер жизнедеятельности;
- потребность в позитивной свободе;
- способность к свободному волепроявлению;
- возможность самопроектирования будущего;
- вера в осуществимость намеченного;
- внутренняя ответственность перед собой и другими, прошлыми и будущими поколениями;
- стремление к обретению сквозного общего смысла своей жизни.

Аномальным Братусь считает такое развитие, которое ведет человека к «отъединению, отрыву от его всеобщей родовой сущности». Зададимся, однако, вопросом о том, как обреталась человечеством его «родовая сущность»? Каковы, если так можно выразиться, исторические механизмы формирования человеческого в человеке?

Аргументированный и содержательный ответ на этот вопрос, как нам кажется, дает в своей работе, посвященной архаическим инициациям М.Элиаде. По его мнению, таким механизмом и были различные формы

инициаций и посвящений, в процессе которых абитуриент самоосуществлял себя как человек. Позволим себе высказать предположение о том, что и в современном обществе механизмы обретения человеком человеческой сущности остались по сути дела неизменными. Разве что с уровня коллектива они переместились на индивидуальный уровень. Обоснованность такого предположения становится ясной, если внимательнее вчитаться в критерии и условия нормального развития, предлагаемые Б.С.Братусем: каждое из этих условий может иметь отнесенность и к микросоциальному окружению человека, и к нему самому; к тем, кто воспитывает, и к тому, кто в этих условиях развивается. Однако решение *жить так* принимает сам человек.

Мы полагаем, что самоосуществление, изначально предъявляемое архаическим коллективом индивиду в виде *требования* способности к волевой и эмоциональной саморегуляции, у современного человека существует на индивидуальном уровне как *потребность* в самоактуализации. Примечательно, что книга А.Маслоу, в которой он излагает свою теорию самоактуализации, называется «Дальние достижения человеческой природы». Нам представляется, что ключевым в названии книги является слово *достижение*. Размышляя о способах достижения самоактуализации-самоосуществления, А.Маслоу предлагает восемь путей, ведущих к ней [29]. Интересно, что предлагаемые им пути самоактуализации могут быть легко операционализированы, если перейти к идее *разрешений*, выдвинутой в транзактном анализе [19]. Это обстоятельство открывает широкие возможности для создания психотерапевтических техник, инициирующих процессы самоактуализации.

1. Переживания. Полное, живое, беззаветное, с полной концентрацией и полным впитыванием (Чувствуй то, что ты чувствуешь).

2. Выбор в пользу роста. В каждом выборе – решать в пользу роста, двигаясь навстречу риску и тревоге, отказываясь от выбора хорошо известного, освоенного и безопасного (Будь).



3. В каждый момент времени быть собой. Быть подлинным. Решая для себя, нравится тебе нечто или нет, не зависимо от мнений и оценок окружающих (Будь собой).

4. Честность и ответственность за свои действия. Не позировать, не стараться хорошо выглядеть или удовлетворить своими ответами других (Думай своей головой; Радуй себя).

5. Доверие к собственным суждениям и переживаниям и действия в соответствии с ними (Думай своей головой; Чувствуй то, что ты чувствуешь).

6. Использование и развитие своих способностей (Делай).

7. Пик-переживания. Открытость и готовность к большему, чем то, на что ты способен.

8. Обнаружение своих «защит» и работа отказа от них.

Ландшафтная аналитика, маршрут и события которой построены в соответствии с архетипическими и мифологическими сюжетами (спуск в пещеру – путешествие в мир мертвых; пребывание в ночном лесу – путешествие в иной мир; преодоление физических нагрузок – преодоление себя) в полной мере предоставляет возможность для выбора любого из указанных А.Маслоу путей самоактуализации.

## **2.2. Техника направленного фантазирования и направленного аффективного воображения**

В настоящее время существует несколько десятков психотерапевтических методов, активно использующих воображение, однако, именно знакомство с методами Р.Дезолье и Х.Лейнера стало одной из предпосылок разработки ландшафтной аналитики. Познакомившись много лет назад с методом направленного фантазирования [16] и методом направленного аффективного воображения [26], один из авторов этой книги

был восхищен их глубиной, и той деликатностью, которую они предполагают в работе с бессознательным клиента. Правда, еще более интересным для нас было то, что в каждом из методов клиенту предлагают визуализировать ландшафтные объекты. В методе Р.Дезолье и методе Х.Лейнера образы ландшафтных объектов выполняют разные функции и по-разному используются терапевтом. Рассмотрим эти методы более подробно.

*Направленное фантазирование.* В методе Р.Дезолье клиент занимается фантазированием, лежа на кушетке. Ему создают комфортные условия, он должен быть изолирован от шумов, находиться в полумраке и с закрытыми глазами. Желательна также насколько возможно глубокая релаксация. Клиенту дают стартовый образ и просят описать этот образ как можно более подробно. Если необходимо, клиенту задают вопросы, чтобы прояснить детали.

Анализируя свой клинический опыт, Р.Дезолье стандартизировал предлагаемые клиенту темы. Это позволило автору метода помещать клиента в символические ситуации, с которыми он сталкивается в своей жизни. Темы, которые Р.Дезолье предлагает своим клиентам специфицированы по полу. Для мужчин: Меч; Спуск в глубину океана; Спуск в пещеру и обнаружение там ведьмы или колдуньи; Спуск в пещеру и обнаружение колдуна или мага; Спуск в пещеру и нахождение сказочного дракона; Замок со Спящей Красавицей в лесу. Для женщин: Сосуд или контейнер; Спуск в глубины океана; Спуск в пещеру и обнаружение колдуна или мага; Спуск в пещеру и обнаружение ведьмы или колдуньи; Спуск в пещеру и нахождение сказочного дракона; Замок со Спящей Красавицей в лесу. В первой теме (Меч или сосуд), после того, как клиент описал объект и свои переживания, связанные с ним, ему предлагают совершить восхождение на гору. Во всех остальных темах – путешествие в пещеру, в сказочный лес, погружение в бездну также заканчивается для клиента его восхождением на гору. По мнению Р.Дезолье, эффективность направленного фантазирования во многом связана с воображаемым движением клиента в пространстве. Особое

значение автор метода придает движению в вертикальном измерении – подъем или спуск. Движение по вертикали позволяет клиенту исследовать себя. Сказочные и мифологические образы, как это видно из описания метода [16], позволяют клиенту выйти на границы взаимоотношений с другими людьми. Например: ведьма или колдунья – границы отношений с матерью; колдун или маг – границы отношений с отцом.

Обосновывая свой метод, Р.Дезолье пишет: «Поскольку слова нашего языка, которые создают вторую сигнальную систему, способны функционировать как сигналы, постольку в той же роли могут выступать визуальные образы и внушенное воображение. Есть тесная связь между словами и их образами; они неразделимы» [16; 131]. Неразрывную связь слова и его образа Р.Дезолье обосновывает опираясь на достижения И.П.Павлова и С.Быкова. Очевидно, Р.Дезолье имеет в виду связь слова и образа того объекта (явления), которое называется этим словом. Иначе говоря, слово *гора* и *образ горы* неразделимы. Для нас это важный момент, позволяющий заменить и слово, и фантазийный образ реальным объектом. Однако важнее другое. К мысли Р.Дезолье о неразрывности слова и образа мы добавили бы неразрывность слово-образа и тех *символов*, которые с ним связаны и тоже могут быть выражены и в слове, и в образе.

Автор направленного фантазирования, похоже, использует образы ландшафтных объектов почти исключительно для обеспечения движения клиента вдоль вертикальной оси «вверх-вниз». Богатейшая семантика самих этих объектов (гора, пещера, пучина, лес) практически не используются.

Совсем по-другому ландшафтные объекты используются в направленном аффективном воображении Х.Лейнера [26]. Подход Лейнера интересен нам, прежде всего, целенаправленным использованием символов и символических сюжетов. Автор метода ясно показывает, что символы ландшафтных объектов могут целенаправленно использоваться для изменений аффекта и жизненной ситуации клиента.

Процедура использования разработанного Лейнером метода довольно проста. Клиента укладывают на кушетку, в комнате не должно быть яркого света, она должна иметь хорошую звукоизоляцию. Клиенту предлагают несколько словесных внушений, чтобы помочь ему расслабиться. Затем ему предлагают стандартную ситуацию. Никакие другие комментарии не даются. Инструкция и поведение терапевта напоминают ситуацию использования проективных методов: максимально доброжелательно и максимально неопределенно. Психолог мягко настаивает, чтоб клиент давал как можно более подробные описания своих фантазий и связанных с ними чувств. Х.Лейнер предлагает своим клиентам следующие стандартные воображаемые ситуации.

1. Луг. Это начальная точка для каждой сессии. Символика луга, по мнению автора, весьма разнообразна. Луг может представлять собой своеобразный экран, на который легко проецируется текущее настроение и/или наиболее давящие проблемы клиента.

2. Гора; восхождение на вершину и описание вида ландшафта. Х.Лейнер полагает, что эта символическая ситуация соотносится с чувствами клиента по поводу его способности овладеть своей жизненной ситуацией и достичь успеха в карьере. Ссылаясь на Корнарда, Лейнер утверждает, что вершина воображаемой горы пропорциональна уровню притязаний. В теме горы проявляются также темы соперничества. Когда пациент представляет себя достигшим вершины, его просят точно описать, что он видит. Интересно, что этот прием используется для контроля прогресса в терапии – эффективная психотерапия открывает перед человеком все более и более широкие горизонты, обзриваемые с вершины горы.

3. Ручей. Следование вверх по ручью до истоков или вниз до океана. По мнению Лейнера, ручей символизирует поток психической энергии и потенциал для эмоционального развития.

4. Дом. Исследуется как символ человека. Клиент, по свидетельству автора метода, может проецировать на него свои страхи и желания по поводу себя самого.

5. Визуализация близких родственников.

6. Визуализация ситуаций, пробуждающих образы сексуальных чувств и поведения.

7. Визуализация льва (управление агрессивными тенденциями).

8. Визуализация человека, представляющего идеальное Я пациента.

9. Взгляд, обращенный в темный лес с луга ли внимательное наблюдение за темным отверстием пещеры. Наблюдения Х.Лейнера показывают, что обычно из мрака появляются монстры, гиганты и другие пугающие фигуры. Автор метода полагает, что эти образы символизируют интроекты с их невротическими паттернами и ассоциированными эффектами. Х.Лейнер замечает также, что, приходя из темноты, символизирующей бессознательное, фигуры являются спонтанным проявлением глубоко подавленного, архаического, инстинктивного материала.

10. Болото. Клиента просят представить возникающую из мрачной воды болота фигуру. Как считает Лейнер, возникающая фигура является манифестацией подавленного, инстинктивного, архаического материала, касающегося сексуального влечения и его производных.

Мы видим, что в шести стандартных ситуациях в качестве стартовых образцов используются ландшафтные объекты. При этом визуализация того или иного ландшафтного объекта инициирует чувства, переживания и мысли вполне определенной направленности независимо от индивидуальных особенностей клиента. На наш взгляд, это означает, что существуют такие ландшафтные объекты, фокусировка на которых порождает двойной эффект. С одной стороны – это фокусировка на фундаментальных проблемах человеческого бытия (одиночество, смерть, неопределенность и др.) и/или на проблемах клиента. С другой стороны – это генерирование трансфинитных

переживаний. Понятие *трансфинитные переживания* вошло в психологический словарь благодаря исследованиям В.А.Петровского, разработавшего мультисубъектную теорию личности. В его понимании, трансфинитность – это «бесконечность, данная разом, одновременно, во всей ее всеохватности» [32]. Мы полагаем, что переживания ландшафтного объекта являются трансфинитными по сути. В них «разом, одновременно» присутствуют и переживаются индивидуальные и культурные смыслы, воплощенные в ландшафтном объекте. Мы считаем, что наличие такого двойного эффекта является важным условием психотерапии. Находящийся в контакте с ландшафтным объектом человек фокусируется на определенном содержании и в то же время он трансцендирует за пределы этого содержания. Мы предполагаем, что в такие моменты человек переживает состояния, которые могут быть описаны как инсайт, ага-реакция, пик-переживания.

Идея ландшафтной аналитики заключается в том, чтобы обеспечить человеку не фантазийный, а реальный контакт с ландшафтным объектом.

### **2.3. Экзистенциально-инициальная психотерпия К.Дюркхайма**

Многие проблемы современного человека, по мнению немецкого философа, психолога и психотерапевта К.Дюркхайма, связаны с недостаточной структурированностью ценностно-смысловой сферы, формирующейся в отрыве от общечеловеческих ценностей. [Примечание 6]. Ученый и его коллеги полагают, что для свободного и осознанного существования в мире человек должен оказаться в смысловом пространстве общечеловеческих ценностей. Такое погружение возможно с помощью непосредственного переживания общечеловеческих символов, вскрывающего для человека пространство потаенных в нем смыслов. Непосредственное переживание символа становится для субъекта его внутренним опытом, общечеловеческое преобразуется в личностное. Как показал в своих работах В.К.Вилюнас, именно субъективное переживание

является носителем, «субстанцией воплощения» психических образов [15]. Сосредоточенное переживание символа не просто обнаруживает для человека воплощенные в нем смыслы, но и приводит к тому, что эти смыслы обретают личностную окраску. Укореняясь и прорастая в индивидуальном сознании, они начинают влиять на отношение человека к миру. Решая задачу пробуждения «нового сознательного опыта» в процессе интенсивного сосредоточения на символе, К.Дюркхайм обнаружил, что внутренний опыт субъекта соотносится с семантикой заданного символа [20]. Иными словами, предлагая субъекту в качестве объекта сосредоточения символ с определенной семантикой, мы помещаем эту семантику в фокус сознания субъекта.

Одним из способов сосредоточения на символе в исследованиях ученого была «графическая концентрация», в процессе которой клиентам предлагалось неоднократно вычерчивать заданный символ: например, круглые линии (чаша, арка, спираль, круг и др.), прямые линии (прямая линия, квадрат, треугольник и др.).

Дюркхайм обнаружил, что вполне достаточным условием сосредоточения внимания на символе является выполнение двигательных, тактильных, графических и других действий с символом. Выполняя разнообразные действия с символами, встречающимися в разных культурах и являющимися общечеловеческими, индивид, по мнению К.Дюркхайма, открывает для себя общечеловеческие смыслы и ценности, усваивает их, интегрирует в свое сознание. Опираясь на выводы К.Дюркхайма, мы предполагаем, что концентрация внимания на ландшафтных объектах посредством различных перцептивных, мыслительных и двигательных действий способно привести человека к переживанию богатейшей гаммы смыслов увязанных в культуре с ландшафтными объектами.

## 2.4. Терапия творческим самовыражением (ТТС)

ТТС была разработана М.Е Бурно [14] на основе многолетнего опыта работы с пациентами, страдающими тревожным переживанием своей неполноценности, склонными к пассивно-оборонительному реагированию на различные события жизни. Несмотря на очевидную близость ТТС к *арттерапии*, метод М.Е.Бурно имеет свою специфику. Во-первых, ТТС соотносится с клинической картиной и существующими в ней защитными силами пациента. Во-вторых, ТТС направлена на обучение пациента приемам целебного творческого самовыражения. Важную роль в методе М.Е.Бурно играет осознание пациентом общественной полезности своего труда и своей жизни в целом. Как пишет автор метода, «ТТС есть <...> целебное мировоззрение-миропонимание...» [34; 3]. Цель метода заключается в том, чтобы помочь пациенту раскрыть свои творческие возможности в широком смысле.

В ТТС разработано несколько приемов: создание творческих произведений с целью выражения особенностей личности пациента; творческое общение с природой с целью лучшего осознания пациентом особенностей своей личности; творческое общение с литературой с целью обнаружения пациентом созвучных ему произведений культуры; коллекционирование предметов с целью познания пациентом особенностей своего личностного склада; погружение в прошлое для более глубокого осознания своих «корней»; принятие своей «неслучайности» в жизни; ведение дневника для развития навыка самонаблюдения и анализа различных событий; переписка с врачом для более спокойного и вдумчивого самовыражения в общении с врачом; творческие путешествия с целью выявления отношения пациента к окружающей среде и формированию у него способности к анализу этого отношения; творческий поиск одухотворенности в повседневном.



Рассмотрим подробнее некоторые приемы ТТС, наиболее значимые с точки зрения понимания и обоснования специфики ландшафтной аналитики.

*Терапия творческим общением с природой.* М.Е.Бурно отмечает, что «целечно-эстетическое переживание природы нередко выражается в том, что пациент видит в животном, растении или камне нечто человеческое, то есть образно, сказочно чувствует с природой глубинное родство, возникает ощущение «природных» сил и «природной долговечности» [14; 117]. Очевидно, что речь в данном случае идет о проекции человеком своих мыслей, чувств и переживаний на природные объекты. А «нечто человеческое», о котором пишет М.Е.Бурно, есть ни что иное как индивидуальные проекции. Конечно, культурно-детерминированные психологические феномены в ТТС не игнорируются, однако акцент явно смещен в сторону аутентичности: «Творческое целечное вдохновение в общении с природой является только тогда, когда ландшафт, деревья, заросли трав и т.д. начинают восприниматься по-своему» [14; 119]. Нас в ландшафтной аналитике также интересует аутентичные переживания человеком ландшафта и/или отдельных его элементов. При этом, нам важно, чтобы в уникальном было обнаружено присутствие чего-то всеобщего, чтобы переживания приводили человека к новому отношению к себе, к людям, к природе.

Анализ текстов создателя метода [14] и его последователей [34] наводит на мысль о том, что ТТС не использует всего терапевтического потенциала взаимодействия человека и природы. Так в своей книге М.Е.Бурно пишет: «Общение с минералами, горами намекает о вечности, минеральной неистребимости всего существующего в мире». Это на наш взгляд, весьма плодотворное наблюдение остается в книге никак не проясненным. Не вполне ясно, как и для чего эти намеки используются терапевтом и на какие эффекты он рассчитывает.

Интересны, на наш взгляд, наблюдения М.Е.Бурно, связанные с тем, что «растение и животное не напряжены истинной тревогой (т.е. ожиданием

беды в будущем) <...>. Страх, свойственный и животным, есть боязнь настоящего, тогда как в истинной тревоге всегда звучит специфически-человеческое переживание за будущее» [14; 172]. Природа пребывает в настоящем...

*Терапия творческими путешествиями* используются в ТТС как один из основных приемов. Рассуждая о терапевтических механизмах творческих путешествий, М.Е.Бурно пишет:

«1. Даже одна лишь оторванность путешествием от «суеты жизни» помогает неспешно сосредоточиться на себе с обдумыванием своей жизни, своего будущего, своих личностных особенностей в прошлом и настоящем <...>.

2. В путешествии происходит исследование, совершенствование духовной индивидуальности путешественника в серьезном общении с людьми, растениями, животными, домами, машинами и т.д. – со всем, что встречаешь в дороге <...>

4. <...> ехать, например, в поезде – есть испытанный способ «припасть» к живой жизни.

Путешествуя, пациенты ТТС ведут дневниковые записи, делают зарисовки и т.п. Главная задача таких записей, как впрочем и всех остальных методик и приемов ТТС – «показать товарищам и себе в записях, слайдах и т.д. себя, свое активное отношение к миру» [14; 159].

Разрабатываемая нами ландшафтная аналитика во многом перекликается с ТТС М.Е.Бурно. Участники наших групп имеют возможность «оторвавшись от суеты жизни», благодаря эмоционально-идеологическому контексту, сосредоточиться на себе, на отношениях с другими людьми, на своем настоящем, прошлом и будущем. Порождаемые в контакте с ландшафтными объектами состояния создают возможности для более тонкой дифференциации эмоций и переживаний, узнавания себя. И, конечно, сами условия передвижения по географическому ландшафту «включают» человека в «здесь и теперь». Тот, кто, передвигаясь по

природному ландшафту, находится в плохом контакте с реальностью, обязательно попадает в какую-либо неприятность. Для нас в этом случае важны и способ попадания, и способ преодоления, и сопровождающие их переживания и мысли. Мы полагаем, что в таких ситуациях мы имеем дело с минискриптами, когда в малом (минискрипт) представлено большое (сценарий жизни), позволяющее увидеть то, что не всегда и сразу схватывается сознанием [12], [19].

*Творческий поиск одухотворенности в повседневном* – это, по мнению М.Е.Бурно, «поиск своего отношения к обычному вокруг, целебно утверждающий пациента в его духовных особенностях, в его способах общественно полезной деятельности, прямо связанных с этими особенностями» [14; 159].

Размышляя о терапевтических «механизмах» методики, автор ТТС отмечает, что это прежде всего радость в постижении необычного; «духовные открытия», возникающие вследствие «внимательного восприятия» и «неторопливого размышления». Для погружения пациентов в переживания одухотворенности повседневного как указывает М.Е.Бурно могут быть использованы:

- «проникновенное чтение вслух в группе соответствующих отрывков из художественных произведений» [14; 160];
- «творческие целебные поиски необыкновенного в чае, лекарственных травах, цветах на подоконнике...» [14; 161];
- «приобщение к запахам цветов, засушенных трав, сена, духов» [14; 161];
- чтение литературы об «интуитивно-художественном проникновении в окружающую жизнь и себя самого» [14; 162];
- соединение «поиска аромата жизни <...> с непосредственной общественной пользой» [14; 162] – подарить, помочь, отблагодарить, что-то полезное сделать для других.

В процессе ландшафтной аналитики мы имели возможность неоднократно убеждаться в терапевтической эффективности предлагаемых М.Е.Бурно приемов. Особенно если они «возникали» спонтанно, когда кто-либо из членов группы сам, без побуждения психотерапевтов, вдруг начинал проникновенно читать соответствующие его настроению и ситуации стихи, или говорить о необычности своих чувств, навеваемых чаем, окружающими растениями, или вдруг обращал внимание на необычность казалось бы знакомых запахов, или проявлял деятельностную заботу о ком-то из членов группы. Мы заметили, что активизации поиска одухотворенности в повседневном способствует также мифотворчество – прием, предложенный А.А.Капустиным [34]. Мы рассказываем участникам ландшафтной аналитики мифы, связанные с каким-либо ландшафтным объектом. Участники группы вовлекаются в этот процесс и придумывают собственные мифы. Нередко получаются не только глубоко аутентичные, «проективные», но и по-настоящему красивые рассказы.

Мы с удовольствием используем приемы активизации «творческого поиска одухотворенности в повседневности», если они возникают благодаря собственной активности группы. И все же основным методом «одухотворения обыденности» в ландшафтной аналитике является информирование участников проекта о ритуальном смысле бытовых действий и предметов. Рассказ об устройстве русской печи, моделирующей космос, о наличниках и ставнях на окнах, о смысле пояса в одежде, даже рассказ о неслучайности расположения сельской помойки – все это способствует тому, что участники группы обнаруживают священное в своей повседневной жизни.

Между ТТС и ландшафтной аналитикой немало общего, однако, отличия – принципиальные:

- 1) ТТС – это клинический метод, ландшафтная аналитика – трансдисциплинарный психотерапевтический метод;

- 2) ТТС направлена на оптимизацию адаптации пациента к себе, к людям, к жизни вообще; цель ландшафтной аналитики – наращивание потенциала субъектности личности, способности быть автором своей жизни и выборов.
- 3) Человек в ТТС – пациент, больной; человек в ландшафтной аналитике – личность способная нести ответственность за свои выборы.

## 2.5. Тренинги на природе

Расширение сферы применения психологических знаний, профессиональная и научная активность самих психологов приводят к тому, что природа все чаще и чаще включается в разных качествах в орбиту психологической практики. Природа используется в различных тренингах как условие (вывести группу подальше от города, чтобы никто не отвлекал), как среда, в которой разворачивается программа тренинга, эффекты влияния которой не учитываются (веревочный тренинг на природе), как среда, «сопротивление» которой должно быть преодолено совместными усилиями группы (тренинги командообразования). Отметим, что во всех приведенных примерах природе отводится исключительно пассивная роль. Природа здесь – либо декорация, либо – «необходимое оборудование». В принципе, вынесение тренинга «на природу» обусловлено здесь исключительно соображениями комфорта. Зададимся вопросом: можно ли провести тренинг планируемый на природе, в иных условиях? Если – «да», то природа здесь ни при чем. У нас есть основания предполагать, что природа вообще не может быть включена в структуру психологического *тренинга*. Если, конечно, речь не идет о тренингах выживания. Но тогда при чем тут психология? Тренинг как жанр психологической практики предполагает использование четко

структурированных упражнений, имеющих свою цель, показания и противопоказания. Предполагается, что неоднократное выполнение таких упражнений обеспечивает формирование определенных умений, навыков, способностей и функций с заранее заданными параметрами. Тренировка каких психологических умений и навыков требует обязательного проведения тренинга на природе? Похоже, что природа для тех, кто проводит «тренинги на природе» не более, чем декорация, более комфортные или менее привычные для клиентов условия функционирования.

В то же время психотерапевтический потенциал природы весьма значителен. Для его актуализации, однако, нужны отнюдь не упражнения.

Один из авторов так называемых «экспериментальных тренингов на природе», В.Кейсельман, отмечает что «<...> природа сама по себе оказывает на участников значительное терапевтическое воздействие». Наблюдение, безусловно, верное. Однако в составленном В.Кейсельманом описании «тренингов» природе отводится роль статиста или декорации. Фраза: «<...>природа сама по себе оказывает <...> терапевтическое воздействие» подразумевает признание у природы потенциала субъектности. Автор, тем не менее, ни в описании, ни в обосновании своих тренингов этого потенциала не раскрывает. А между тем, всем, кто с терапевтической целью ведет людей «на природу», было бы полезно хотя бы для себя дать по возможности непротиворечивое объяснение того как, почему и посредством чего «природа оказывает значительное терапевтическое воздействие». Описывая далее свои «тренинги на природе», В.Кейсельман сообщает: «<...> горный ландшафт стимулирует активность людей, потенцирует у них творческий запал, активизирует витальные потребности (*как? только лишь горный ландшафт?* – С.Б., Д.И.); «<...> тренинги на природе позволяют иначе регламентировать сами упражнения (*зачем? для чего?* - С.Б., Д.И.); <...> в природных условиях удастся гораздо полнее включить участников в процедуры поведенческого и возрастного регресса (*с какой целью?* – С.Б., Д.И.); <...> природный ресурс «архаизирует» психику группы (*с какой терапевтической целью?*

*посредством чего?* – С.Б., Д.И.). Отсутствие в работе В.Кейсельмана ответов на приведенные вопросы с одной стороны выдает слабую методологическую проработанность его тренингов, их случайность, а с другой стороны, снижает потенциал самих тренингов.

Анализируя свою многолетнюю практику тренингов на природе, В.Кейсельман отмечает их константные единицы, определяющие специфику проекта:

- «- использование в качестве одного из основных природного ресурса;
- построение значительного числа упражнений и заданий на архетипических, мифологических сюжетах; архаизация и ритуализация игр;
- применение в качестве природного адаптогена алкоголя (вина);
- структурирование целого ряда упражнений и игр по принципу поведенческого, возрастного и биологического регресса;
- использование этологического и феноменологического подходов при наблюдении за участниками» [24; 134].

Мы не будем сейчас комментировать выдвинутые В.Кейсельманом тезисы. Общая оценка его проекта уже высказывалась нами: он плохо проработан методологически и методически, потенциал влияния природы на человека практически не используется и не исследуется. Выскажемся лишь по поводу использования в проекте алкоголя как «природного адаптогена». В.Кейсельман вполне отдает себе отчет о том, что употребление алкоголя во время психотерапии «вступает в конфликт с некоторыми терапевтическими и тренинговыми целями» [24; 136]. Чем же мотивирует автор его использование? Употребление алкоголя участниками тренинга В.Кейсельман объясняет следующим образом: «По моим наблюдениям и замечаниям моих коллег, в настоящее время социальной прессинг столь силен, что не позволяет ряду участников полностью включиться в работу, даже когда они целиком погружены в атмосферу тренинга. Их все время что-то держит и не отпускает. Они напряжены и скованы. <...> И тогда на помощь приходит такой природный адаптоген, как алкоголь. <...> также люди сами чувствуют

в нем потребность и обращаются к нему, чтобы «расслабиться» [24; 140]. Идея употребления алкоголя во время психологического тренинга и психотерапии вызывает у нас серьезные сомнения.

*Первое.* В.Кейсельман использует алкоголь для снятия напряжения и тревожности вместо того, чтобы «проработать» их в группе. Тем самым снижается терапевтический потенциал группы. Вместо того, чтобы работать с тревогой и сопротивлением, т.е. действовать в интересах клиента, ведущие проекта снижают их интенсивность с помощью психоактивного вещества, то есть действуют в своих интересах.

*Второе.* Переживания возрастающих социальных возможностей в состоянии алкогольного или наркотического опьянения является решающим условием патогенеза алкогольной или наркотической зависимости [10]; [27]. Вместо того, чтобы создавать условия, при которых человек пережил бы возрастание своих возможностей в результате собственных усилий (наращивание потенциала субъектности), ведущие проекта удовлетворяют потребность человека в алкоголе. То есть, по сути, говоря словами Э.Фромма, способствуют его «бегству от свободы», предлагая счастье «в чистом виде».

*Третье.* Если, по словам авторов «Экспериментальных тренингов на природе» природа сама по себе оказывает на участников *значительное* (курсив наш – С.Б., Д.И.) психотерапевтическое воздействие» [24; 134], то применение алкоголя ставит под сомнение этот тезис: воздействие природы недостаточно и нужно дополнительное воздействие алкоголя.

*Четвертое.* Оправдывая применение алкоголя для решения задач психотерапии, В.Кейсельман приводит следующий аргумент: «по моим наблюдениям и замечаниям моих коллег...» Воспользуемся этим же манипулятивным приемом. Так вот, по нашим наблюдениям и замечаниям наших коллег употребление алкоголя в любом психотерапевтическом или тренинговом проекте не просто резко снижает его эффективность, но и способствует его стремительному превращению в *тусовку*. Заметим, что



тусовка и психотерапия – вещи не совместные. Тут нужно по принципу: терапия отдельно, тусовка отдельно. Однако в условиях выезда на природу, совмещенного с употреблением алкоголя, реализовать этот принцип невозможно. Котлеты, оплаченные клиентами, неизбежно превращаются в мух.

Наконец, *пятое*. Наш опыт показывает, что и без употребления алкоголя природные условия способствуют возникновению разнообразных психологических эффектов, в том числе и столь необходимого В.Кейсельману социального, поведенческого, возрастного и биологического регресса. Алкоголь просто не нужен.

Таки образом, мы видим, что, к сожалению, во многих попытках сопряжения психотерапии и пребывания на природе, наблюдается одно и то же: отсутствие понимания экзистенциальной связи человека и вмещающей его природной среды; отсутствие понимания активного характера взаимодействия в системе «человек – природа». Приятное исключение составляет разве что терапия творческим общением с природой [14], [34] .

## **Глава 3. Путь и время в ландшафтной аналитике – опыт пограничных состояний**

### **3.1. На границе**

Уже более ста лет психиатры и психологи пытаются описать странные состояния человека, находящегося в своей социальной среде между психической нормой и патологией, в нестабильном, еще не болезненном (безумном) состоянии, но уже не способным успешно адаптироваться в обществе, выстраивать здоровые социальные связи и человеческие отношения.

Такие состояния называли «пограничными», его ведущими признаками стали считать выраженные тенденции к эмоциональной лабильности, импульсивности, раздражительности и самодеструктивности.

Анализируя особенности пограничных состояний, Г.Я.Каменецкая отмечает: «В отличие от лиц, страдающих психозами, пограничные пациенты способны отличать себя от другого человека, однако не могут совместить в своем восприятии положительные и отрицательные аспекты собственной личности или личности важного участника отношений. В связи с тем, что индивид использует примитивный защитный механизм «расщепления», способность реалистичного и целостного восприятия собственной личности и личности другого человека снижается.

Пограничный пациент драматически «несчастен» и выглядит «поврежденным» как от количества драматических событий своей жизни, так и от тяжести пережитого ужаса при отделении от значимых близких, однако по сравнению, например, с зависимым пациентом пограничный пациент достаточно агрессивен. Отчасти, за счет напряженности и выраженности эмоциональных проявлений, а еще, за счет того, что плохо осознает свое собственное возбуждение, а значит и агрессивность, и все это проецирует во

внешнюю среду. И если вдруг среда недостаточно сама жесткая и отвергающая, то он полнее готов сменить роль жертвы на роль насильника». (Каменецкая Г.Я.)

Диагностические критерии пограничного расстройства личности в соответствии с классификацией (DSM-IV) выглядят следующим образом (в скобках мы приводим высказывания клиентов, отражающие конкретный диагностический критерий):

1) склонность прилагать чрезмерные усилия с целью избежать реальной или воображаемой участи быть покинутым; («боюсь, что он от меня уйдет...»; «я уже не знаю, что еще сделать, чтобы сохранить отношения...»; «не представляю себе жизни без нее...»; «я для него все делаю...»)

2) склонность вовлекаться в интенсивные, напряженные и нестабильные взаимоотношения, характеризующиеся чередованием крайностей - идеализации и обесценивания; («мы опять расстались, но если он позвонит, я опять его пущу...»; «мы то живем вместе, то он уходит...»; «когда он возвращается, у нас сначала все хорошо, а потом опять начинается», «нам вместе тошно, а врозь – невозможно...»)

3) расстройство идентичности: заметная и стойкая неустойчивость образа или чувства Я; («я уже не знаю, как к себе относиться»; «чего я хочу... чего я хочу... да если бы я знала, чего я хочу...»; «а какое к себе может быть отношение», «я не знаю, где моя жизнь, а где мамина...»)

4) импульсивность, проявляющаяся как минимум в двух сферах, которые предполагают причинение себе вреда (например, трата денег, неадекватное сексуальное поведение, злоупотребление психоактивными веществами, нарушения правил дорожного движения, чрезмерное переедание – иными словами, у человека в некоторых сферах его жизни отмечается сниженный самоконтроль: «ничего не могу с собой поделаться...», «это сильнее меня...», «я не могу остановиться...», «меня тянет туда (к нему) и я ничего не могу с этим поделаться»).

5) рецидивирующее суицидальное поведение, намеки или угрозы самоубийства, акты самоповреждения;

6) аффективная неустойчивость, очень переменчивое настроение (например, периоды интенсивной дисфории, раздражительности или тревоги, обычно продолжающиеся в течение нескольких часов и лишь изредка несколько дней и больше: «я сама не знаю, что от себя ждать – то мне хорошо, а то все раздражает»; «самое тяжелое для меня – это когда меня накрывает тревога...»; «настроение как-то само без причины портится»)

7) постоянно испытываемое чувство опустошенности; («ничего не хочется...»; «ничто не радует...»; «все бессмысленно...»; «внутри пустота какая-то...»; «никто мне не нужен...»)

8) неадекватные проявления сильного гнева или трудности, связанные с необходимостью контролировать чувство гнева (например, частые случаи проявления раздражительности, постоянный гнев, повторяющиеся драки: «иногда так разозлюсь на него, что прибить хочется...»; «я часто на него кричу...»; «если он не слушается, я срываюсь и могу его выпороть...»; «смотрю на них и такая злость берет, что иногда не выдерживаю...»);

9) преходящие вызываемые стрессом параноидные идеи или выраженные диссоциативные симптомы («они все против меня...»; «трудно что-то менять, если они сговорились»; «меня никто не любит...»; «они только и ждут...»; «иногда такое впечатление, что я – это не я, а кто-то другой, будто подменили меня»).

Кто из современных городских жителей может похвастаться отсутствием этих симптомов, пускай даже периодически переживаемых в его повседневной жизни?

Самые драматичные, судьбоносные и необратимые повороты жизни часто происходят именно в этом состоянии, на границе возможности выживания, на границе терпения невыносимости собственного существования, совершенной необходимости принятия важнейшего решения.

Многие терапевтические методы и техники направлены на достижение человеком именно этого состояния - тревога психотерапевтической группы часто служит той границей, где происходит драматический выбор пути решения проблем, а, стало быть и выздоровления.

Психотерапевтический маршрут ландшафтной аналитики вмещает в себя пересечение многих границ, обостряющих драматизм переживания эмоциональных состояний участников проекта.

- Граница города и «негорода», проходящая по реке.
- Граница дня и ночи (сумерки).
- Граница темного леса и светлого поля.
- Граница земли и воды (купель, озеро).
- Граница земли и «подземли», «этого и того света» (пещера).
- Граница земли и неба (вершина горы).

### **Граница города и «негорода», или «а у вас нет другого глобуса?»**

Одним из способов защиты от постоянного переживания тревоги в границах своего социального пространства является бегство из этого пространства в иные бытовые и межличностные условия существования. Весьма популярной разновидностью такого бегства стали различные формы туризма, особенно, так называемые «дикие» варианты с минимумом комфорта, простой незамысловатой пищей, походной гитарой и обязательным алкоголем.

Такой «географический» (туристический) способ решения собственных проблем может сформировать шизофреническую иллюзию иного «Я»; иного, зависящего от суровых походных условий способа человеческих отношений, иной возможности счастья.

Формируется способ жизни, точнее, выживания, при котором человек целый год живет в ожидании недели отпуска, где с ним произойдет чудо «иного бытия» в походе, с долгожданнами встречами, с близкими

теплыми отношениями, с творчеством, с неизменным восторгом того, «как здорово, что все мы здесь сегодня собрались».

В условиях дефицита питьевой воды и дров, в промокшей палатке под звон комаров, дымок костра и звуки авторской песни уходят (вытесняются) «серые» городские проблемы: неурядицы в семье, нервозности на «постылой любимой работе», гнетущее одиночество, пошатнувшееся здоровье, извечная городская суэта и скука, скука...

Несовершенством этого способа жизни является непереносимое возвращение в это «серое» существование, в городские будни с тоской и ожиданием «до будущего лета, до следующей горы».

Эффект от других видов туризма - международного, многозвездочного и комфортабельного - приблизительно тот же.

Возникает вопрос: где же живет такой человек-турист по настоящему: в городе или за его границами?

Как и все способы искажения реальности с целью снижения собственной бытийной или ситуативной тревожности, метод туристического бегства приводит лишь к временному, паллиативному облегчению и формированию невротического способа удовлетворения нравственных, духовных потребностей.

Эффективность сомнительная: большую часть жизни человек проводит в опостылевшем городе, болезненных отношениях, в том самом пограничном состоянии. Вместо того, чтобы решать проблемы, делать сложные выборы, что-то менять, человек в ностальгической грусти ждет короткого периода счастья за границей города.

Точно так же иные с оптимизмом смотрят на возможное счастье после бегства из деревни в город (конечно же, изумрудный), из провинции в столицу, в другую страну...

- У вас нет другого глобуса?..

Возможность поиска счастья (себя) за пределами «проклятого места» очень интересно описана в фантастической повести братьев Стругацких «Улитка на склоне». В ней – два героя.

Перец живет в городе. Его жизнь – постоянные острые переживания несовершенства городской жизни, (отношений между людьми), абсурдность, бессмысленность, страшное одиночество. Единственная возможность вырваться из этого состояния для него – это попасть в Лес, куда он безудержно стремится.

Кандид живет в Лесу. Удивительно, но он переживает очень похожие ощущения. Он не может выжить в чуждой ему среде, его страшат необъяснимые явления лесной реальности, неструктурированность жизни и отношений деревенских жителей. Его одиночество безгранично, он находится на пороге собственного безумия, он безудержно стремится в Город.

Чтобы выжить они решают бежать из хаоса собственного бытия, оба героя отправляются в путешествие. Им не удастся достичь предполагаемой географической цели. Все драматические события, все открытия и переживания происходят с ними в пути, на некой границе между городом и лесом.

Понимание, осмысление, освоение основ, причин собственного существования появляются на этой сакральной границе, в решении по ее пересечению и действиях, реализующих это решение.

Что они узнали, что поняли и прочувствовали в этом путешествии? Обратимся к комментарию Бориса Стругацкого по поводу написанного:

«Что такое Лес? Лес – это Будущее. Про которое мы ничего не знаем. О котором мы можем только гадать, как правило, безосновательно, о котором у нас есть только отрывочные соображения, так легко распадающиеся под лупой сколько-нибудь пристального анализа. О Будущем, если честно, если – положи руку на сердце, - о Будущем мы знаем сколько-нибудь достоверно лишь одно: оно совершенно не совпадает с

любыми нашими представлениями о нем. Мы не знаем даже, будет ли мир Будущего хорош или плох – мы в принципе не способны ответить на этот вопрос, потому что, скорее всего, он будет нам безмерно чужд, он будет до такой степени не совпадать с любыми нашими о нем представлениями, что к нему нельзя будет применять понятия «хороший», «плохой», «неважнецкий», «ничего себе». Он будет просто чужой и ни с чем не сравнимый, как мир современного мегаполиса ни с чем не сравним и ни с чем не сообразен в глазах современного каннибала с острова Малаита.

И при этом в нем сохранились остатки прошлого, живущего своей жизнью, психологически близкие нам и задающие как бы систему нравственных координат.

Что такое Управление – в нашей новой, символической схеме? Да очень просто – это Настоящее! Это Настоящее, со всем его хаосом, со всей его безмозглостью, удивительным образом сочетающейся с многоумудренностью, Настоящее, исполненное человеческих ошибок и заблуждений пополам с окостенелой системой привычной антигуманности. Это самое Настоящее, в котором люди думают о Будущем, живут ради Будущего, провозглашают лозунги во славу Будущего и в то же время – гадят на это Будущее, искореняют это Будущее, всячески изничтожают ростки его, стремятся превратить это Будущее в асфальтированную автостоянку, стремятся превратить Лес, свое Будущее, в английский парк со стриженными газонами, чтобы Будущее сформировалось не таким, каким оно способно быть, а таким, каким нам хотелось бы его сегодня видеть...»

В нашем понимании и Перец, и Кандид – настоящие путешественники. Путь, а не конечная точка маршрута являются для них реальной целью. Они включены в процесс осознания того, что с ними происходит. Каждый из них встретился с собой Другим потому, что уж если и не искал этой встречи, то уж точно не уклонялся от нее.

Проходимый во время ландшафтной аналитики маршрут – это не путь изменить себя настоящего – «городского», и не цель освоить себя



«лесного» - будущего. Гораздо важнее - и реальнее - найти кого-то между, на границе, обнаружить не нашедшего, а ищущего, не решившего, а решающего, не дошедшего, а идущего, то есть того, кто будучи самим собой с самим собой не совпадает.

Граница города и «негорода» в нашем проекте проходит по Волге, на городской переправе, достаточно длительной для того, чтобы в режиме группового общения обсудить этот поиск себя в предстоящем путешествии.

**Больница в лесу.** «Наземная» часть проекта начинается у развалин психиатрической больницы в селе Гаврилова поляна Волжского района Самарской области.

На окраине села, в живописнейшем месте, внутри горной чаши находится величественное сгоревшее здание, которое местные жители называют попросту — «больница». Его история и история села неразделимы. Во всяком случае, последние пятьдесят лет.

По слухам, строилось оно как дача И. В. Сталина. В пользу этой версии свидетельствует сама архитектура здания. Даже оставшиеся от него развалины говорят о том, что это вполне могла быть правительственная дача. На склонах гор вокруг села до сих пор можно увидеть площадки, на которых могли стоять зенитные установки...

В окрестностях села в лесу встречается немало развалин, функциональное назначение которых практически невозможно установить. Все это способствует бытованию легенд, слухов и домыслов, окутывающих эти места. Присутствие следов человеческой деятельности в окружающем ландшафте ощущается постоянно. Скрытые растительностью и почти незаметные следы человека вызывают постоянное нарастание тревоги. Нередко возникает ощущение, что ты не один...

При этом достоверно известно, что в 1939 году на Гавриловой Поляне появился ОЛП (отдельный лагерный пункт) № 1.

ОЛП просуществовал в селе до 1954 года. В здании на холме, видимом со всех точек села, располагались администрация лагеря, магазин и квартиры

персонала. Для заключенных было сооружено более десятка бараков, развалины которых сохранились по сей день. Заключенных бывало до семи тысяч. Привозили эков по Волге, а если этап шел зимой, им приходилось переходить реку по льду пешком.

Назвать лагерь совершенно обычным, наверное, нельзя. В лагерь на Гавриловой Поляне отправляли тех, у кого были серьезные легочные болезни вроде туберкулеза, или инвалидов. Больных в ослабленном состоянии переводили сюда из других лагерей.

Была тут и жизнь духовная. В клубе лагеря ставили спектакли. В лагере отсиживали свои сроки многие актеры. Сам лагерь был очень чистый. Были даже цветники у бараков.

Год закрытия лагеря нам точно неизвестен. Случилось это либо в 1953, либо в 1954 году. Рассказы о ликвидации лагеря обросли многочисленными слухами и легендами.

Жители села Подгоры рассказывали, что освобождение узников заключалось в том, что были открыты ворота и прекратила работу лагерная столовая. Сильно ослабленные болезнями и тяжелым трудом заключенные устремились в Подгоры, ближайшее село, однако шесть километров грунтовки не всем оказались по силам, дорога была устлана трупами. Возможно, это и преувеличение. Однако факт остается фактом: зона была закрыта, а вдоль дороги Подгоры – Гаврилова Поляна стоят кресты, отмечающие места захоронений.

Больница появилась на Гавриловой Поляне в 1956 году. Здание лагеря подремонтировали и заселили пациентами и врачами с медперсоналом.

Больнице на Гавриловой Поляне было присвоено название областной психоневрологической больницы N2 на 400 коек.

23 мая 1993 года здание загорелось. Огонь заметили около десяти часов вечера. Горело левое крыло, в котором располагались сельский магазин и квартиры персонала. Пожар был очень сильный. До сих пор ходят слухи,

что в огне сгорело множество больных, но это только слухи. На самом деле благодаря быстрым и решительным действиям персонала все больные были выведены из здания до того, как огонь перекинулся на основные помещения. Врачи и медсестры выводили больных, в то время как горели их собственные квартиры со всеми скромными пожитками.

Общими усилиями к утру пожар был ликвидирован. Восстановлению здание больницы не подлежало. Больных начали постепенно вывозить с Гавриловой Поляны и расселять по лечебным учреждениям Самарской области [50].

У стен этого здания участники ландшафтной аналитики собираются на первую терапевтическую сессию, знакомятся, обсуждают индивидуальные цели и задачи. После этого каждый отвечает на вопрос: «Какое свое безумие он привез из города, чем, по его мнению, он отличается от других?». В результате такой работы выясняется общность, универсальность проблематики взрослых жителей города, схожесть переживания пограничных состояний независимо от профессиональной деятельности, социального статуса, семейного положения, возраста и даже пола участников. Само место, этот уникальный ландшафтный объект, символизирующий присутствие безумия посреди, «внутри» природного великолепия, служит хорошим помощником в актуализации эмоций, мыслей и ощущений, связанных с привезенными из города пограничными расстройствами.

Трансдисциплинарный характер проекта позволяет активно использовать разнообразные ассоциации и эмоциональные отклики участников для вовлечения их в терапевтический процесс. Развалины психиатрической больницы (а ранее – лагерного пункта) – это воплощенная метафора, допускающая множественность прочтений.

**Лес.** Следующим этапом проекта является переход через покрытый лесом перевал от Гавриловой поляны до грунтового тракта, соединяющего Каменную чашу и село Подгоры.

Этот участок маршрута серпантинном поднимается на плоскогорье В начале пути это достаточно хорошо сохранившаяся мощенная булыжником дорога, выложенная заключенными ГУЛага для вывоза кристаллической серы с каменоломен Крестовой поляны, находящейся неподалеку. Через несколько километров дорога переходит в обычную лесную тропу. Лес полон жизни: шелест деревьев, многоголосье птиц, пробежавшая в траве мышка, ускользнувшая прямо из-под ног змея-медянка создают потрясающее ощущение иного, «заграничного» бытия уже через несколько минут после «погружения» в лес. Зимний и летний лес кардинально отличаются. Зимой в лесу светло даже ночью. Звонящая тишина усиливает звуки. Куда бы ты ни шел, ты можешь вернуться по своим следам. Короткий зимний день подгоняет путника. По мере того, как приближается ночь, растет тревога и желание прибиться к человеческому жилью. Летний лес тенистый днем, становится непроглядным ночью. В нем, заблудившись, можно ходить по кругу, сбиваясь с пути. Летний лес пугает путника только его собственными страхами. Зимний лес опасен реально. Зимой эта дорога полна звериными следами, от самых мелких до внушительных – кабаньих, лосиных. Иногда участники проекта могут заметить и самих обитателей здешних мест.

В нашей культуре Лес всегда представляется таинственным, чуждым человеку местом, полным потусторонними существами. И до сих пор ребенок (эго-состояние Дитя) видит лесной мир полным лешими, ведьмами, кикиморами и другой нечисти. В человеческом сознании лес - «темный, поднялся до небес» (А. Макаревич); «стеной впереди, не пускает стена» (В. Высоцкий); полный угроз и неожиданностей вместе с тем необычайно манящий, интригующий; место, где «страшно интересно». В полном опасностей лесном мире обостряется активность всех органов чувств. Человек живет точнее, аккуратнее, внимательнее, тоньше воспринимая себя и окружающий мир. Иначе и не может быть. Переживания взрослого человека, попадающего в лес, воскрешают в нем услышанное о лесе в детстве при чтении волшебных сказок: дремучий, темный, таинственный. В сказках

дорога в иной мир, куда обязательно должен попасть герой, ведет сквозь лес [35]. Именно как дорога в свою другую жизнь мыслится переход через лес для многих участников ландшафтной аналитики.

Для лучшего вхождения, вживания в «заграничную» ситуацию, участники проекта начинают путь по одному, на достаточно большом (около 50-100 метров) друг от друга расстоянии, без возможности вербального общения. На протяжении всего пути путешественники лишены таких обязательных предметов их привычного мира как мобильные телефоны и часы.

Все эти условия позволяют в наибольшей степени пережить ощущения себя в «здесь и сейчас», не замусоренные обычными и привычными навязчивыми мыслями и страхами о правильности выборов в своей социальной (городской) жизни, справедливости и виновности других, обреченности и бессмысленности собственного бытия. Возникает возможность отделить, «отстроить» свои естественные, человеческие переживания и чувства от симптомов пограничного состояния, собственного «эмоционального рэкета», когда «тошнит от пошлости своей правоты» (Б. Гребенщиков).

Достаточная физическая нагрузка этого отрезка пути еще более способствует достижению этой цели.

Все мысли, чувства, ощущения и события этого «одинокого» участка путешествия могут быть и являются весьма важными для «погружения» в «психологическое поле» проекта. По завершении лесного пути участники собираются в круг на привал и делятся пережитым; на этом, как и на других этапах Ландшафтной аналитики, рефлексия является важнейшим условием терапевтического эффекта. Участникам предлагается рассказать о своих мыслях, чувствах и переживаниях во время перехода через лес. Эмоционально промаркированные фрагменты высказывания участника предлагается рассматривать как метафорическое описание способа

реагировать на типологически сходные ситуации. Например, одна из участниц проекта сообщает:

*Участник:* Я шла и боялась отстать... Несмотря на то, что хорошо видела идущего впереди человека, я все равно боялась отстать. Постоянный страх отстать... Поэтому я ничего не замечала того, что было по сторонам и в конце концов догнала впереди идущего...

*Ведущий:* Боялась отстать...

*Участник:* Ну да... постоянно...

*Ведущий:* Ничего не замечала того, что по сторонам...

*Участник:* Ну, да... Ребята говорят про то, про это... А я ничего и не заметила... Да у меня всегда так: я как будто бегу за кем-то...

*Ведущий:* Ну и догнала...

*Участник:* Да.... Только зачем?

*Ведущий:* Как ты сказала: будто бегу за кем-то?..

*Участник:* Ну да... постоянно...

*Ведущий:* Постоянно... Всю жизнь что ли?

*Участник:* Я даже первый раз замуж вышла, чтобы от подружки не отстать...

*Ведущий:* Постоянно... Ты говоришь «постоянно»...

*Участник:* А ребенка нужно было родить до двадцати трех, чтобы не «отстать» от мамы...

*Ведущий:* И чтобы не отстать...

*Участник:* Ну да, я тороплюсь... догоняю... С мужем развелась... в конце концов. Зато не отстала (*грустно*)...

Мы полагаем, что рассказывая о происходившем с ними во время движения через лес, участники нередко описывают минискрипт, то есть «прокрутившийся» в свернутом виде жизненный сценарий [12], [19]. Так появляется вероятность диагностики предписаний, драйверов, ранних решений...

**Поле.** Неожиданно для участников проекта лесная стена обрывается и перед глазами открывается покрытое густым разнотравьем (зимой – глубоким чистым снегом) поле. Этот ровный участок плоскогорья занимает значительную площадь (несколько десятков квадратных километров) и тянется до ущелья между горами Манчиха и Плаксиха.

Ощущения в поле совсем иные. Для человека поле всегда было «чистым», свободным от злых духов и враждебных существ. Хоть и живет в поле полевик, такой же как и другая нечисть, карпизный, заносчивый и обидчивый [28] – в поле не страшно даже ночью. Поле ассоциируется с волей, раздольем, радостью, детством. «В поле не бывает боли» (А. Макаревич). Открываются действительно широкие перспективы, нет места страху и сомнениям. Это пространство совсем не соседствует с городским, и лесная граница, как и речная, уводит человека все дальше от привычных, часто невротических переживаний.

В пространстве поля наилучшим образом актуализируется, пробуждается детская сторона личности участников, полная спонтанности, творчества, желания близости с другими людьми (детьми), активности, радости (Естественный Ребенок).

Именно дефицит переживаний, характерных для Естественного Ребенка в социальной, чаще стереотипной жизни, может являться психологической составляющей патогенеза пограничных состояний у городских жителей. Постоянное напряжение в межличностных отношениях с близкими и чужими людьми и при этом ощущение неизбежного, необратимого, мучительного одиночества приводят человека к поискам патологических, саморазрушительных путей спасения, чаще связанными с аддиктивным и/или иными аутоагрессивными тенденциями. Ограниченность, а то и невозможность проявления таких естественных эмоций, как удивление, восхищение, взволнованность, восторг становится обязательными качествами «сильного» городского человека, закрытого как для жизненных невзгод, так и для близости. Здесь участники вместе. Обычно

в поле поведятся игры, уходящие корнями в глубокую старину, такие как жмурки, догонялки, «ручеек», «кондолы», где участники проекта оказываются вновь в своем детстве. Уходит физическая усталость, снижается давление депрессивной тоски, смягчается гнет городской изоляции, жизнь наполняется ощущением близости, единения с другими людьми. ... И снова рефлексия. Пребывание в чистом поле позволяет не только обнаружить неэффективные модели поведения, но и реализовать какое-либо действие, преодолевающее их ограничения. «Что бы ты сделал, если бы ты мог себе разрешить...?».

Полевая часть маршрута заканчивается общим обедом.

**Купель.** После непродолжительного привала, во время которого группа продолжает работу (анализ мыслей, чувств, переживаний, состояний, вызванных пребыванием в «чистом поле»; разглядывание облаков и др.), участники проекта направляются к подножью горы Манчиха, где расположился действующий мужской скит Во имя Креста Господня.

Здесь находится одна из самых красивых церквей Самарской Луки, возведенная по проекту самарского архитектора Николая Жоголева в традициях северного русского зодчества. Храм сложен из 200 кубометров спелой ели, срубленной в Тверской области. Уникальные мозаичные иконы изготовлены из уральских самоцветов - яшмы, чароита, кварца и радонита. Купола храма изготовлены с помощью древней технологии украшения куполов лемехами (только в России делали лемеховые купола, собранные из «лепестков»). На большом куполе храма Креста Господня около 1,5 тысячи лемехов. Такого на новых храмах нет больше нигде в России.

На территории церковного двора находится источник, посвященный святому Илье – мощный родник с холодной чистой водой.

Участники имеют возможность окунуться в этот источник, независимо от того, будет ли это религиозным обрядом или просто способом освежиться после долгого и трудоемкого перехода. Правда, даже те, кто решает «просто освежиться, невольно начинают говорить о сакральном



смысле совершаемых действий. В значительной степени этому способствует информационный контекст, создаваемый ведущими. В мире много прекрасного и священного... Скепсис атеиста невольно отступает перед красотой православных храмов.

Погружение в воду во все времена было окрашено сакральным и чудодейственным образом. Множество ритуалов – от языческих до христианских связано с погружением, омовением, окроплением. Состояния, ощущения человека, погружающегося в воду, бывают самыми разнообразными: человек может почувствовать себя «напитавшимся живительной влагой» («живой водой умылся – заново родился»), или «как утопленник», «как в воду опущенный». Вода может олицетворять как очищение, радость, жизнь, так и могущественную угрозу, страх неизвестности, беспомощность, смерть.

Участникам проекта важно отрефлексировать свои чувства и переживания, поделиться наблюдениями и возникающими метафорическими сравнениями после этого этапа, чтобы глубже заглянуть, проанализировать свои часто неосознанные страхи, фобические переживания, сопровождающие повседневную жизнь.

Однако гораздо чаще осмелившиеся на погружение в ледяную воду купели отмечают острые ощущения прилива сил, удовольствия и радости, как от воды, так и от собственной решительности, неожиданной для себя «городского» смелости совершить «сумасшедший» поступок. Омывание в источнике происходит в составе однополой группы. Подавляющее большинство людей стараются вести себя в соответствии с рекомендуемыми правилами: «При посещении благословляется то-то и то-то...» Необходимость соблюдать эти правила нередко инициирует дискуссию о правилах и норме, смысле запретов и их нарушений. Таки образом, группа выходит на проработку позитивного и негативного аспектов Адаптивного Ребенка.

Необходимость обнажения перед погружением в источник может обнаружить для кого-то из участников группы проблемы, связанные с принятием собственного тела и/или наготы других людей. Если эта тема заявляется в группе, она также может быть проработана.

**Разговор с растением.** На поросшей кустарником поляне под горой Плаксиха участники выполняют *странное* упражнение под названием «Разговор с растением».

На самом деле эта техника имеет очень давнюю историю в разных культурах. Например в магических практиках ацтеков она применялась с целью «снижения чувства собственной важности». Это эффективный способ почувствовать и побороть собственную гордыню.

Участникам предлагается найти уединенное место на поле, где никто не смог бы видеть и слышать, как они выполняют задание. При этом можно выбрать любое растение (деревце, куст, цветок и тд.), но важно, чтобы оно было живым.

Участники проекта получают следующее задание: поговорить с выбранным растением, рассказать ему о себе, о своей жизни, и обязательно вслух.

Иные инструкции не нужны, так как при выполнении задания становится ясно, о чем говорить и как.

В повседневной жизни при контактах с другими людьми, да и с самим собой, городской житель привыкает искажать реальность для того, чтобы соответствовать определенным социальным стереотипам, казаться другим и себе «не-неуспешным, не-неудачником» в личной и профессиональной сферах. Часто человек сам перестает замечать эту фальшь, игру, направленную на снижение тревоги своего существования. Он привыкает также к ответному подыгрыванию собеседника, при этом искренность, свободное выражение чувств и эмоций воспринимается как нарушение неких правил, вызывает раздражение, а иногда и агрессию, даже у самых близких людей. Так человек остается без совершенно необходимого

способа отношений с людьми – без близости, которую Эрик Берн определил, как «выражение друг другу подлинных чувств и желаний без всякой цензуры». В близости не бывает «скрытых», «подразумеваемых» сообщений, социальный и психологический уровень общения совпадают. Привыкший к разнообразным социальным играм с известными правилами человек возлагает ответственность, а чаще вину, на другого; при выборе близости каждый берет ответственность на себя.

При выполнении методики «Разговор с растением», у участников появляется возможность искренне, «близко» пообщаться с собой, услышать свой собственный голос, неискаженный окраской социальных игр. Сразу отчетливо становится слышно и нелепо любое демонстративное искажение, любая фальшь, так как ты разговариваешь с растением, которое не ответит обманом на обман, не подыграет... При этом, когда ты осмеливаешься говорить искренне, часто возникает поразительное ощущение тихого и внимательного собеседника, отвечающего тебе лишь шелестом листвы, но именно в самые драматичные моменты твоего откровения.

«Разговор с растением» для многих участников ландшафтной аналитики становится очень эффективным способом осознания и анализа своих глубинных, тщательно скрываемых от себя проблем и возможных способов их разрешения.

Содержание разговора остается интимной тайной двоих. Однако, рассказ в группе о своих переживаниях во время разговора с растением может быть источником инсайтов, имеющих значение не только для переживающего инсайт, но и для окружающих.

**Одинокая могила.** Далее маршрут пролегает через дубовую рощу близ села Подгоры. Неожиданно, прямо на лесной тропе появляется могила без оградки, с металлическим крестом и старым, частично разрушенным деревянным крестом рядом, прислоненным к дереву. На старом кресте едва различим век рождения человека – 18.... Могила находится недалеко, метрах в двадцати, от ограды деревенского кладбища, спрятавшегося в тени рощи.

История этого захоронения доподлинно не известна. По православной традиции могила за пределами кладбища может принадлежать человеку, совершившему самоубийство [Примечание 7].

В этом месте неизбежны размышления о скоротечности жизни, об ускользающем смысле существования при неизбежности конца. Лев Толстой, в своей «исповеди» к самоубийству, пишет:

"Вопрос, который на пятидесятом году привел меня к намерению самоубийства, был самым простым из вопросов, лежащим в душе каждого человека от недоразвитого ребенка до мудрейшего из мудрецов: "Что произойдет из того, что я делаю сейчас и могу делать завтра? Что произойдет из всей моей жизни?" Выражая это иначе: "Почему я должен жить? Почему я должен чего-то желать? Почему я должен что-либо делать?" Снова иными словами: "Есть ли в моей жизни какой-то смысл, который не будет разрушен неизбежной смертью, ждущей меня?".

У одинокой могилы, как и на любом кладбище, у человека «включаются» проекционные переживания смерти, неизбежности окончания собственного существования. Это могут быть разные чувства, активизирующиеся в личности при сильных эмоциональных переживаниях – от светлой грусти, ностальгии (Взрослый) до тревожного раздражения, страха, отчаяния и желания поскорее уйти и перестать думать об этом (Ребенок). В книге пророка Исаяи сказано:

«Ужас, и яма, и петля для тебя, житель Земли...» (Исайя (24: 17))

Яма – это конечно могила. Но ей могут быть и пещера, и темный подвал, так привлекающий своим «страшно интересно» детей, и все, что в индивидуальном и групповом сознании ассоциируется со смертью. «Петля» - это и просто удавка, и то ощущение скованности, связанности, несвободы, которое сопровождает человека на протяжении всей его жизни, приобретая в разных обстоятельствах совершенно разные воплощения (оковы брака, долговая петля, связывающие обязательства, привязанности ). «Ужас» - это и страх как одна из эмоций, возникающих в ответ на вполне понятные

стимулы, и страх, как генерализованное состояние, тревога, порой неотступно следующие за человеком. Страх перед временем, страх перед смертью, страх одиночества, страх близости и обнаружения себя подлинного для другого.

Л.Н.Толстой как-то подметил: «Если человек научился думать, - про что бы он ни думал, - он всегда думает о своей смерти». Обычно человек гонит от себя такие мысли, воспринимая их как чуждые, неприятные, «ненормальные». Здесь они становятся неотвратимыми и неизбежными. Давно замечено, что люди начинают жить как-то иначе, когда понимают, что они не вечны. Принять эту мысль классика также трудно, как и неизбежность собственной кончины. Но если неспеша, если вдумчиво и чутко к тончайшим движениям собственной души вернуться к фразе Толстого, вы обязательно почувствуете и сопротивление сознания (это вовсе не так!), и удивление (неужели он прав!), и печаль (похоже, да...). Если теперь, вслед за этим, принять слова Толстого как истину, - то может быть вам откроются те маски, за которыми прячутся мысли о смерти. Думать о смерти страшно, а думать об уходящей молодости – грустно, но грусть переносится легче, чем страх, поэтому буду думать о грутном.

Уходя прочь от одинокой могилы, участники группы еще довольно долго продолжают размышлять о значимом для них: смысл жизни и смысл смерти, одиночество, близость, отчаяние... «...Сегодня начинается первый день остатка моей жизни...».

**Деревенский дом.** Вечерний и ночной этап путешествия проходят в деревенском доме на окраине села Подгоры. С одной стороны участок с домом окружает дубовая роща – настоящий лес, наполненный весной и летом пением птиц, осенью - буйством красок увядающей природы, зимой – прозрачным безмолвием и следами обитания диких зверей. С другой стороны – это часть села, с ее особым неторопливым ритмом, незамысловатым бытом, тишиной, простреленной лаем собак, особым, неповторимым запахом и духом.

Дом, используемый в ландшафтной аналитике, и участок, на котором он расположен – это настоящее пограничное пространство. Именно так, на опушке леса, располагается «пограничная застава царства мертвых» - избушка на курьих ножках [35]. Правда, в отличие от обиталища Яги, наш дом расположен «передом», то есть дверью, к селу, то есть, к жизни.

Дом и хозяйственные постройки образуют комплекс, соответствующий всем правилам крестьянского быта. Для многих городских жителей его простота, прагматичность и функциональность становятся настоящим открытием. Однако подлинным потрясением для участников группы оборачивается рассказ ведущих о символическом, ритуальном и мифологическом смысле всего того, что есть в доме и вокруг него. Так, постепенно для участников группы наполняются смыслом слова И.Бродского:

В деревне бог живет не по углам,  
Как думают насмешники, а всюду.  
Он освящает кровлю и посуду  
И честно двери делит пополам.  
В деревне он в избытке.

Так постепенно для участников группы становится понятной мысль М.М.Бахтина: «Разрыв между реальным бытом и символическим обрядом. Неестественность этого разрыва <...> Чистый быт – фикция. <... > Человеческий быт всегда оформлен, и это оформление всегда ритуально». [4; 359].

Обнаружение архаического ритуала за простым бытовым действием или в обычном бытовом предмете возвращает обыденности статус священной реальности, позволяет, говоря словами М.Мамардашвили «длить человечество».

Село Подгоры расположено в четырнадцати километрах восточнее села Рождествено. Иногда село называют “деревня под Лысой горой“, “село Ильинское”. В XVII веке село было основано Спасо-Преображенским монастырём. Название села указывает на его расположение у подножия гор.

История села неотделима от истории Самарской Луки, как и судьбы его жителей неотделимы от судеб страны... Рассказ об истории села и его реальных и легендарных обитателях позволяет участникам ландшафтной аналитики глубже погрузиться в идеологию проекта. В Подгорах и его окрестностях есть все элементы природного и культурного ландшафтов, встречающиеся в фольклоре: озеро, ручей, мостик через овражек, болото, лес, березовая роща, дубовая роща, гора, пещера, поле, луг, кладбище, заброшенные дома, церковь и монастыри, поклонные кресты, стоящий на отшибе дом... С вершины горы Белая открывается вид, абсолютно соответствующий понятию Мировой пейзаж [37].

В доме участники оборудуют свой быт совершенно самостоятельно – располагаются, готовят место для ночлега, зимой и осенью топят русскую печь, запасаются водой из колодца, готовят пищу из принесенных с собой продуктов, горячие «блюда» и чай готовятся в больших котелках на костре или в печи.

Здесь, на этом этапе, у каждого участника есть необходимость и возможность включиться в совместную деятельность, непосредственно контактировать с людьми в обустройстве быта – *быть* с другими, осуществлять совместное *бытие*.

За комфортом и структурированностью городской жизни, с технически легко решаемыми бытовыми проблемами у людей часто остается мало времени друг для друга, для бытийной деятельности с близкими. Может поэтому горожан так «тянет» за город, за границу комфортного функционирования, чтобы в непривычных условиях снова заметить, почувствовать другого человека, и, что не менее важно, самого себя. Размышляя о своем детстве, родителях, мы прежде всего вспоминаем, как они водили нас в походы, учили плавать, ловить рыбу, разжигать костер, ходить на лыжах – то есть осваивать неизвестный, волнующий новый мир через реальные действия и тесную взаимосвязь с другими.

Вечер продолжается групповой сессией с рефлексией самочувствия и эмоционального состояния, подводятся итоги первого дня путешествия. В зависимости от погодных условий есть возможность посидеть у костра или попариться в русской бане.

При этом работа не прекращается ни на минуту. В ландшафтной аналитике активно используются знания, умения и навыки участников проекта. Нередко среди них оказываются настоящие знатоки русской бани, посвящающие остальных в таинство ее ритуалов, или знатоки звездного неба, называющие имена звезд и оживляющие небо названием созвездий.

**Ночной лабиринт.** Одно из важнейших мероприятий проекта осуществляется ночью. После ужина и разговора у костра участники выдвигаются в лес, в красивейшую березовую рощу, расположенную в местечке «Жареный бугор» горы Плаксиха. Это легендарное место – во время Великой Отечественной войны здесь располагался зенитный дивизион, охранявший Куйбышев, бывший в те годы «резервной» столицей, от возможных налетов немецкой авиации. По окончании войны на этом месте высадили березовую посадку, которая в наши дни превратилась в удивительно красивый лес.

Перед участниками стоит особая задача – пройти через ночной лес поодиночке по тонкой шерстяной нити, которую один из ведущих протягивает в случайном порядке на высоте плеч, образовывая, таким образом, некий лабиринт. Участники проходят в темноте по одному до конца нити, где ждет ведущий, и собираются те, кто завершил свое прохождение.

При выполнении этого задания, возникает возможность решения нескольких задач. Нить тонка, и при неосторожном обращении легко рвется. Каждый понимает, что за ним идет другой участник, и, в случае обрыва нити, возникает реальная возможность заблудиться. Появляется ощущение абсолютной ответственности за свою жизнь и за того, кто идет следом. Напомним, что на время всего путешествия участники лишены возможности пользоваться мобильными телефонами.



Также возможна проработка и коррекция переживаний, связанных с одиночеством, столь актуальных в городской жизни. Замечено, что болезненное переживание одиночества усиливается именно в городской многолюдности, в условиях дефицита искренних и близких отношений. Страдание вызывает не отсутствие людей вокруг, а отчужденность, изолированность от возможности удовлетворения главной человеческой потребности - в близости с другим.

«Экзистенциальная изоляция связана с пропастью между собой и другими, через которую нет мостов. Она также обозначает еще более фундаментальную изоляцию — отделенность между индивидом и миром» [49; 420].

Пройдя весь лесной путь в одиночестве по тонкой нити, ведущей к людям, человек может глубоко осознать ценность и хрупкость близких отношений между людьми. При этом есть возможность осознать свою автономию, одиночество, и, одновременно почувствовать себя частью этого живого леса, природы и мира.

В самом начале путешествия, у стен бывшей психиатрической больницы, участники проекта рассказывают о том, что побудило их включиться в работу психотерапевтической группы. Довольно часто они описывают свою жизненную ситуацию как пребывание в лабиринте: «запутался», «не знаю, куда идти» и т.п. Кроме того, «такой лабиринт» можно рассматривать как метафору жизненного пути: идя по жизни, мы теряем близких, остаемся в одиночестве, вновь обретаем друзей... В мифологии многих архаических культур лабиринт является своеобразным «вторичным» хаосом, пребывание в котором и выход из которого так или иначе преобразуют героя [1]. Человек учится развязывать узел лабиринта чтобы сделать то же самое, когда он попадет в сложную жизненную ситуацию. Лабиринт – один из древнейших символов посвящения, то есть перехода от одного уровня реальности к другому. Во многих мифологиях лабиринты ведут к Центру Мира, той мистической точке, где Центр

Мироздания уже не отличим от внутреннего святилища «пещеры сердца», таящей в себе суть человеческой личности. Оказаться в Центре Мира, в «пещере сердца, значит обрести самого себя. И то и другое осуществимо только путем преодоления бесчисленных тупиков и зигзагов «космического подземелья», в котором мы обречены блуждать от рождения до смерти, и еще более запутанных и «захламленных» уголков нашего сознания.

«Лабиринт представляет испытание в посвящении после смерти: он входит в число препятствий, которые должен преодолеть умерший или герой в своем путешествии в загробном мире» [46; 156].

После прохождения лабиринта участники группы спонтанно выходят на обсуждение и проработку темы одиночества, смерти, утраты, поиска и обретения себя, ответственности за свою жизнь, ответственности перед теми, «кто идет после».

**Пещера.** Утром группа участников выдвигается к ландшафтным объектам горы Белая, расположенной между селами Подгоры и Гаврилова поляна. Путь лежит вдоль живописного Каменного озера, бывшим древним руслом Волги. Это излюбленное место раскопок археологов. Так, вдоль озера, у подножия Белой горы были найдены следы поселения середины первого тысячелетия до н.э. Предполагается, что в период существования Волжской Булгарии (до ее разгрома войсками хана Батыея в 1236 году) под горой существовало селение, жители которого в периоды нашествия кочевников скрывались в крепости на Белой горе [51].

Белая гора – одно из самых красивых мест Восточных Жигулей. Свое название гора получила по цвету пород, слагающих ее. Начав восхождение по ее крутому склону, через некоторое время участники приближаются к пещере естественного происхождения, которую местные жители называют Студеной. Эта пещера представляет собой сеть узких ходов, образованных пустотами в породе горы, общая длина которых составляет около шестидесяти метров. Карстовая структура горы является великолепным аккумулятором холода в зимнее время, потому и летом

температура внутри пещеры составляет минус 8 – 10 градусов. В жаркую погоду с высокой атмосферной влажностью из устья пещеры, как из пасти дракона, буквально вытекает и спускается вниз по склону белый холодный пар. Круглый год есть возможность любоваться кристаллами льда на стенах пещеры, вмиг погрузиться в зиму, в торжественное ледяное безмолвие. Для похода в пещеру участники одевают специальную теплую одежду, снабжаются фонарями.

Путешествие в пещеру выполняется в парах, задание – добраться до определенного места, «зала» внутри пещеры, отключить фонари и, не разговаривая, побыть там некоторое время. Будучи в пещере, человек погружается в абсолютную темноту и беззвучие, и лишь подземный ледяной поток воздуха обостряет ощущения, очень близкие, по словам участников к осязаемым представлениям о смерти.

Работа с переживаниями, связанными со страхом смерти является важнейшим этапом в любой психотерапевтической парадигме. Вот что отмечает Ирвин Ялом, говоря о значении этого опыта:

«Страх смерти имеет огромное значение в нашем внутреннем опыте: он преследует нас как ничто другое, постоянно напоминает о себе неким "подземным грохотом", словно дремлющий вулкан. Это темное, беспокоящее присутствие, притаившееся на краю сознания.

Чтобы справиться с этим страхом, мы воздвигаем щиты против сознания смерти, основанные на отрицании и формирующие наш характер; если эти защиты дезадаптивны, они порождают клинические синдромы. Иными словами, психопатология есть результат неэффективных способов трансценденции смерти.

Наконец, сознание смерти может служить фундаментом здоровой и эффективной психотерапевтической стратегии» [49; 362].

Интуитивно выбранное по ощущениям время пребывания в пещере, удивительно не совпадает с реально проведенным временем: человеку кажется, что он находился внутри гораздо дольше, чем оказалось по хронометру.

Настолько сконцентрированы и глубоки переживания, насколько важны приходящие мысли и ощущения своего подземного, «потустороннего» существования в безвременном пространстве. Как возрастает понимание хрупкости и ценности жизни при ощущении горы над тобой... Тысячи тонн земли на твоих плечах.

Работа в пещере является одним из самых драматичных этапов проекта. Несмотря на тревогу, а иногда и истинный ужас перед походом в пещеру, при появлении на Свет лица участников обычно озарены радостью встречи с другими людьми, миром, собственной жизнью. Часто, несмотря на первоначальный страх, многие участники изъявляют желание спуститься в пещеру еще один раз, и, нередко, в одиночестве.

**Вершина.** От пещеры под большим углом уходит узкая извилистая тропинка по направлению к вершине горы. Восхождение очень не простое: склон достаточно крут, под ногами – мелкие камни и сухие листья, на плечах участников – нелегкие рюкзаки. Каждый несет свою ношу сам – именно на этом участке буквально на своих плечах ощущаешь то лишнее, что несешь с собой по жизни, часто просто переставая это замечать. На предварительном инструктаже ведущие группы рекомендуют брать с собой только то, что на самом деле необходимо. Что именно – каждый выбирает сам. Последствия этого выбора участники особенно остро ощущают на этом восхождении.

С каждым шагом подъем становится все труднее, кажется, что вершина совсем близко, однако приходится прикладывать усилия на пределе возможности для достижения поставленной цели.

Вершина достигается, когда силы почти на исходе. Группа выходит на хребет Белой горы. На этой горе были обнаружены поселения, или городища раннего железного века (8-3 века до н.э.). Этот тип городища стали называть Белогорским (по названию горы), или южным вариантом поселения ананьинской культуры.

Отсюда открывается потрясающий вид на окружающий мир Заволжья. По истине, мировой пейзаж. Здесь, как на ладони виден город,

вытянувшийся вдоль реки громадьем микрорайонов, свечками многоэтажек, блеском куполов храмов, узнаваемыми контурами вокзалов, театров, парков, спускающихся вниз с детства знакомых улиц. На самом деле, наш город красив и самобытен. Город сам по себе не может являться причиной несчастья своих жителей, каждый из нас волен сам выбирать, будет ли для него городская среда полем битвы за *выживание* или будет тем местом, где ты *живешь* в ладу с собой, своей природой, своими близкими и любимыми людьми. И еще ты знаешь, что из разных мест города можно увидеть этот хребет, эту гору, вспомнить и вновь пережить чувства человека, способного достичь своей вершины.

...Отсюда видна Волга, не перестающая поражать своей статью, мощью и красотой. Проходят годы, меняются общественные уклады, взрослеют, стареют и уходят люди, которых мы знали и любили, а река продолжает свое неспешное течение точно так же, как тогда, в детстве, когда жизнь казалась счастливой, радостной и бесконечной.

...Отсюда видны луга и леса «заволги», где многие из нас проводили детство с родителями. Под ногами лежат деревни с вытянувшимися вдоль озер улицами и старыми церквями, с их несуетливой и размеренной жизнью, куда так тянет после достижения вершины своей жизни.

Насладившись этим видом и переживаниями, участники спускаются вниз, по хребту, друг за другом. Здесь, несмотря на кажущуюся легкость, необходимо быть крайне внимательным, постоянно включенным в ситуацию «здесь и теперь», чтобы не наступить на мелкий камушек, сухой лист или ветку и не поскользнуться, потеряв равновесие. На горе, как и в жизни, спуск вниз, последний этап, оказывается сложнее, ответственнее и опаснее, чем физически трудный и эмоционально насыщенный подъем.

Спустившись вниз, возникает хороший повод поговорить о восхождении и спуске с горы как о метафоре жизненного пути, с неизбежными взлетами и падениями, удачами и поражениями, молодостью, зрелостью и завершением своего земного маршрута.

**Обратный путь.** Обратный путь пролегает по дороге вдоль Каменного озера, протянувшегося от Подгор до Гавриловой поляны. Здесь каждый может идти с тем, с кем необходимо поделиться переживаниями и подвести итоги путешествия.

Остановка на обед обычно происходит у «Мирового дерева», гигантского тополя, в несколько человеческих обхватов. Дерево Мира в древних культурах олицетворяет собой ось мира, связь между миром живых и мертвых, оно пересекает все пространственные и временные границы - корнями в прошлом – в мире ушедших от нас людей, стволом – в настоящем - в пространстве живущих сейчас, и в будущем – своей кроной, листвой – в мире небесном с теми, кто еще не родился, но обязательно придет на землю вслед за нами.

За обедом разговор обычно заходит об этой взаимосвязи. Время привала проходит в воспоминаниях об ушедших близких, разговорах об актуальных отношениях с ныне живущими и о тех, кому жить после нас – наших детях, которые обязательно продолжат наше путешествие по жизни, выбирая при этом свои маршруты.

Перед завершающим отрезком пути можно окунуться в озеро, смыть с себя усталость и отправится к завершающей точке маршрута.

Нетрудно догадаться, что завершающая точка маршрута возвращает нас в начало путешествия – ко все той же заброшенной психиатрической больнице, в горной чаше восточных Жигулей. Оказывается, что она никуда не делась – нельзя убежать от себя, собственных сомнений, страхов, неоправданных ожиданий, нельзя ногами навсегда уйти от ощущения своей «ненормальности», непохожести, отчужденности и одиночества - в городе или в деревне, в лесу или пещере, на вершине горы или под водой.

Человек, как улитка, все свое носит с собой и лишь в пути, в путешествии во вне и внутрь себя, с помощью других и с другими, в жизни появляется смысл. В статике, в понятных, однообразных и безопасных маршрутах, в стереотипности повторяющихся жизненных сценариев очень

сложно обнаружить саму цель, целостность, ценность жизненного путешествия, обреченного на неизбежный финал.

Круг замкнулся. Герой возвратился домой... Но как герой волшебной сказки, он возвращается домой преобразованным, изменившимся, другим.

### 3.2. Время в ландшафтной аналитике

В рабочем кабинете одного из авторов этой книги, который уже много лет проводит сессии индивидуальной и семейной психотерапии, напротив кресла клиента стоит внушительных размеров стеллаж. Его полки плотно заставлены самыми разнообразными часами, некоторые из которых еще продолжают идти. Большая часть экспонатов этой коллекции уже давно остановили свой ход и показывают разное время. Все началось, когда один из клиентов, придя на заключительную сессию, протянул психологу будильник и сказал: «Эти часы отсчитывали время моих несчастий... Сейчас у меня начинается новая жизнь, и я хочу оставить *их* у Вас...» Необычный вид часов привлекал внимание, и другие клиенты нередко спрашивали, откуда эти часы и кому они принадлежат. Идея *символического завершения* «времени несчастий» так вдохновила их, что и они приносили в эту своеобразную коллекцию свои часы. Было очевидно, что для части клиентов это действие имеет почти магический смысл.

После того как коллекция достигла некоторых размеров, все более и более рельефно стал проступать еще один интересный факт. Во время сессии клиенты, сосредоточенные на процессе и содержании взаимодействия с психологом, боковым зрением непроизвольно отмечали для себя положения стрелок на циферблатах часов. Поскольку все они показывали разное время, а внимание клиента фокусировалось на другом, у клиентов не было возможности осмыслить и разрешить возникающую для них ситуацию неопределенности. Они как бы терялись во времени. Эффект дезориентации

во времени усиливался, если несколько часов на разных полках стеллажа продолжали идти, издавая характерные звуки. Реакции, вызванные затруднениями в сохранении прежнего контроля времени были весьма разнообразны и зависели от личностных особенностей клиентов. У части из них нарастала тревожность, у других снижалась интенсивность сопротивления и защиты. Эти и другие наблюдения неизбежно приводили к мысли о том, что часы для человека – нечто большее, чем просто устройство для определения текущего времени. Часы – важный, имеющий весьма разноплановые знаково-символические функции предмет. Мужские, а в последнее время и женские часы являются аксессуаром, достаточно надежно маркирующим социальный статус их обладателя. Проведенные нами исследования позволяют говорить о том, что часы нередко используются как знак в процессе социальной категоризации. Часы могут использоваться как средство фальсификации статуса и имиджа. С другой стороны, часы помогают человеку решать когнитивные задачи ориентировки во времени и измерения временных интервалов. Наконец, обращение к часам иногда неосознанно используется индивидом как способ снижения тревожности в ситуации неопределенности. Ждать и догонять – хуже некуда. Нередко тот, кто «ждет и догоняет» чаще обычного при этом смотрит на часы, не всегда даже осознавая их показания. Можно предположить, что часы являются одним из средств поддержания иллюзии контроля над временем. Не исключено, что глубинным основанием стремления к контролю над временем является неосознаваемый страх смерти. Изучение эмоциональных реакций, возникающий в ситуации невозможности или затрудненности использования часов дает основание говорить о выраженной зависимости современного человека от них. Не исключено, что речь идет об особой форме культурной патологии.

Нам представляется, что широкое распространение часов, их «обрастание» различными личностными и социальными смыслами привело к тому, что постепенно часы стали важнее, чем то, что они изменяют. Человек



перестал воспринимать свой ритм как естественный ритм своей жизни. Стремление «успеть», «не опоздать», «оказаться вовремя» у некоторых людей перестало быть лишь ситуативным регулятором поведения и стало частью сценарного аппарата. Стремясь не отстать, такие люди живут в суете и постоянной тревоге.

На одном из этапов ландшафтной аналитики, участники группы идут через лес на значительном удалении друг от друга. Рассказывая потом о своих мыслях, чувствах и переживаниях они нередко говорят о том, что боялись не успеть, опоздать, отстать. Довольно часто оказывается, что связанная с «не опоздать» тревога является характерным для человека генерализованным состоянием, имеющим самые разные проявления:

- боялась опоздать выйти замуж;
- боялась не успеть с карьерой;
- боюсь не успеть что-то важное в жизни.

Похоже, что часы все больше и больше опосредуют отношения между человеком и временем. Таким образом, Вечное в человеческой жизни, измеренное временными интервалами (год, месяц, день, час...) все больше и больше превращается во временное. Вместе с тем, как совершенно справедливо заметил К.Г.Юнг, «В то время как мы думаем в масштабе лет, бессознательное думает в масштабе тысячелетий» [47; 200].

Анализ высказываний, отражающих отношения человека со временем его жизни является важной составляющей групповой работы в ландшафтной аналитике. Здесь, как и в других случаях, основная техника работы заключается в том, что все происходящее, наблюдаемое вокруг, эмоции и чувства участников группы предлагается рассматривать как метафоры. После того, как метафора «построена», участнику группы предлагается посмотреть «сквозь» нее на всю жизнь.

Мы полагаем, что целокупность когнитивных, эмоциональных и поведенческих реакций, проявляемых участниками группы в контакте с

различными природными объектами могут презентировать «здесь и сейчас» то, что происходит с человеком «везде и всегда».

В транзактном анализе широко используется понятие минискрипт, обозначающее процесс проживания жизненного сценария в миниатюре [19]. Происходящее в ландшафтной аналитике порождает ситуации, в которых можно наблюдать минискрипты участников группы. В обычной жизни люди ведут себя в соответствии со сложившимися стереотипами, привычками и автоматизмами. Такое поведение обеспечивает человеку позицию условного комфорта и благополучия (позиция условного «Я в порядке»). Однако, иногда возникают ситуации, когда человек не может поступать в соответствии со сложившимися у него схемами поведения. Чаще всего, это какие-то непривычные, нестандартные ситуации, когда происходит нечто, что «выбивает» человека из типичных для него схем поведения. В этом случае, он не может реализовать свое, часто не осознаваемое стремление быть лучше, радовать других, быть сильным и сдержанным, стараться или спешить, «чтобы все было быстро». В такие моменты люди как правило испытывают неприятные чувства. Эти неприятные переживания являются частью минискрипта и одновременно - его надежным индикатором.

Транзактная концепция минискрипта по сравнению с другими психологическими теориями, на наш взгляд, лучше всего отражает идею присутствия «здесь и теперь» того, что возникло «там и тогда» и проявляется «везде и всегда», то есть, идею присутствия в настоящем прошлого и будущего, их взаимозависимость и взаимопроникновение. Великолепной «ландшафтной метафорой» неотделимости прошлого, настоящего и будущего является ручей.

Практически все направления современной психотерапии в явной или неявной форме исходят из гипотезы о том, что, преодолевая «здесь и теперь» то, что возникло и сложилось «там и тогда», мы обретаем возможность быть свободными от него «везде и всегда». Заметим, что если в настоящем присутствует прошлое и будущее, то такое настоящее есть ни что иное, как

вечность. Обнаружение вечности, столкновение с вечностью, переживание вечности способно привести человека к осознанию «внутренней ответственности перед собой, прошлыми и будущими поколениями» [13]. Наличие такой ответственности, по мнению Б.С.Братуся, является условием и критерием нормального развития личности.

Мысли о вечном и переживания вечности актуализируются в контакте различными ландшафтными объектами: горы, неизменные в веках, старые деревья, живущие сотни лет, звезды ночного неба, свет от которых доходит в течение тысячелетий. Однако, те же объекты практически всегда приводят людей и к мысли о конечности всего сущего. Невротическое сознание отвергает один из полюсов бинарной оппозиции «вечное – конечное» и абсолютизирует оставшийся. Так появляется либо страх смерти, либо ощущение бессмысленности жизни.

Стремясь к усилению переживания времени, в обычных условиях «зашумленного» эмоциями, связанными с регламентацией социальной и производственной активности, мы в самом начале ландшафтной аналитики просим участников сдать ведущим часы и другие приборы, по которым можно было бы контролировать время. Участники группы иногда задают вопрос: «Который час?». Услышав в ответ: «Это действительно важно сейчас? – они нередко, после паузы, отвечают: «Нет!». По мере того, как разворачиваются события ландшафтной аналитики, участники обнаруживают для себя иные, нежели временные интервалы, мерилы человеческой жизни и времени. Становится очевидным, что «как» в оценке жизни важнее, чем «сколько» [Примечание 7].

## Глава 4. Особенность психотерапии в ландшафтной аналитике – Подвиг во имя...

В уже упоминавшейся русской пословице «ждать и догонять – хуже некуда» словосочетание «хуже некуда» со всей определенностью и недвусмысленностью передает драматизм эмоциональных переживаний индивида, оказавшегося в ситуации неопределенности: «ждать» и «догонять». Положительные результаты не гарантированы, исходы – не предрешены. И если в ситуации, когда приходится догонять, не все, но многое зависит от догоняющего, то тогда, когда приходится ждать, от ожидающего не зависит почти ничего. Единственное, что остается делать ожидающему – это хоть как-то структурировать время между началом ожидания и его более-менее определенным завершением. Способов структурировать время не так много, почти заверченный список мы находим в работах Э.Берна [12]. Правда и в этом случае у нас нет уверенности в том, что ожидающий чего-то индивид и структурирующий время своего ожидания каким-либо способом обретает комфортное состояние в неопределенности. Способность пребывать в неопределенности *без напряжения* является чрезвычайно редким и ценным человеческим качеством. В процессе филогенеза психика создала специфические интра- и экстрапсихические способы совладания и преодоления напряженности ситуаций неопределенности. К интрапсихическим способам, функционирующим в пределах психической нормы, относятся, например, хорошо изученные в психоанализе механизмы личностной защиты. К экстрапсихическим – выработанные человечеством формы социального взаимодействия, снижающие тревогу неопределенности, например, ритуалы. Несмотря на это, пребывание в условиях неопределенности нередко оказывается для индивида не только драматичным, но и фатальным. Женщина, муж которой заявил ей, что влюблен в другую и при этом

продолжающий приходить домой как ни в чем не бывало и отвечающий на ее вопросы «я еще не решил...», вполне может «довести» себя до невроза. Как показал в своих работах Г.Бейтсон, систематическое попадание индивида в ситуации неопределенности, прояснить которые или выйти из которых индивид в силу некоторых обстоятельств не может, формирует у него симптомы шизофрении [5] [Примечание 9]. Однако, попадание индивида в ситуацию неопределенности может иметь для него не только негативные, но и позитивные последствия [1], [11]. Покажем это на примере ситуаций неопределенности, которые Г.Бейтсон называет «двойной зажим». Будем называть их для краткости ДЗ-ситуации.

ДЗ-ситуация, по Бейтсону, это коммуникативная ситуация, нередко возникающая в процессе общения между людьми, суть которой заключается в том, что индивид получает от своего партнера или партнеров сообщение, различные аспекты которого могут противоречить или даже взаимоисключать друг друга. Вербальная часть сообщения может не совпадать по смыслу или даже отрицаться невербальной составляющей этого же сообщения. Например, уставший от общения со своим маленьким сыном отец раздраженно говорит ему: «А давай еще поиграем в машинки...». Те, кто имел счастье много общаться с детьми, знают, что активность ребенка в таких ситуациях резко меняет направленность (дети начинают капризничать, плакать, становятся пассивными) и, в конце концов, они «достаются» другому взрослому. Добившийся желаемого результата отец облегченно вздыхает про себя, а вслух говорит матери ребенка: «Поиграй с ним теперь ты! Видишь, он от меня устал». Кстати, если причина отцовского раздражения кроется не в ребенке, а в отношениях с женой, то заключительная фраза будет другой. Что-нибудь вроде: «Что за плаксу и капризу ты воспитала! Он сам не знает, чего хочет!..». В этом примере информация, выраженная интонационно, противоречит информации, сообщаемой в словах. В словах отца, обращенных к сыну, звучит приглашение продолжить игру: «давай еще поиграем», в то же время его

высказывание сопровождается интонациями, в которых слышатся раздражение и угроза. Продолжать игру в этих условиях означало бы для малыша возгонку отцовского раздражения, прекратить ее – означало бы проигнорировать отцовское приглашение. Ребенок оказывается в ситуации неопределенности, разрешить которую рационально практически невозможно.

Парадокс в коммуникации может создаваться не только противоречием вербальной и невербальной составляющей высказывания, но и противоречием внутри фразы. Классическим примером такого высказывания является фраза: «Приказываю не выполнять моих приказаний!». Другие примеры такого же рода: «Не знаю, мамаша, радоваться Вам или плакать, но, похоже, Ваш сын умнее, чем Вы...» или «Если бы я ненавидел тебя больше, я признался бы тебе в любви...»

В ДЗ-ситуацию можно попасть и в результате противоречивой информации, исходящей от двух лиц, которые являются для получателя одинаково авторитетными и примерно в равной степени жизненно значимыми. Так, отец может дать разрешение мальчику идти купаться одному без присмотра, объясняя это необходимостью воспитания «настоящего мужика», а мать одновременно может требовать обратного, ссылаясь на опасность для жизни ребенка и при этом приводить в пример множество трагических и страшных случаев, произошедших во время купания. Ребенок опасается, с одной стороны, утратить уважение отца, а с другой стороны - испытывает страх перед возможной утратой теплых отношений с матерью, ее холодностью, отчуждением и даже враждебностью. Диаметральная противоположная информация, поступающая в сознание ребенка, на фоне его одинаковой зависимости от отца и матери, создает проблемную ситуацию, для разрешения которой ребенок не обладает еще достаточным интеллектуальным, волевым и экзистенциальным ресурсом. И в этом случае, и тогда, когда противоречивая информация исходит от одного лица, в сознании ребенка, становящегося своеобразной «информационной

жертвой» почти неизбежно возникает кризисная ситуация, которая, являясь трудноразрешимой, нередко становится психологическим тупиком.

Во всех этих примерах ребенок - жертва двойного зажима, который не может быть им проигнорирован, ведь речь идет о сообщениях, поступающих от самых значимых и дорогих для него людей. Однако любая его реакция на послание, содержащее в своей структуре противоречивые элементы, означает непослушание, невыполнение просьбы или приказа. Игнорировать сообщение нельзя и не игнорировать тоже нельзя. Любая реакция ребенка несет в себе угрозу родительского гнева или пусть даже простого недовольства. Лучшим выходом из этой сложнейшей и напряженной психологической ситуации для ребенка была бы его просьба как-то прокомментировать ситуацию или прямой вопрос о том, что от него хотят на самом деле. Вероятность таких действий ребенка чрезвычайно мала не только в силу его пока небольших интеллектуальных возможностей (до этого еще надо додуматься), но и по причине его зависимого положения – открытый вопрос к автору или авторам двойного послания означал бы прямую конфронтацию со значимым лицом. Но даже если предположить, что такой вопрос прозвучал, вероятность того, что ребенок получит на него ответ, еще ниже. Авторы двойного послания не ведают, что творят. Ответить на этот вопрос означало бы для них одновременно и осознать, что они поступают со своим ребенком слишком жестоко.

Для обозначения участников ДЗ-ситуации Г.Бейтсон использует специальные термины: «палач» - автор двойного послания, «жертва» - тот, к кому обращено.

Интересные наблюдения, аналогичные тем, которые были сделаны Г.Бейтсоном, осуществил Д.Гелен. Он увязал своеобразие человеческого общения со структурой и функционированием мозга. Г.Бейтсон, описывая многочисленные и разнородные жизненные ситуации, в которых люди сталкиваются с двусмысленной или многосмысленной информацией замечает, что сознание попавшего в такую ситуацию человека может быть

травмировано и даже разрушено. Причем, разрушение сознания осмысливается ученым как утрата целостности, расщепление, процесс подобный шизофреническому. Расщепление сознания интересует и Д.Гелена. Он полагал, что в норме полушария головного мозга работают во взаимодействии, однако при определенных условиях в работе мозга могут возникнуть явления, аналогичные тем, которые наблюдаются в мозгу при его хирургическом расщеплении, когда оба полушария начинают функционировать практически независимо. Д.Гелен показал, что роль скальпеля могут выполнять два разнородных и противоречащих друг другу потока информации. Один из них носит ярко выраженный сенсомоторный, а другой столь же явный вербальный характер. Д.Гелен приводит в качестве примера элементарную конфликтную ситуацию, часто возникающую в жизни: «Представьте себе действие на ребенка ситуации, когда его мать словами говорит ему что-то одно, а выражение лица и движение тела совершенно другое: «Я делаю это потому что люблю тебя, дорогой», - говорят слова, но «Я тебя ненавижу и уничтожу» - говорит лицо» [38, с.215].

Мы видим, что Д.Гелен явно говорит о ситуации двойного зажима, но если Г.Бейтсон рассматривает двойные послания и их эффекты в поле межличностных коммуникаций, то Д.Гелен переносит эффекты двойного зажима в пространство информационных взаимодействий полушарий головного мозга.

Гелен приходит к выводу о том, что как только мозг человека получает по двум разным коммуникативным каналам противоречивую информацию, согласованность в работе полушарий нарушается, отношение сотрудничества приобретает формы конкуренции и борьбы.

Естественно, изучая особенности коммуникативных процессов, порождающих ситуации неопределенности, исследователи не могли не заинтересоваться возможными вариантами завершения ДЗ-ситуации. Наиболее негативным вариантом завершения ДЗ-ситуации является формирование и закрепление симптомов шизофрении. Более мягкие



последствия систематического попадания в ДЗ-ситуации заключается в формировании привычек и черт психопатического характера: комментирование вслух своих действий, навязчивый поиск скрытого смысла в словах и действиях других людей, подозрительность и недоверчивость, полная утрата чувства юмора, то есть буквальное, однозначное понимание всего сказанного людьми и происходящего вокруг, стремление уйти, самоизолироваться от разрешения неоднозначных, многосмысленных ситуаций, своеобразный страх перед ними (в конечном итоге страх перед жизнью, которая всегда, как минимум, двусмысленна) и др. Все описанные только что варианты завершения ДЗ-ситуаций являются не столько вариантами разрешения психологических проблем, возникающих у человека, попавшего в коммуникативный тупик, сколько фиксацией травматических последствий пребывания в этом тупике. Заметим, что значительное число клиентов психологических консультаций, обращающихся за помощью в связи с различными обстоятельствами своей жизни, описывают свою актуальную ситуацию как состояние неопределенности и тупика: «Не знаю, где выход...», «Я заблудился...», «Сколько еще ждать?», «Совсем запутался», «Как между небом и землей...», «Блуждаю как в лабиринте», «Одной ногой здесь, а другой уже там...», «Тупик какой-то...».

Второй из возможных вариантов выхода человека из тупика ДЗ-ситуаций отличается активностью, которая выражается в свободном и ответственном поведении «жертвы», выводящем ее за пределы ДЗ-ситуации. Это может быть слово, обращенное к «палачу» с требованием или просьбой прояснить его позицию или действия, преодолевающие угрозу наказания со стороны «палача». Разрешая ДЗ-ситуацию «под свою ответственность», «жертва» всегда рискует. Масштабы риска зависят от конкретной ДЗ-ситуации. Это может быть несколько минут материнской холодности или демонстративного отцовского презрения, обструкция, изгнание из группы и даже жестокая смертная казнь. Однако, рискуя, «жертва» получает не просто потенциальную возможность сохранения своей личностной целостности,

ощущения способности влиять на ситуацию, но и шанс преобразовать и себя, и «палача» [Примечание 10].

Последствия ДЗ-ситуаций для «жертвы», чье поведение предрешено логикой развития самой ситуации, предсказуемы и делают «жертву» потенциально еще более уязвимой, а «палача» - еще более жестоким палачом. Муж в очередной раз побивает свою жену, объясняя свое поведение приступом ревности, «замешанной», конечно же, на всепоглащающей любви. Женщина получает двойное послание: с одной стороны люблю (слово), с другой стороны – бью (поступки). Если женщина в этой ситуации ничего не предпринимает, она становится еще более уязвимой и зависимой жертвой, а ее муж – еще более жестким палачом. Последствия поведения «жертвы», преодолевающей логику ДЗ-ситуаций всегда непредсказуемы. Однако риск, на который идет «жертва» ДЗ-ситуации, действуя вопреки ее внутренней логике, преодолевая свой страх, делает возможным не только позитивный выход из тупика, но и преобразовывает «жертву» в подлинного творца своей жизни и судьбы. Интересно, что, по мысли В.А.Петровского, индивид, действующий свободно и ответственно в направлении реализации непредрешенных исходов, преобразует не только себя. Он обретает идеальную представленность в жизни других людей [32]. Идя на риск, «жертва» разбивает оковы собственной «жертвенности», проявляет субъектность, делает возможным непредрешенные позитивные исходы ДЗ-ситуаций, преобразовывает и себя, и «палача». Есть основания полагать, что действия индивида вопреки стихийной динамике любых ситуаций с непредрешенными исходами оказываются преобразующими не только для него самого, но и для других [7]. В исследованиях межличностных конфликтов было обнаружено, что не гарантированный позитивный исход конфликта (стихийная динамика конфликта гарантирует как раз негативные исходы) становится реальностью, если хотя бы один из его участников оказывается способным ответственно и свободно действовать вне логики стихийного развития конфликта [8], [9]. Еще более убедительные результаты,

подтверждающие нашу позицию были получены при изучении условий эффективности семейной психотерапии. Оказалось, что сознательное действие кого-либо из членов семьи за пределами сложившихся паттернов внутрисемейного взаимодействия (например, отказ от типичных для семьи игр и прорыв к интимности и подлинности) является событием, преобразующим семейную систему в целом: оно одновременно является событием, отражающимся и во внутреннем пространстве его автора (субъектный вклад индивида в себя), и во внутреннем пространстве присутствующих в этой ситуации индивидов (отраженная субъектность индивида в других), и в пространстве семьи как целого (интерсубъектная отраженность) [7]. (О феноменологии отраженной субъектности см. подробнее в работе В.А.Петровского [32]). Идеальная представленность человека в жизни другого человека – это не вопрос памяти или воспоминании о нем. Идеальная представленность – это нечто большее. Актуализация в сознании человека образа того, кто представлен в его сознании как субъект, изменяет его поведение, состояние, ход мыслей, оценки себя и своих поступков, делает его другим [32]. Быть отраженным субъектом означает иметь идеальную представленность в жизненной ситуации другого человека, выступать источником преобразования этой жизненной ситуации в значимом для него направлении. Даже не находясь в ситуации непосредственного контакта с человеком, отраженный субъект, актуализированный в его сознании каким-либо образом, изменяет его поведение и понимание ситуации, способы реагирования и поведения в условиях неопределенности [32].

Двойной зажим интересен нам тем, что вне зависимости от социальной ситуации и субъектов, участвующих в нем, все происходит по одному принципу, всегда основан на неопределенности и бесконечно ее порождает.

Г.Бейтсон писал о широкой распространенности этого явления в жизни и отдельного человека, и социальных групп, и всего человечества. Как нам

кажется, вся жизнь человека состоит из непрерывного вхождения в множество совершенно разнородных по уровню социальной организации, по направленности, по личностной и общественной значимости ДЗ-ситуаций. Человек находится одновременно в нескольких ДЗ-ситуациях в роли «палача», «жертвы» или «свидетеля» один или в составе разных социальных групп (семейных, профессиональных, политических, этнических, классовых и т.д.). Опираясь на идеи о диалогической сущности человеческого сознания, можно предположить, что индивид способен создавать ДЗ-ситуацию для себя самого, оказываясь и в роли «палача», и в роли «жертвы», и в роли «свидетеля» одновременно. В современном транзактном анализе неоднократно описывались случаи, когда ситуация неопределенности и тупика возникает у человека в следствии неспособности его Взрослого быть эффективным посредником между Родителем и Ребенком, получающим от различных аспектов Родителя противоречивые и взаимоисключающие требования [19]. Жизнь человека и человечества во многом складывается из бесконечной череды ДЗ-ситуаций, накладывающихся друг на друга, порождающих сложные, порой безвыходные жизненные тупики [5].

Итак, стихийная психологическая динамика индивида в условиях ДЗ-ситуации практически неизбежно ведет его к той или иной форме патологического реагирования. Свободное, «под свою ответственность» поведение «жертвы», действующей вопреки угрозе наказания, становится условием наращивания ею потенциала субъектности, то есть способности быть автором своей судьбы. Мы видим, что попадание индивида в ДЗ-ситуации может иметь для него как негативные, так и позитивные последствия. Оставляя сейчас в стороне чрезвычайно интересный для нас вопрос о том, что именно позволяет индивиду, попавшему в ДЗ-ситуацию, действуя свободно и ответственно, выходить за ее пределы, зададимся другим вопросом: возможна ли целенаправленная, систематическая и контролируемая актуализация развивающего потенциала ДЗ-ситуации? Нам представляется, что возможна. Если из структуры ДЗ-ситуации вычесть

угрозу наказания, парализующую активность индивида, и заменить ее гарантированной поддержкой его субъектных действий (т.е., осознанных, свободных и ответственных действий по преодолению сложившейся ситуации [11]), то ДЗ-ситуация преобразуется в ситуацию актуального развития. В этом случае автор противоречивых коммуникативных посланий, удерживая их респондента в пространстве взаимодействия, гарантировано поддерживает его любые субъектные действия, направленные на разрешение психологического тупика «здесь и теперь». Очевидно, что в этом случае «палач» становится *актуализатором*, а «жертва» превращается в развивающегося субъекта. Заметим, что преодолевая «здесь и теперь» психологические тупики противоречивых посланий, развивающийся субъект получает возможность преодолеть сложившиеся «там и тогда» стереотипные формы реагирования на тупиковые жизненные ситуации. Так работает психотерапевтическая метафора, так работает провокативная психотерапия. Таким образом, у нас есть основания предполагать, что любая эффективная психотерапия есть ни что иное, как *актуализирующая неопределенность*, то есть ситуация, в которой индивид реализует потенциальную возможность осознанного, свободного и ответственного действия за пределами типичного для него и хорошо освоенного им («безопасного») поведения.

Ситуация актуализирующей неопределенности, впрочем, может быть построена не только по формуле «двойной зажим минус угроза наказания плюс поддержка». К ситуациям подобного рода могут быть отнесены *пребывание на границе и контакт со смыслопорождающим ландшафтным объектом*.

***Пребывание на границе*** оборачивается для человека бытием в ситуации актуализирующей неопределенности. Проясним это на «живых примерах» ландшафтной аналитики.

Личностно ориентированные «озарения», «переосмысления», «инсайты» нередко наблюдаются у участников ландшафтной аналитики либо при пересечении, либо во время пребывания на разнообразных границах,

активно используемых в проекте. Это пространственно-географические границы – между городом и «загородом», между лесом и полем, между сущей и водой, между небом и землей; это временные границы – между днем и ночью, между ночью и днем, между далеким прошлым и настоящим, настоящим и далеким будущим; это границы психологические – между Я и не-Я, между Я и Ты, между Я и Мы, между Я и Они; наконец, это границы между тем и этим светом, между миром жизни и миром смерти, миром культуры и дикости, миром богов, миром людей и миром умерших; между тем, что есть, и тем, чего нет. Практически все перечисленные границы могут быть «материализованы», воплощены в виде конкретных наблюдаемых (осязаемых) образов или объектов. Точно также, чувственно воспринимаемые границы – река, опушка леса, горный хребет и др. – способны инициировать глубинные переживания сопричастности к космическому пространству, основанному на принципе бинарных оппозиций и включающему, по мнению В.В.Иванова и В.Н.Топорова, такие противопоставления как Счастье – Несчастье, Жизнь – Смерть, Правое – Левое, Мужское – Женское, Небо – Земля, Юг – Север, Восток – Запад, Суша – Море, Огонь – Влага, День – Ночь, Весна – Зима, Солнце – Луна, Близкое – Далекое, Черное – Белое, Дом – Лес, Старый – Молодой, Священное – Мирское. Отметим, что границы не только разделяют, но и соединяют оппозиции, и определяют их отношения. Таким образом, географические границы между частями ландшафта или временные границы между частями суток оборачиваются границами психологическими, являются точками возможных интенсивных эмоциональных переживаний, точками «сборки» особых состояний, в которых субъекту может быть непосредственно явлена сущность разделяемых границами частей бинарных оппозиций. Так, например, опушка леса может быть осмыслена как граница между полем и лесом, космосом и хаосом, культурой и дикостью, миром человеческим и миром звериным, миром божьим и миром, населенном хтоническими существами, между жизнью и смертью. В лесу даже днем

иногда бывает страшнее, чем ночью в поле. Поле – чистое, а лес – дремучий. Вход в пещеру может быть осмыслен как граница между светом и тьмой, миром живых и миром мертвых, жизнью и смертью. Отметим, что в случае таких границ как устье пещеры, человек ощущает яркие сенсорные контрасты: свет-тьма, тепло – холод, безграничное – ограниченное пространство, обилие звуков – тишина. Пребывание на границе или ее пересечение вызывает у человека достаточно выраженные эмоции, которые, как мы полагаем, есть проявление иногда скрытых от рефлексии переживаний сущности полюсов бинарных оппозиций. Так, стоя перед пещерой, люди обычно начинают *спонтанно* говорить о смерти, страхе смерти, о смысле жизни. Даже если тема смерти в высказываниях людей явно не присутствует, в их сообщениях она присутствует подспудно – в виде страха темноты, обрушений, опасений заблудиться или в виде распоряжений по поводу своего имущества, оставляемых в шутку тем, кто будет ждать на поверхности. Даже кратковременное пребывание в пещере порой кардинально меняет состояние человека. К сожалению, как совершенно справедливо отмечает М.А.Ишкова, «феномен «бытия на границе», привлекавший внимание многих исследователей человеческой природы, в редчайших случаях затрагивается психологами» [23; 3] [Примечание 11]. Идея «границы» в большинстве случаев редуцируется в психологических исследованиях к функции регламентации, ограничения. Анализ немногочисленных психологических исследований феномена «границы» показывает, что помимо регламентирующей, могут быть выделены по меньшей мере еще две функции границы: медиативная ([1], [2]) и побуждающая ([23], [33]). Медиативная функция границы заключается в том, что она не только разделяет, но и соединяет разграниченные сущности (бинарные оппозиции), определяя их отношения. Сосредоточение на переживаниях границы, рефлексия этих переживаний способны вместить в сознание человека оба полюса бинарной оппозиции, разделяемые и соединяемые границей. Так, вдруг для человека как бы внезапно

обнаруживается смысл жизни и смысл смерти, смысл обыденного и смысл сакрального – так возникает *переживание единства неслиянного*. Побуждающая функция границы реализуется «во влечении индивида к пределу, его желании перейти через предел, в его устремленности к беспредельному действованию» [23; 6].

Отметим здесь, что «устремленность к беспредельному действованию» - это, как нам кажется, одно из важнейших условий возникновения и неограниченного воспроизводства трансфинитных переживаний, исключительная роль которых в развитии личности убедительно показана в исследованиях В.А.Петровского и неоднократно отмечалась – правда не напрямую и в других терминах – и психологами [13], и философами [6], и культурологами [4], [45].

Таким образом, пребывая на границе, человек одновременно испытывает побуждение к ее преодолению, переживает единство/неслиянность разделяемых ею сущностей и самоопределяется относительно ее регламентирующей функции. Заметим, что важнейшим условием, при котором все это может быть включено в психотерапию, является рефлексия человеком границы, своего отношения к ней и переживаний, связанных с ней. Как уже было показано, многочисленные границы, с которыми имеют дело участники ландшафтной аналитики, могут быть явлены им разными способами. Исследуя границу как ориентир активности, М.А.Ишкова реализует идею границы в форме естественного знака (граница как раздел сред), культурного знака (запрет) и разделительной черты (символ границы). В ландшафтной аналитике участники проекта *обнаруживают себя на границе* благодаря *рефлексии границы*, сначала иницируемой активностью ведущих (побуждающие рефлексию вопросы, неоконченные фразы и другие приемы), а затем существующей в виде самоподдерживаемой и самоценной активности самих участников группы. В.А.Петровский называет такую активность *устремление* [32]. К рефлексии



границы частников побуждает и особый тип отношений в системе «человек – ландшафтный объект».

М.А.Ишкова выдвигает предположение о том, что реакции человека на *границу* могут быть типологизированы как игнорирование, согласование, избегание и центрация на границе [23] . Наши наблюдения за поведением людей в условиях ландшафтной аналитики показывают, что эта типология вполне инструментальна, при этом мы замечали, что разные типы реагирования могут сочетаться между собой и даже могут быть представлены в пределах одного и того же действия.

Обнаружение себя на границе есть ни что иное, как обнаружение себя в ситуации неопределенности. Осмысленная неопределенность всегда чревата действием, реализующим свободный и ответственный выбор человека. Рефлексия границы, а также четкое осознание человеком причин выбора им того или иного способа реагирования на границу, создают необходимые условия для возможного выбора им нового, пока еще непривычного, необычного, а потому рискованного способа реагирования. Реализуя в своем выборе нетипичные для себя способы реагирования на границу (неопределенность), человек продвигает себя за пределы границы. Рискуя, он совершает по-двиг. Подвиг во имя себя. Коммулятивный эффект таких подвигов известен в психотерапии как индивидуальное психотерапевтическое достижение. Изучение эффективности ландшафтной аналитики показывает, что значимый и устойчивый эффект наблюдается тогда, когда участник выбирает центрацию на границе ( то есть сближается с ней, пребывает на ней, пересекает ее).

Таким образом, если граница рефлексруется, то это - ситуация актуализирующей неопределенности; отсутствие рефлексии делает существующую границу прозрачной, но не обязательно проницаемой. Прозрачность границы для субъекта (когда субъект «не замечает» границу) не означает ее преодоленности. Одна из задач ведущего группы (точнее было бы говорить *проводника*) заключается в том, чтобы постоянно побуждать

участников проекта к рефлексии географических, временных, ментальных и культурных границ, повышать их непрозрачность.

***Переживание ландшафтного объекта.*** Отечественная психология лишь совсем недавно обратилась к изучению проблемы «ландшафт и человек». Будучи одним из аспектов фундаментальной проблемы пространства, она до недавнего времени находилась на периферии психологических исследований. Несмотря на то, что категория *пространство* и семантически связанные с ней категории *поле*, *среда*, *граница*, *территориальное поведение* и другие активно используются в различных направлениях и отраслях психологии, человек и его экзистенциальные отношения с ландшафтом остаются мало изученными.

Есть все основания предполагать, что проблема пространства со временем займет в психологии одно из центральных мест. И дело не только в динамичном развитии средовой психологии (психологии среды). Не за горами то время, когда психология обратится к реальному изучению того, что называется внутренним мир личности. Если при этом понимать внутренний мир именно как мир, а не как совокупность каким-то образом взаимосвязанных психологических феноменов, то очевидно, что без использования категории *пространство* описать этот мир будет практически невозможно.

***Ландшафт как пространство.*** Пространство, в котором живет человек, всеобъемлюще. М.Хайдеггер выразил эту мысль точно и просто: от пространства «нельзя отвлечься, перейдя к чему-то другому». Однако, само пространство может быть воспринято благодаря тому, что элементы наблюдаемого ландшафта выступают как опорные точки его структурирования. Разница в восприятии звездного ночного и безоблачного дневного неба очевидна. Ночное небо воспринимается как сфера, как свод, как имеющее протяженность, глубину, направление и даже форму благодаря наблюдаемым на нем звездам, которые структурируют его пространство. Восприятие географического пространства осуществляется во многом

благодаря восприятию формы, величины, взаимного расположения ландшафтных объектов, их удаленности и направления, в котором они находятся. Для человека природное пространство – это прежде всего ландшафт в котором все основные компоненты: рельеф, климат, воды, почвы, растительный и животный мир находятся в сложном взаимообуславливающем взаимоотношении. Именно компоненты ландшафта, как вмещающего человека пространства, были той исходной данностью, которая использовалась для выживания и подлежала осознанию. Процессы осознания естественного ландшафта начались с сакрализации и мифологизации его элементов. Приобретая семантику и образность, природный ландшафт преобразовывался в коллективном сознании, все больше и больше превращаясь в ландшафт-текст.

Со временем, «обрастая смыслами», ландшафтные объекты приобретали смысловую нагрузку. Гора переставала быть просто горой, она становилась жилищем богов или местом шабаша нечистой силы; пещера переставала быть жилищем людей и стала восприниматься как вход в царство мертвых... Некоторые ландшафтные объекты одушевлялись и воспринимались как живые существа. Например, родники, ключи, источники... Римская цивилизация знаменита своими техническими достижениями. Однако, водоразборные колонки, строившиеся по всему Риму для снабжения населения водой не имели кранов. Иногда это создавало значительные неудобства, но краны на колонки не ставили. Кран как устройство был известен римлянам давно. Краны не ставились, потому что источник мыслился живым, и закрыть кран означало бы присечь его жизнь, то есть убить.

Постепенно природный ландшафт в коллективном сознании становился все более и более подробным текстом, запечатлевшим мифологию связанного с ним и формирующегося в нем человеческого коллектива. С другой стороны, глаз путешественника, как глаз-репейник, выискивает в ландшафте следы присутствия человека. Эти следы многое

могут *рассказать* о ментальности тех, кто их оставил. Наконец, восприятие ландшафта всегда несвободно от проецирования на него субъективного содержания. Эти процессы визуального и сенсорного проецирования бессознательны. Мало кто отдает себе отчет в *таком* акте видения. Воспринимая ландшафт и его объекты, человек одновременно проецирует на них свою культурно обусловленную субъективность. Мы читаем ландшафт-текст в зависимости от того, как нас научили читать его универсальные знаки.

В ландшафтной аналитике всегда важно и коллективное, и индивидуальное прочтение ландшафта.

*Культурный ландшафт*, а точнее было бы сказать *природно-культурный ландшафт*, возникает в результате синкретического взаимодействия природы и культуры. Предки человека жили в природном ландшафте и были его частью. Существовавшее изначально в виде сакрализации и мифологизации, осознание ландшафта наполнило его ментальными смыслами и артефактами. Человек – это единственное существо, живущее в им самим создаваемом для себя мире. Не исключено, что любой ландшафт, даже казался бы дикий, является для человека культурным, то есть насыщенным и насыщаемым образами и смыслами.

Преобразование естественного ландшафта в культурный выражается в изменениях растительного и животного мира, рельефа, климата и других компонентов исходно принадлежащих природному ландшафту. Однако, преображаясь порой весьма существенно, природа оставляет в ландшафте всегда заметный след, она пребывает в нем вечно либо в виде рельефа, либо в виде продуктов ментальной активности: топонимы, этнонимы, ассоциации. Природа пребывает всегда не только в культурном ландшафте, но и в творениях самой культуры. Ландшафт в преобразованном виде «живет» в архитектуре культовых сооружений. Это хорошо подметил И.Можейко. «Индийский храм произошел от горы и пещеры в ней. Такое происхождение легко прослеживается в самой архитектуре храма. Индийский средневековый

храм внешне выглядит грузно, массивно, тяжело, его фасады раздроблены и измельчены украшениями и скульптурами. Невольно создается ощущение испещренной трещинами скалы. Внутри этой огромной горы, под ее многотонной тяжестью находится низкая, темная пещера – внутреннее помещение храма». Совсем по-другому тот же автор описывает храмы Бирмы. Однако и здесь в устройстве храма легко обнаруживается присутствие ландшафта, выраженное идеей границы. «Храмы Бирмы внешне выглядят очень просто. Само здание имеет форму куба, над которым ступенчатой пирамидой поднимается крыша с сикхарой наверху. Стены здания – светлые и чистые – украшены пышными порталами. Внешний облик храма резко контрастирует с его внутренним убранством. Входящий внутрь храма попадает в темный, тесный, загадочный мир с узкими коридорами и небольшими помещениями. Статуи богов и святых стоят в полумраке и лишь узкие полоски света подают на их загадочно улыбающиеся лица. Резкий контраст между внешним – светлым, простым, открытым, понятным – и внутренним – темным, сложным, закрытым, загадочным – устройством храма подчеркивает отличие между внешним миром и миром души. Пересекающий границу миров неизбежно оказывается в ином состоянии сознания» [30].

Размышляя о взаимодействии и взаимообусловливании культуры и природы, И.И.Свирида пишет: «естественный ландшафт повлиял на структуру лабиринта – одну из наиболее многозначных пространственных архитектурных форм. Его происхождение связано как с ландшафтными элементами, так и с мифологией. Она сама обнаруживает зависимость от ландшафта и его рельефа, о чем свидетельствовала крито-микенская культура с ее легендарным, как полагают ученые, Кносским лабиринтом и мифом о Минотавре». [37; 23]. Отметим, кстати, что лабиринт в коллективном сознании является поздним (и потому уже отчасти структурированным) воплощением хаоса, встреча с которым и для человека, и для человеческого коллектива всегда сопровождалась если не

драматическими последствиями, то уж драматическими переживаниями точно [1].

Еще раз обратим внимание на то о чем говорит И.И.Свирида: зависимость мифологии от ландшафта и его рельефа. Если иметь в виду, что архаическое сознание существовало в форме мифа, то можно предположить наличие глубинной генетической связи между ландшафтом (ландшафтными объектами мифа) и сознанием. Мы полагаем, что эти связи являются архетипическими конструктами, доступ к которым открывается в процессе переживания контакта с ландшафтными объектами.

С другой стороны, разнообразные продукты ментального освоения ландшафта не только фиксируют природное в культуре, но и опосредуют восприятие природы. Локус интимного соединения культурного и природного начал, похоже, располагается в индивидуальном сознании. Именно здесь встречаются природный ландшафт как пространственная среда и природный ландшафт как объект и результат восприятия. Здесь естественный ландшафт служит основой и стимулом для генерации новых образов и смыслов. Как пишет И.И.Свирида, «естественный ландшафт включен в экзистенциальные отношения природы и культуры, служит их полем и порождающим началом, в результате выступая в функции субъекта» [37; 11].

*Субъективизация ландшафта.* Проецирование субъективного содержания на внешние, в том числе и ландшафтные объекты, наполняет их субъективностью; они начинают восприниматься как живые и наделенные чувствами и способностью реагировать. Целый «список» фантазий и бессознательных комплексов и страхов проецируются на природные объекты, оживляя их. Процесс этот не носит одностороннего характера. Речь идет именно о взаимодействии человека и ландшафтных объектов. В условиях ландшафтной аналитики мы неоднократно отмечали схожие поведенческие и эмоциональные изменения у совершенно разных людей, возникающие в процессе их контакта с тем или иным ландшафтным

объектом. Наиболее выраженная динамика поведения и состояний наблюдается в ситуации контакта человека с теми объектами, которые еще со времен архаики служили сакральными символами различного уровня. Это отдельно стоящие или выделяющиеся каким-либо признаком холмы и горы, скалы и камни, внушительных размеров деревья, пещеры, источники воды и др. Сходная эмоциональная динамика, направленность которой определяется ландшафтным объектом и не зависит от других мыслимых переменных, не оставляет сомнений в том, что является ее источником.

Проблема субъектификации ландшафтных объектов конечно еще ждет своей психологической разработки. Возможность субъектной позиции природного объекта в системе «индивид – среда» обоснована в работах С.Д.Дерибо и В.А.Ясвина [17], [18]. Однако, процесс субъектификации, как нам кажется, нуждается не столько в обосновании его возможности и/или необходимости, сколько в его объяснении.

Размышляя о взаимоотношении человека и природы, В.И. Панов обосновывает идею «целостного представления системы «индивид – среда» как единого, совокупного «субъекта», реализующего в своем становлении самоосуществление общеприродных закономерностей становления форм материального бытия» [31]. В этом случае, по мнению В.И.Панова, тип взаимодействия между компонентами системы «индивид – среда» можно обозначить как субъектно-порождающий. Развивая рассуждения в этом направлении, мы могли бы придти и к обоснованию, и к объяснению порождающей функции ландшафта. Мы этого делать не будем. Для нас это важный, но слишком *общий* вопрос. Мы скажем о другом. Некоторые ландшафтные объекты, а именно те, которые использовались в практике инициации и шаманских посвящений, которые сакрализовались еще во времена глубокой архаики и как важная часть вошли в структуру мифов и ритуалов, порождают эмоциональные переживания и смыслы вполне конкретной направленности. Даже если представить себе человека каким-то фантастическим образом избежавшего знакомства с мифами, сказками,

выросшего в стерильной и механической языковой среде, где речевые сообщения носили исключительно прагматический смысл, то и в этом случае мы вряд ли ошибемся, попытавшись представить себе какие эмоции и мысли будут толпиться в его голове на вершине горы; при входе в пещеру; на перекрестке дорог... Есть основание полагать, что некоторые ландшафтные объекты обладают по отношению к современному человеку выраженной *смыслопорождающей* функцией, сформировавшейся в процессе антропосоциогенеза. Находясь в контакте с таким объектом, человек испытывает вполне предсказуемые переживания.

*Контакт со смыслопорождающим ландшафтным объектом* заставляет человека обратить внимание на те стороны его существования, которые в обычной жизни «зашумлены» социальной и бытовой активностью. В таких столь разных событиях обыденной жизни как развод, выход на пенсию, увольнение, провалы в карьере, уход детей из семьи, расставание с любимым человеком, переезд в другую местность, кризис среднего возраста очень сложно рассмотреть то общее, что присутствует в связанных с ними переживаниях – страх перед неизбежностью собственной смерти, одиночеством и абсолютной непредсказуемостью существования. Как пишет И.Ялом, «*факт* смерти разрушает нас, *идея* смерти может нас спасти» [49; 320]. Вытесняя из сознания неизбежность собственной смерти, человек вытесняет и идею смерти, осознание и принятие которой означало бы большую ответственность за каждое мгновение жизни.

Пещера воплощает в себе идею смерти непосредственно. Контакт с пещерой актуализирует у человека переживания, которые, по мнению И.Ялома, являются «наиболее действенным пограничным опытом». Нередко в таких переживаниях человеку открываются новые смыслы его бытия. Наши исследования показывают, что мощным смыслопорождающим потенциалом обладают ландшафтные объекты, которые включены в структуру ритуала, мифа, часто предстают в сновидениях, упоминаются в религиозных текстах,



легендах, сказках и других фольклорных жанрах, использовались в практике инициаций, то есть, те объекты, которые *живут* в культуре.

В качестве возможных ориентиров активности участникам ландшафтной аналитики могут быть предъявлены переживания смерти, одиночества, близости, искренности и подлинного участия. Возможность такого предъявления открывается благодаря особой смыслопорождающей функции ландшафта.

Можно было бы сказать, что ландшафтная аналитика – это таинство встречи человека и гипертекста культуры.

Размышляя о месте и роли природного ландшафта в культуре и становлении человеческого сознания, И.И.Свирида пишет: «Ландшафт служит частью не только внешнего, но и внутреннего пространства человека» [37; 23] (Свирида И.И.). Это дает нам основание говорить о том, что ландшафтная аналитика – это магия встречи человека со своим бессознательным. Такая встреча всегда сопровождается тонкими и глубокими переживаниями, рефлексия которых актуализирует в сознании человека содержание, которое в «суете городов и в потоке машин» (В.Высоцкий) вытесняется на его периферию. Встреча с таким содержанием и связанными с ним переживаниями могут таить в себе некоторую угрозу для человека. Помещая их в фокус своего сознания, человек, конечно же, рискует. Риск этот связан с расширением осознания, а значит, и с преодолением границ определенности, и с встречей с собой другим. Углубляя контакт со смыслопорождающим ландшафтным объектом, человек совершает действия, которые мы называем подвигом. Пьер Жане назвал бы его «успешным подвигом». Заметим, что такие подвиги схематично очень близки к подвигам героев мифов. Совершающий подвиги становится Героем.

## Примечания

1. Мы исходим из того, что родовая человеческая сущность – способность к трансцендированию – сопряжена с культурой, а не с социальной структурой общества. Не вдаваясь в размышления о их взаимосвязи и взаимообусловленности, отметим лишь, что дрейф в направлении социальной структуры означает движение в сторону большей заданности, предрешенности, предустановленности.

2. В книге «Homo amphibolos» [1] обосновывается гипотеза происхождения человека и архаических истоков его сознания, в рамках которой авторы увязывают функциональную асимметрию головного мозга человека, кардинальные категории культуры, построенные по принципу асимметричных бинарных оппозиций и предельные мыслительные модели, основанные на том же принципе асимметричных бинарных оппозиций.

3. В отечественной психологии, вследствие слабой разработанности психологии туризма, понятия *путешественник* и *турист* практически не дифференцируются. Нередко они используются как синонимы.

Европа, переживающая с начала двадцатого века рост массового туризма, оказалась более продвинутой в развитии не только туристического бизнеса, но и в изучении его различных сторон. Анализируя иностранные литературные источники, посвященные изучению различных аспектов туризма, Т.И.Черняева приходит к следующим выводам. В исследованиях европейских ученых турист представлен как малоинициативный, несмелый, с низкой чувствительностью к различиям, ориентированный на развлечения, представления и удовольствия. В то же время, путешественник ассоциируется с ориентацией на более глубокое осознание различий, ему присущи ценности понимания, уважения и вкуса. Путешествие

рассматривается как ресурс самореализации. Большинство туристов в своем опыте не объединяют туризм и культуру [42].

4. Инициация как сакральное явление анализируется в работах таких философов как Р. Генон, А. Дугин. В этнографии ритуалы и обряды посвящения стали предметом изучения представителей анимистической школы Дж. Фрезера, Р. Смита, Э.С. Хартланда, Э. Кроулдей, А.Б. Кук, Э. Харисон, Ф.Б. Джевонс; в эволюционной интерпретации первобытной мифологии Э. Тайлора, в прагматической теории магии и религии Б. Малиновского. В истории религии темы инициации и посвящения представлены концепциями мифа о «вечном возвращении» М. Элиаде. Изучению мифов и особенностей мифологического мышления посвящены работы К. Леви-Стросса, Л. Леви-Брюля.

Инициация как переход индивида из одного статуса в другой, в частности, интеграция с некоторым замкнутым кругом лиц, а так же ритуалы и обряды, оформляющие этот переход, рассмотрена в работах по структуре «обрядов перехода» А. Ван Геннепа, теории ритуала В. Тернера, обряда как театрализованного представления сути культуры К. Гирца.

Анализ ритуалов архаических инициаций, как своеобразных «исторических корней сказки» и мифа представлен в работах В.Проппа.

Изучению психологических аспектов инициации в современном обществе посвящены работы Р.П. Ефимкиной, В.В. Зеленского, М.В. Осориной, В.С. Мухиной, Ф.А. Сидоришина, А.В.Соболевой и др.

5. Анализируя появление, воздействие на психику и магический смысл ритуального смеха, С.К.Лашенко в своей книге «Заклятие смехом: опыт истолковывания языческих ритуальных традиций восточных славян» [25] пишет о том, что ритуальный смех был порождением хаоса, агрессии и насилия и сам в свою очередь порождал их. Исследователь отмечает, что для людей архаики смех был прежде всего «средством зла», способным привести

к благому, но прежде заставлявшем человека дойти до опаснейшей грани, за которой оставалось лишь полное разложение человеческого естества» (с. 104). Таковы, по мнению автора, сущность и функции смеха в погребальном и свадебном обрядах, а также обрядах купальского цикла. Заметим, однако, что общим для всех этих обрядов является не только особый ритуальный смех, но и устремленность человеческого коллектива дойти до определенной границы, выйти на грань, за которой «полное разложение человеческого естества». Создается впечатление, что моделирование таких кардинальных границ разными средствами и по разному поводу было, если не самой главной, то существенной доминантой человеческих коллективов. Объединенные совместными ритуальными действиями члены человеческого коллектива достигали пограничных эмоциональных состояний, за гранью которых легко угадываются хаос, дикость, смерть, чужое. Нужно было выйти на эту границу всем коллективом для того, чтобы удержавшись на ней не только подтвердить ее, но и утвердить космос, культуру, жизнь, свой человеческий мир. Мы полагаем, что одна из функций такого коллективного пребывания в пограничных состояниях заключалась в тестировании коллективом себя и каждого своего члена на способность удерживать себя в рамках человеческого поведения и реагирования.

6. Широко употребляемое при анализе различных гуманитарных проблем понятие *общечеловеческие ценности* нуждается, на наш взгляд, в некоторых уточнениях. В самом деле, как соотнести ценности индивидуальной самореализации, где личный успех, статус, достижения имеют важное значение, и ценности патриархально-родовых сообществ, где решающее значение имеет не индивид, а род, клан. Анализ контекста, в котором обычно употребляется понятие *общечеловеческие ценности*, показывает, что речь идет в основном о ценностях христианско-европейского мира и даже еще более узко – ценностях золотого миллиарда.

Мы полагаем, что «интенсивное сосредоточение» на общечеловеческих символах, то есть символах, встречающихся в различных культурах, разделенных пространством и временем, позволяет актуализировать содержание психики на том уровне, который К.Г.Юнг называл коллективным бессознательным. Будучи актуализированным в сознании индивида посредством интенсивного сосредоточения на общечеловеческих символах, содержание коллективного бессознательного похоже действительно способно преобразовываться в личностное.

Терапевтические эффекты переживания общечеловеческих символов, о которых сообщает К.Дюркхайм, не вызывают у нас сомнений. Однако, мы сомневаемся, что речь идет именно об общечеловеческих ценностях. То, что происходит с человеком в результате такого переживания, на наш взгляд, правильнее было бы назвать *активизацией интеграции*.

7. За оградой кладбища хоронили не только самоубийц, но и утопленников. Вне кладбища было принято хоронить жертв убийств.

«Православное христианство считает самоубийство одним из тяжелейших грехов по той причине, что человек совершает двойной грех — убийства и отчаяния, в которых уже нельзя покаяться. Совершившие самоубийство лишаются отпевания перед погребением. Единственным исключением являются сумасшедшие, покончившие с жизнью в состоянии помутнения рассудка. Самоубийцу отпевают лишь в том случае, если священнослужитель признает покойного безумным, что чаще всего выражается в предъявлении родственниками самоубийцы соответствующей медицинской справки. Ранее самоубийц хоронили вне кладбища. Подобная практика сохранялась до 1950-х годов, а местами встречается и сегодня, в форме запрета на захоронение на церковном кладбище. Хотя в Библии самоубийство никак не комментируется, считается, что в загробной жизни самоубийцы обречены на вечные мучения в аду» (по данным ru.wikipedia)

8. Психологические аспекты проблемы времени изучаются в рамках философских и психологических исследований.

Гераклит предлагает игровой образ времени. Время у него – «дитя, играющее камешками». Иными словами, время порождает неопределенность будущего.

Представленность в настоящем прошлого и будущего основывается в работах Ф.Ницше («от будущего веет незаметно ветер), Э.Гуссерля (момент «теперь» удерживает в себе все предыдущие и последующие ступени развития).

Идея вечного присутствия как соединения в настоящем прошлого будущего обосновывается С.Кьеркегором и М.Хайдеггером. П.Валери говорил о настоящем как о сосуществовании и взаимности. Отметим, что когда возможность сосуществования и взаимности с Другим у человека в той или иной степени затруднена, ему также трудно находиться в «здесь и сейчас», то есть сохранять хороший контакт с местом и временем своего присутствия. М.Мерло-Понти также отмечает, что «жизненное настоящее содержит в себе, в своей толщине прошлое и будущее». По словам А.Бергсона «непрерывно действующее прошлое без конца набухает абсолютно новым настоящим». Таким образом, в философии неоднократно высказывалась и обосновывалась мысль о нелинейности времени, в частности психологического времени.

Психологические исследования посвящены восприятию времени и психологическому времени личности. Исследуя стратегии жизни и построение жизненного пути личности, А.К. Абульханова-Славская напрямую увязывает их с желанием и необходимостью соответствовать социальному времени, которое указывает человеку, в какой период он должен уложиться, чтобы социально не отстать, «успеть». Изучая психологическое время личности, Е.И. Головаха и А.А. Кроник отмечают, что оно определяется образом жизни человека. Указывается также связь психологического времени личности с субъективным переживанием

авторства происходящего: время, навязанное человеку, никогда не воспринимается им как «свое»; оно воспринимается скорее как потерянное.

9. Г. Бейтсон считает, что периодическое попадание ребенка в подобные ситуации ведет к формированию у него симптомов шизофрении. В результате исследований Г. Бейтсон и его коллеги сформулировали четкую структуру ситуации двойного зажима (ДЗ-ситуации). Она включает в себя следующие составляющие.

1. *Двое или более участников.* Участник, к которому обращено противоречивое сообщение, называется «жертва». Авторы ДЗ-ситуаций должны быть для «жертвы» значимыми людьми, мнением и отношением которых она дорожит или от которых напрямую зависит ее социальное положение и личное благополучие.

2. *Повторяющийся опыт.* ДЗ-ситуация является в жизненном опыте не единственной и периодически воспроизводится.

3. *Первичное негативное предписание* - запрет на какое-либо действие, в большей или меньшей мере имеющий насущную экзистенциальную значимость для «жертвы»; или требование столь же радикального характера. Обычно и запрет, и требование подкреплены угрозой более или менее редуцированно выраженной.

4. *Вторичное предписание, которое противоречит первому.* Если первичное предписание вербально, то вторичное носит по большей части невербальный характер. Оно передается посредством мимики, жеста, ситуативного контекста и средств выражения, стоящих на границе вербального и невербального: подчеркнутая интонация, значимое молчание, иронический или сардонический смех и т.д. Вторичное предписание может противоречить как первичному предписанию в целом, так и любому его смысловому элементу в отдельности.

5. *Третичное негативное предписание,* может быть как вербальным, так и невербальным. Независимо от того, воспроизводится оно сознательно

или бессознательно (чаще, конечно, неосознанно, потому что его автор лишь в исключительных редких случаях является сознательным «палачом» «жертвы»), его задача заключается в том, чтобы фиксировать «жертву», попавшую в психологический тупик, в пространстве взаимодействия, не дать ей бежать.

б. *Систематическое попадание* в ДЗ-ситуацию и пребывание в связанных с нею психологических тупиках устойчиво фиксируют в психике жертвы стереотип восприятия действительности сквозь призму двусмысленности. После этого практически любой элемент ДЗ-ситуации может вызвать у «жертвы» панику, оцепенение, гнев или истерику.

10. Третий из возможных вариантов выхода «жертвы» из тупика ДЗ-ситуации – это смех. Получив два, взаимоисключающих коммуникативных послания, прояснить которые «жертва» не может в силу существующей угрозы наказания, она может рассмеяться. Смеясь, «жертва» находит выход, оставаясь в пределах ситуации двойного зажима. Смех «жертвы» в ДЗ-ситуации имеет двойственную направленность. С одной стороны, он адресован «палачу». Своим смехом «жертва» разрушает власть «палача» над собой, поскольку адресует ему не менее двойственное и двусмысленное послание. С другой стороны, смех «жертвы» обращен к ней самой и даже на нее направлен: он маркирует то положение, в котором она находится не как безвыходное, но и не как имеющее выход. Положение остается неразрешимым, но с него снимается ощущение тупика, трагичности и безумия. Смех утверждает возможность пребывания и адекватного функционирования «жертвы» в условиях неопределенности, знаменует собой сохранность личностной целостности и придает поведению «жертвы» элемент активности и героики. Спонтанно ворвавшийся в пространство взаимодействия «палача» и «жертвы» смех, преобразует ситуацию, хотя бы одномоментно, в совершенно иную, давая всем участникам ситуации шанс если не на выход из нее, то на разрядку [1]. Отметим одно важное, на наш



взгляд, обстоятельство. Спонтанный смех «жертвы» потенциально открывает для «палача» возможность осознания своей собственной позиции в системе отношений с «жертвой»: не ведающий, что творит «палач» может осознать свои действия и отказаться от них. Его собственный смех в ответ на смех «жертвы» был бы лучшим маркером такого события (Роль и место смеха в антропогенезе и культуре подробно анализируются в работе С.З.Агранович и С.В.Березина [1]).

11. Категория «граница» используется в немецкой классической философии для обозначения внутренней характеристики сознания, соотносящей «Я» и реальность. И.Г.Фихте говорит о границе как о первопричине деятельности «Я», которое само «полагает» границу. Г. Гегель видит в границе «общность всякого нечего со своим иным», указывая тем самым на то, что граница не только разделяет, но и соединяет. Медиативная функция границы раскрывается Г.Гегелем в таких ее значениях как предел, переход, связь.

В экзистенциально-феноменологической философии (Ж.-П.Сартр, М.Хайдеггер) понятие «граница» используется в анализе природы трансценденции, выхода человека за пределы себя.

В русской философской школе представления о границе активно использовал М.М.Бахтин, согласно воззрениям которого развитие Я, переживание этого процесса и его сущность определяются не тем, что происходит внутри, а тем, что происходит на границе, «на пороге» своего и чужого сознания.

Особая роль феномена «граница» отводится в генезисе пространственных концептов в славянских языках и культурах в междисциплинарном (мифолингвистика) исследовании С.З.Агранович и Е.Е.Стефанского.

Большое значение отводится границе в гуманистической психологии и психотерапии. К.Роджерс понимал границу как предел, стимулирующий

личность к изменениям, и снимаемый в процессе развития личности. В работах В.Франкла граница предстает как внешнее ограничение поведения, преодоление которой возможно посредством обнаружения смысла. Переживание границы как ограничения осмысливается В.Франклом как условие открытия человеком высших ценностей своей жизни. В гештальт-терапии активно используется понятие «граница контакта» как места двухстороннего опыта «организм – среда» (Ф.Перлз и др.).

Идея «границы» как движущего начала развития и существования человека представлена в неявном виде в концепции субъекта психической деятельности (К.А.Абульханова-Славская), в концепции индивидуальности (А.Г.Асмолов), концепции «инверсионных действий» (В.Т.Кудрявцев), концепции «полагающей рефлексии» (В.И.Слободчиков и др.).

Побуждающий потенциал границы раскрывается в феноменах «бескорыстного риска» (В.А.Петровский), «презумпции существования решения» (В.А.Петровский, Я.И.Шарага), в эффекте стимуляции активности детей посредством регламентации (В.К.Калиненко). Граница как мотив стала предметом теоретико-экспериментального исследования в работе М.А.Ишковой.

## Заключение

Мы рассмотрели и проанализировали в этой работе далеко не все вопросы, которые следовало бы рассмотреть. Но в какой-то момент нужно остановиться. Остановиться можно тогда, когда основной круг идей уже очерчен и дальнейшее их рассмотрение означало бы уже другой уровень анализа. Остановиться можно и тогда, когда уже есть основания для того, чтобы подвести некоторые итоги. У нас, как кажется, есть и та, и другая возможность.

Мы пытались показать, что сосредоточенная центрация человека на некоторых ландшафтных объектах вызывает вполне определенные эмоциональные отклики. К таким объектам относятся элементы естественного ландшафта, встречающиеся в мифах, сказках, использовавшиеся при совершении разнообразных ритуалов. Помещая эти объекты в фокус своего сознания, сосредотачиваясь на них, человек может почувствовать эмоциональные отклики, рефлексия которых способна открыть ему доступ к осознанию фундаментальных оснований человеческого бытия. На наш взгляд, это объясняется структурным сходством (если не тождеством!) глубинных кодов культуры и человеческого сознания. Ландшафт и его компоненты были той исходной природной данностью, которая в процессе возникновения и развития человеческого сознания семантизировалась и мифологизировалась. «Обрастая» смыслами, ландшафтные объекты обретали свое бытование в культуре, а, значит, и свое бытие в культурно обусловленном сознании человека. Воспринимая ландшафт и его элементы, человек проецирует на него свою субъективность. Однако, очевидно, что содержание проекции если не полностью, то хотя бы отчасти, определяется воспринимаемым ландшафтным объектом. Вернее, теми культурными смыслами, которые с ним сцеплены. Именно это позволяет нам называть такие ландшафтные объекты смыслопорождающими. Чем выше напряжение контакта с ними, тем выше вероятность

возникновения у человека особых психических феноменов, которые обеспечивают психотерапевтические эффекты – люди меняются. Важнейшим условием таких изменений является рефлексия разнообразных границ, отношения к ним, и тех состояний, которые при этом возникают. Рефлексия границ, отношения к ним, состояний, возникающих на границе или в контакте с ландшафтными объектами задают человеку особую позицию по отношению к природе, культуре, обществу, к самому себе. Оказавшись в этой позиции, человек становится путешественником.

Мы полагаем, что пребывание человека на границе, если она для него непрозрачна, есть ни что иное, как пребывание в условиях неопределенности. Осмысленная неопределенность чревата свободным и ответственным действием. Совершающий такое действие не только снимает для себя тревогу неопределенности, но и подвигает себя за пределы границы. Расширяя за счет своих собственных усилий пространство возможного, человек становится подлинным автором своей жизни. Однако важно и другое. Границы не только разделяют, но и соединяют, и определяют отношения сущностей. В этом смысле вполне можно говорить о медиативной функции границы. Мы заметили, что пространственные границы – река, горный хребет, дорога, опушка леса и др. – разделяя части ландшафта, при условии рефлексии границы, соединяют полюса ментальных бинарных оппозиций, «сцепленных» с этими частями ландшафта. Стоя в устье пещеры, человек оказывается не только на границе света и тьмы, земного и подземного мира, но и на границе между космосом и хаосом, между жизнью и смертью. И если физическая граница разделяет свет дня и мрак пещеры, то сосредоточение на возникающих здесь переживаниях и рефлексия этих переживаний вмещают в сознание человека культурную/ментальную бинарную оппозицию целиком. При этом нередко человек испытывает особое переживание – переживание единства неслиянного. Бинарные оппозиции при этом не исчезают, они начинают переживаться и осмысливаться синергично. Так, в сознании человека восстанавливается целостность мира, так ему открывается не только

смысл жизни, но и смысл смерти, так стремясь к близости, человек обнаруживает неизбежность одиночества.

Победа Эдипа над сфинксом ознаменовала собой победу профанного над сакральным, мирского над священным. Победа эта, как нам кажется, обернулась в конце концов торжеством общества массового потребления, все больше и больше вытесняющего на периферию жизни не только духовность, но и душевность. В современном мире психотерапия перестает быть только лишь сферой медицинской или социальной практики, она постепенно становится культуральным явлением, оппозиционным прагматизму и коммерциализации общества массового потребления.