

Эстетическое измерение аналитической работы: формообразование переживания в аналитическом процессе.

*Что-то происходит в пространстве
между словами и смысл рождается в
паузе.*

Аналитический процесс обычно описывают как работу с бессознательным, работу с символами, архетипами и сновидениями для интеграции скрытых частей личности, квинтэссенцией которой является индивидуация. Но также в аналитической работе присутствует ещё одно измерение – эстетическое.

Идея этой статьи в том чтоб посмотреть на эстетическое измерение аналитической работы.

Вопрос об эстетическом измерении аналитической работы возможно не имеет четкого очертания или конечного ответа, потому что он скорее связывает аналитическую психологию и философию. При таком положении вещей выстраивается путь размышлений о фундаментальной связи между эстетическим переживанием и аналитическим процессом.

Размышляя о пересечении, переплетении аналитической психологии и эстетики можно увидеть прекрасное в юнгианском и юнгианское в красоте. Красота обладает сильным психологическим воздействием на человека. Эстетическое восприятие активизирует эмоциональные и когнитивные процессы, вызывая чувство удовольствия и внутреннего вознаграждения.* (Social and Affective Neuroscience of Everyday Human Interaction: From Theory to Methodology. Leder, H., Belke, B., Oeberst, A., & Augustin, D. (2004).

A model of aesthetic appreciation and aesthetic judgments. British Journal of Psychology.). Она вызывает чувства, сопровождается энергией, обитает в снах, скрашивает брэнность жизни и дает отвлечение от серой рутинности жизни. Она влечет, успокаивает, придает смыслы, определяет движение жизни. Созерцание красоты наполняет переживаниями, чувствами, ощущениями, формирует мысли, наполняет либидо. Давно известно, что красота природы

способна снизить болевые ощущения, повысить настроение, облегчить психоэмоциональное состояние.

В диалоге *Symposium* Платона красота связана с идеей гармонии и порядка. *“Красота возникает тогда, когда части соединены в правильную пропорцию и согласие. Красота связывается с восхождением от телесной красоты к красоте формы и порядка”*. (Plato. *Symposium*. с. 385–370; 210a–211b (Diotima’s Ladder of Beauty)).

При наблюдении или попытке описать встречу между аналитиком и клиентом может возникнуть определенная трудность. Аналитический процесс включает множество тонких переживаний, которые не всегда легко передать словами.

Когда аналитический процесс облачается в слова, он как будто теряет часть полноты происходящего в кабинете.

Слова фиксируют содержание сказанного, но часто не способны передать атмосферу встречи, ритм разговора, паузы, эмоциональное напряжение и тонкие изменения переживания.

Аналитическая встреча включает не только рассказ пациента, но и множество невербальных элементов: тембр голоса, длительность пауз, изменения интонации, возникающие образы и эмоциональное поле между участниками.

Именно поэтому для описания аналитического процесса иногда требуется иной язык — язык формы, атмосферы и переживания, который ближе к эстетическому восприятию.

Немного легче с материалом, который приносит пациент, в виде сновидений, своих переживаний, активного воображения или рисунка? Вот то на чем обычно фокусирует внимание аналитик, вот что можно “взять в руки и работать”. Аналитик видит перед собой пациента, слушает его историю, видит приносимый психический материал.

Но что видит пациент, куда он попадает? И всегда ли аналитик улавливает свою интонацию, предлагаемую пациенту атмосферу, которая создается в нашем присутствии. Замечаем ли мы тембр голоса, ритм сессии, ощущения, которые мы можем вызывать у пациента? Мы можем, конечно, думать сразу о переносе/контрпереносе. Но если не торопиться и посмотреть на то,

что мы создаем в кабинете, что лежит в основе формы отношений, которые мы предлагаем человеку приходящему в кабинет?

Введение понятия эстетики

По мнению Аристотеля “все люди от природы стремятся к знанию. Доказательства тому – влечение к чувственным восприятиям”. В результате которых появляется опыт. Аристотель считал, что опыт появляется у людей благодаря памяти, а именно многие воспоминания об одном и том же предмете приобретают значение одного опыта. А опыт в свою очередь кажется почти одинаковым с наукой и искусством. А наука и искусство возникают у людей через опыт. Ибо опыт создал искусство, а неопытность случай. Опыт есть знание единичного, а искусство – знание общего, всякое действие и всякое изготовление относится к единичному. В самом деле, имеющие опыт знают “что”, но не знают “почему”; владеющие же искусством знают “почему”, т.е. знают причину.

Со времен античности, когда Платон и Аристотель при которых красота считалась объективной характеристикой, связанной с гармонией, мерой, и истиной, а искусство понималось как “мимесис” (или мимесис, от греч. *mímēsis* — подражание, воспроизведение) — основополагающий принцип эстетики, означающий подражание искусства действительности.

В Средневековье красота ассоциировалась с Богом, свет и пропорции считались признаками божественного. В эпоху Возрождения фокус был направлен на человека, реализм, гармонию форм.

Просвещение (XVIII век): Александр Баумгартен ввел термин «эстетика», определив ее как самостоятельную науку о «чувственном познании» (*cognitio sensitiva*). Происходя от греческого *aisthētikos* («чувственно воспринимаемый»), эта дисциплина была задумана как «низшая» теория познания, дополняющая логику (науку о разумном познании) и изучающая совершенство чувственного восприятия и искусства.

Основные аспекты эстетики Баумгартена: - Чувственное познание: В отличие от рационального, оно охватывает восприятие мира через ощущения, воображение и чувства.

- Наука о прекрасном: Баумгартен выделил эстетику из философии, чтобы систематизировать теорию искусства, поэзии и

красоты, полагая, что красота есть совершенство чувственного познания.

- Автономия: Он настаивал на том, что эстетическое восприятие обладает собственной логикой и ценностью, не сводимой к логическим или этическим понятиям.

Иммануил Кант в своей «Критике суждения» (1790) развивает теорию эстетического суждения, понимая его как способность воспринимать форму через чувство, а не через понятие. Подобным образом и в аналитической работе восприятие аналитика нередко опирается не только на рациональное понимание содержания, но и на чувствительное улавливание формы переживания, атмосферы и внутреннего ритма происходящего.

Переход к аналитической работе

Принято считать что Эстетика в юнгианском подходе обнаруживается прежде всего в клиническом материале пациента – в сновидениях, в образах активного воображения, символах, фантазиях возникающих в процессе анализа. Эти проявления бессознательного часто обладают яркой образностью и внутренней выразительностью, что придает им эстетический характер.

Однако эстетическое измерение аналитической работы не ограничивается лишь материалом, который приносит пациент. Оно присутствует и в позиции самого аналитика, в способе его присутствия и восприятия аналитической ситуации. Речь идёт не только о содержании переживаний, но и о форме, в которой они проявляются и становятся доступными для понимания.

Эстетика, открытая для научного дискурса Александром Баумгартеном, изначально была наукой о чувственной форме опыта, а не просто наукой о прекрасном. Чувственная форма опыта направляет внимание не на содержание переживания, а на то, каким образом опыт предстает сознанию и становится доступной пониманию..

Как писал К.Г. Юнг: *«Аналитик не должен стремиться сразу упорядочить хаос психики; он должен научиться быть с ним и позволять символам возникать в собственном темпе».* (Карл Густав

Юнг, *Psychological Aspects of the Persona*). Аналитик должен уметь оставаться рядом с возникающими образами и переживаниями, позволяя им постепенно приобретать форму. Оставаясь терпеливыми и давая время рождению чего-то нового, аналитик способствует формированию терапевтической формы. Такая позиция предполагает особую чувствительность к процессу становления символа и к динамике переживания.

Это ли не отражает творческий процесс в аналитической работе. Стиль присутствия аналитика проявляется во многом: в тишине между словами, образности и внутренней связности, ритме сессии, молчании, паузах, речи. Выдерживание напряжения, удерживание внутренней стабильности, удерживание внутри динамики работы, материал пациента, форма отклика аналитика, формирования фраз. Как говорил Джеймс Бюджентал: (James Bugental): "The great bulk of my attention during the hour is directed to the processes of the client's activity rather than to the content." "Основная часть моего внимания в течение сессии направлена не на содержание сказанного, а на процессы активности клиента." (*Bugental, J. F. T. (1978). Psychotherapy and Process: The Fundamentals of an Existential-Humanistic Approach. Reading, MA: Addison-Wesley*).

Или другими словами подлинная встреча и терапевтический смысл возникают не столько из произнесенных слов, сколько в пространстве, тишине и паузах между ними. Создание формы, определение стиля взаимодействия, атмосферы, колорита, ауры, среды – одним словом эстетику проявления аналитика. Именно в этом процессе аналитическая работа начинает обнаруживать черты, близкие эстетическому опыту.

При размышлениях об эстетической стороне работы аналитика невольно первыми приходят на ум Марио Якоби с его поэтической формой изложения своего видения в тексте, что дает возможность наслаждаться эстетикой в восприятии материала, и имеет более глубокую форму проникновения в сознание. "Empathy means entering the inner world of the other and feeling it from within." («Эмпатия означает вхождение во внутренний мир другого и переживание его изнутри.») *Jacoby, M. (1984). The Analytic Encounter, p. 34.*

Далее привожу в пример вступление книги М. Якоби "Стыд и истоки самоуважения":

“Ни кто иной, как Жорж Сименон, создатель знаменитого сыщика Мегре, дал мне точку опоры, когда я собирался разделить с другими свою борьбу с «теневой» темой стыда. Понимание пришло, когда я прочел следующее: Каждый имеет теневую сторону, которой он более или менее стыдится. Но когда я вижу кого-то похожего на меня, имеющего те же симптомы, тот же стыд, и ту же внутреннюю борьбу, то говорю себе, что я не одинок, я не чудовище.

Так Сименон, тонкий психолог и непревзойденный автор неопределенности, помог мне увидеть, что книга о стыде могла бы стать даже чем-то вроде «психотерапии» — не только для автора, как это обычно происходит, но, возможно, и для читателей.”

М.Якоби показывает насколько близко искусство и юнгианство. Как поэтическая форма может влиять на читателя и на автора, в процессе чего, художественное произведение занимает позицию своеобразного посредника между индивидуальной психикой и коллективным человеческим опытом. Встреча с искусством становится пространством, где внутренние конфликты, эмоции и теневая сторона личности получают символическую форму и могут быть пережиты в безопасном и осмысленном виде. В этом смысле эстетический опыт и юнгианская психология сходятся в понимании искусства как особого языка души, через который скрытые аспекты психики получают возможность быть увиденными и признанными. Эстетическое влияние искусства в этом смысле становится не просто эмоциональным впечатлением, а особой формой психологического отклика.

Для аналитической работы эстетическое переживание, которое в искусстве называют встречей с “истиной”, является мостом между сознательным и бессознательным. Юнг считал, что бессознательное выразится через сны, символы, образы, а их восприятие часто эстетично по своей форме.

- Символ как эстетический объект: Символ не только передаёт смысл, но и вызывает эмоциональное, почти художественное переживание.
- Эстетическая форма помогает осознавать внутренние процессы, делая их доступными для анализа и интеграции.

“Красная книга” К.Юнга где он фиксировал свои внутренние переживания, сновидения, видения и диалоги с бессознательным. Как известно –это необычная книга, это своего рода художественно-психологический документ. Текст, каллиграфия, рисунки – эстетика во всем. Она проявляется на

разных уровнях:

- Визуально. Книга наполнена художественными работами. Сочетание цветов и форм создает эмоциональный отклик усиливая впечатление от символов.
- Текст написан каллиграфическим шрифтом, с художественными оборотами. Это превращает записи внутренних переживаний в поэтический и мистический опыт, над которым мы не только думаем но и чувствуем его.
- Символический уровень. Образ, цвет, форма несет архетипический смысл. Эстетическая форма помогает почувствовать символ.
- Чувствительное восприятие. Эстетическая красота или гармония иллюстраций усиливает контакт с бессознательным, делает переживание глубже, что в свою очередь помогает интеграции внутренних процессов.

Можно предположить, что люди с ведущей чувствующей, функцией будут более открыты к пониманию ценности эстетической составляющей в работе, возможно стоит быть более аккуратными со столь упрощенными предположениями. Как писал Keskin *"Baumgarten treats aesthetics as the perfection of sensible cognition"*. ("Эстетика у Баумгартена — это совершенство чувственного познания.") Keskin, G. (2018). *Aesthetics and Logic in Baumgarten's Philosophy*.

«Эстетика — это искусство прекрасно мыслить... аналог разума... наука чувственного познания.» Baumgarten, A. G. (1750). *Aesthetica*, §1.

Baumgarten не противопоставляет эстетику мышлению, а скорее показывает свое понимание эстетики как особой формы восприятия — «логика чувственного», или *analogon rationis*. Это показывает нам, что эстетическое восприятие отличается собственной внутренней связностью, порядком и формой, то есть своей логикой, которая возможно отличается от привычного хода мыслей. Но не нам ли привычно видеть разницу в привычном ходе мысли сознания и бессознательного. Сложно отрицать что у бессознательного присутствует своя логика и мышление отличное от логики мышления у сознательной части психики.

Обращаясь к на мой взгляд уникальному выражению Майкла Фордхэма (Michael Fordham) "Аналитик должен научиться мыслить

свои чувства и чувствовать свои мысли.” (“The analyst must learn to think his feelings and to feel his thoughts.”) (Fordham, M. (1974). *Analytical Psychology: A Modern Science*. London: Heinemann.) что выражает единство чувственного и мыслительного восприятия, что очень близко к идеи Баумгартена.

Это может давать нам понимание многоуровневости, многослойности работы аналитика. Эстетическое переживание по своей природе синестетично: оно возникает не в одном чувственном канале, а в их пересечении, где зрительное, звуковое, телесное и аффективное соединяются в единый образ. Как аналог многослойной техники работы художников. Привлекательность, эстетика в технике работы Рембрандта в том, что работа появляется постепенно, она рождается через использование различных техник. Работая с тонкими прозрачными слоями краски, светом и тенью, глубиной, мягкими переходами, толстыми, рельефными мазками возникает цельный образ. В низ можно видеть смысл, который проступает через слои работы. Не трудно найти схожесть, Скрупулезность, многогранность работы художников может напоминать работу аналитика, длительный процесс вложения, послойность, многогранность аналитической работы. Как художник работает со слоями краски, так аналитик работает со слоями психики. И эстетика не как результат длительной работы, а как процесс проявления формы через многослойность, многогранность работы аналитика.

Гегель считал, что музыка из всех видов искусств является наиболее непосредственно проявляет внутреннюю субъективность и чувства. Перефразируя можно сказать, что музыка раскрывает внутренний мир чувств. И музыка является наиболее чистым проявлением субъективности. Музыка выражает внутреннюю субъективность чувства и делает слышимым то, что иначе остается скрытым во внутренней жизни души. Видение Гегеля связывает, перекликается с тем как юнгианские аналитики описывают работу с бессознательным и с аналогией цели юнгианского анализа, квинтэссенцией которого считается процесс индивидуации. (нем. *Vorlesungen über die Ästhetik*, 1830-е гг.) из лекций по эстетике Georg Wilhelm Friedrich Hegel.

Эстетическое восприятие аналитика

Аналитическая работа предполагает особую форму восприятия. Аналитик воспринимает не только слова и смысл рассказа, но и тонкие изменения в атмосфере аналитической встречи: ритм речи, паузы, эмоциональные колебания, возникающие образы и внутреннее напряжение между участниками диалога. Такое восприятие можно рассматривать как особую форму эстетической чувствительности, направленной на улавливание формы переживания.

Такое восприятие носит синестетический характер: различные чувственные модальности — слуховые, телесные, аффективные и образные — соединяются в единое переживание момента. В этом смысле аналитическое восприятие оказывается близким эстетическому восприятию, которое также направлено на улавливание формы, ритма и внутренней организации опыта.

В части атмосферно-пространственного восприятия аналитик может описывать сжатие или пустоту во время сессии или же давление или тяжесть. Все это является эстетическим качеством восприятия и переживания. Марио Якоби говорил: "The analyst must be able to perceive the emotional atmosphere of the analytic situation." (The Analytic Encounter 1984), что говорит о эстетической стороне восприятия аналитика.

Переживание без формы

Начало аналитической работы переживания пациента часто выглядят достаточно бесформенным, материал пациента может быть смутным, непонятным, фрагментарным, трудно различимыми. История пациента может проявляться в виде отдельных воспоминаний, образов или аффектов, которые ещё не соединены в целостную структуру, связную историю. В такой ситуации задача аналитической работы состоит не столько в немедленном объяснении происходящего, сколько в создании условий, при которых переживание постепенно может обрести форму.

Шаг за шагом история пациента структурируется, соединяется. Выстраиваются внутренние связи, формируется переживание, удерживается ритм работы, вырисовывается путь. Образы становятся более ясными, а символы начинают выражать ранее неоформленные аспекты внутреннего опыта. К.Г. Юнг писал: "The symbol is the best possible expression for something

unknown.” (Psychological Types 1921, CW 6, §814), символ — это форма, в которой неоформленное переживание становится доступным.

Момент узнавания

Когда форма в работе уже присутствует мы приходим к важному моменту к моменту связи, узнавания. И у аналитика появляется переживание контакта, понимания пациента, появляется “точное слово” или образ и пациент может сказать: “да, вы так точно это описали” или “да это именно то что я имел виду”.

Этот момент обладает характерными чертами эстетического опыта. John Dewey предложил рассматривать эстетический опыт как особую форму целостного человеческого опыта. Подчеркивая в своей работе *Art as Experience* (1934) Дьюи, говорит, что эстетический опыт возникает когда различные элементы переживания – ощущения, чувства, смысл и восприятие сводятся в единое, завершенное целое. В таком случае опыт приобретает связность, форму и интенсивность благодаря чему человек переживает его как важное, завершенное, наполненное событие. Именно целостность указывает на эстетический опыт, который отличается от фрагментарности, незавершенности, размытости, отсутствия полноты. В эстетическом опыте есть ощущение формы, различные элементы собраны, они образуют структуру, которая дает возможность увидеть целое в моменте.

Взглянув на аналитическую работу под призмой эстетического опыта, можно увидеть что определенные моменты аналитической работы обладают схожим характером. Когда состояние, переживание пациента ранее смутное, непонятное находит “точное” выражение через слово, образ, метафору, то появляется момент “узнавания”. В этот момент внутренний опыт приобретает форму и переживается как целостный. И мы можем размышлять о том что в работе между аналитиком и пациентом иногда появляется особый опыт переживаний близкий к эстетическому опыту: психический материал организуется в форму и становится доступным для встречи и переживания.

Этот момент в анализе отличается эстетичностью благодаря целостности, доступности для восприятия и переживания.

Аналитик соучаствует в формировании переживания.

Через внимание, интонацию, выбор слов и способность выдерживать неопределённость, напряжение аналитик участвует в формировании того пространства, в котором переживание пациента может быть выражено и узнано. Именно в этом совместном поле постепенно возникает форма переживания: оно начинает структурироваться, приобретать образность и внутреннюю связность. Марио Якоби говорит о важности открытости и чувствительности аналитика. "The analyst's task is to remain open to the subtle emotional nuances of the analytic field." Jacoby, M. (1984). *The Analytic Encounter*. Toronto: Inner City Books. Аналитическая работа требует особой чувствительности к форме переживания. Аналитик улавливает ритм речи, изменения аффекта, появления образов, метафор, тонких элементов возникающих в пространстве между аналитиком и пациентом, из которых постепенно складывается структура внутреннего опыта.

В таком понимании аналитическое восприятие обладает чертами эстетического восприятия. Оно сфокусировано на создании и распознавании формы, в которой переживание становится живым и узнаваемым.

Параллель между аналитической работой и художественным процессом становится особенно наглядной, если обратиться к музыкальному искусству. Музыкальное произведение, и в особенности сонатная форма, представляет собой процесс постепенного развёртывания темы, её напряжения, трансформации и последующего возвращения в новом качестве. Подобная динамика может служить метафорой для понимания аналитического процесса, в котором переживание также проходит путь от первоначальной неясности к более оформленной и осмысленной структуре.

В классическом сонатном цикле музыкальное развитие начинается с экспозиции, где представлены основные темы. Они ещё не раскрыты полностью, но уже содержат в себе потенциал дальнейшего движения. Аналогичным образом и в начале аналитической работы переживания пациента часто появляются в виде фрагментов — отдельных воспоминаний, образов или аффектов. Эти элементы могут казаться разрозненными, однако уже содержат в себе внутреннее напряжение и возможность дальнейшего развёртывания.

Следующая часть сонатной формы — разработка — связана с преобразованием и углублением музыкального материала. Темы вступают в новые отношения, подвергаются вариациям, изменяют свою интонацию и характер. Подобным образом в аналитическом процессе переживания начинают постепенно раскрываться, связываться между собой, обретать новые оттенки и смыслы. Здесь возникает пространство напряжения, где различные аспекты внутреннего опыта могут сосуществовать и взаимодействовать, не требуя немедленного разрешения.

Реприза, в которой основные темы возвращаются, но уже в изменённом и более целостном виде, напоминает те моменты аналитической работы, когда переживание пациента становится узнаваемым и осмысленным. То, что ранее проявлялось фрагментарно и смутно, теперь может быть пережито как часть более широкой внутренней структуры. Возвращение темы в музыке создаёт ощущение завершенности и внутренней гармонии; подобное ощущение может возникать и в аналитическом процессе, когда переживание находит свою форму и становится доступным для осознания.

Таким образом, аналитическую работу можно рассматривать как своеобразное формообразование, в котором внутренний опыт постепенно приобретает структуру, ритм и связность. Подобно музыкальному произведению, аналитический процесс не является механическим последовательным объяснением содержания психики. Он представляет собой динамическое развёртывание материала, где смысл и форма возникают в совместном движении переживания, внимания и понимания. В этом ракурсе анализ действительно приобретает черты художественного процесса: внутренний мир человека начинает звучать, словно тема, которая постепенно раскрывается, варьируется и возвращается в новом, более целостном звучании.

Эстетическое измерение аналитической работы не про украшение или исключительность как мы уже упоминали выше. Эстетичность работы аналитика проявляется в бережности отношения с психическим материалом пациента. В тонкости и осторожности, терпеливости. Д.Винникотт говорил: "It is a joy to be hidden and a disaster not to be found." (Winnicott, D. W. (1971). *Playing and Reality*. London: Tavistock Publications, p. 186.). Чувственная сторона аналитической работы способна быть терпеливой, удерживать

напряжение, ждать и при этом сохранять внутреннюю стойкость. Чувственное восприятие дает возможность быть внимательным к символическому материалу и дать возможность последнему быть доступным к осознанию. К.Г. Юнг писал: ““The symbol is alive only as long as it is pregnant with meaning.” (The Archetypes and the Collective Unconscious CW 9/I).

Эстетическое измерение аналитической работы не может существовать как отдельный аспект практики. Однако именно способность воспринимать и формировать переживание делает возможным подлинный аналитический процесс.

В этом смысле аналитическая работа близка к искусству: она позволяет внутреннему опыту человека постепенно обрести форму, звучание и узнаваемость.