

ЗА РУБЕЖОМ

ОНТОПСИХОЛОГИЯ: ОСНОВНЫЕ ИДЕИ, ЦЕЛИ, ПОНЯТИЯ И МЕТОДЫ

А. Б. ОРЛОВ

Онтопсихология — это научная школа в области современной зарубежной психологии и психотерапии. Сам термин «онтопсихология» состоит из трех древнегреческих слов: «онтос» — бытие, «псюхе» — душа и «логос» — разум. Таким образом, онтопсихология — это наука о бытии в психике. Как научная школа онтопсихология была основана в 1970 г. проф. А. Менегетти (Италия), ученым-теоретиком и практиком-психотерапевтом, имеющим ученые степени и дипломы в таких областях, как философия, теология, социология и психология.

В философском плане онтопсихология базируется на концепциях Парменида, Э. Гуссерля и М. Хайдеггера, а в психологическом — представляет собой синтез психоанализа З. Фрейда и А. Адлера, аналитической психологии К. Юнга и гуманистической психологии А. Маслоу, Р. Мэя и К. Роджерса.

Онтопсихология — это научное направление с отчетливой антропоцентрической ориентацией: человек, его подлинное бытие является основным предметом онтопсихологии. Практической целью онтопсихологии является соответствие человека своей внутренней сущности, его аутентичность своему бытию, своей природе. Подобно всем психологическим школам, возникшим на основе клинического опыта, онтопсихологии как таковой предшествовала успешная методика лечения неврозов, психозов и психосоматических расстройств. Теоретические обобщения данной практики позволили А. Менегетти (см. напр., [2], [3]) сформулировать оригинальную концепцию психологической структуры человека, в соответствии с которой психика человека складывается из следующих основных инстанций и процессов:

Ин-се (сущность в себе) — внутреннее позитивное ядро человека, его подлинное бытие, трансцендентное плану существования;

естественные эманации жизни или *неискаженные проекции Ин-се*;

монитор отклонения — психологический механизм, связанный с действием социальных стереотипов и штампов, вмещающихся в живую ткань бытия и искажающих аутентичные эманации Ин-се (согласно другой версии, которую А. Менегетти склонен рассматривать в качестве «внушающей доверие» научной гипотезы, монитор отклонения имеет чуждое человеческой цивилизации, внеземное происхождение (см. напр., [2; 81]);

искаженные проявления жизни, организованные в виде психологических комплексов; *сознательно-логическое «я»* — психологическая инстанция, являющаяся единственной осознанной частью нашей психики и склонная отождествлять себя со всей психикой человека.

Таким образом, с точки зрения онтопсихологии, человек является продуктом собственного бессознательного, в которое погружено большинство его психических структур: «... мы существуем в самих себе и ничего о себе не знаем» [2; 60].

В соответствии с концепцией онтопсихологии, основанной на большой клинической практике, *Ин-се* человека, его внутреннее ядро, положительно. Это ядро включает в себе все для полноценной самореализации человека, в том числе и направление этой самореализации. Чем сильнее человек отклоняется от этого направления, тем интенсивнее, как правило, чувство неудовлетворенности, которое он при этом испытывает. *Ин-се* является универсальной точкой отсчета для определения степени позитивности любого действия человека, критерием его жизнестойкости и оптимальности. С помощью *Ин-се* каждый человек в любой момент времени может выбрать единственно верный вариант самореализации. Способность человека сознательно находить такой выход

из любой ситуации свидетельствует о личной зрелости, о соответствии жизни человека фундаментальным принципам бытия.

Ин-се человека постоянно излучает свои эманации, однако наше сознательно-логическое «я» воспринимает лишь незначительную их часть и, как правило, оно либо игнорирует эти сигналы Ин-се, либо воспринимает их в искаженном виде. Если интенции нашего «я» совпадают с нашими природными стремлениями, то это значит, что мы самореализуемся, что мы живем. Такое совпадение проявляется в нашей эмоциональной жизни в виде переживаний радости, полноты жизни, счастья. К сожалению, культура социальности, развитая современной цивилизацией, не позволяет человеку установить контакт со своим Ин-се. В соответствии с социо-центрированной логикой личность изначально ориентирована исключительно вовне (при этом в себе самом человек, как правило, крайне дезориентирован), так как все ее так называемое благополучие в этом мире определяется степенью адаптированности к социальной системе.

Однако, как утверждают онтопсихологи, если мы идем наперекор нашей природе, мы заболеваем: все соматические и психические отклонения (болезни) являются не прямым результатом действия природы на нас, но своего рода ошибками нашего собственного «я». В подобных случаях мы склонны винить кого угодно (наследственность и/или среду), но не понимаем, что разрушает и убивает нас наше «я», наше собственное сознание.

Подобная ситуация порождает то, что онтопсихологи называют экзистенциальной шизофренией. «Шизофрения» по-древнегречески означает «расщепленный мозг». Экзистенциальная шизофрения возникает в ситуации постоянного противоречия между требованиями бытия и императивами социума, когда личность капитулирует перед социальными требованиями, подчиняясь институтам социализации (школе, семье, социальным группам) или той или иной идеологии (морали, традициям, законам, обычаям) в ущерб своему Ин-се, которое, хотя и является реальной внутренней силой, непосредственно почти не проявляет себя вовне.

Задача онтопсихолога-психотерапевта состоит в том, чтобы сознание человека, его «я» стало максимально адекватно его природе или его Ин-се. Парадоксально, но факт: *когда человек думает или говорит о себе как о «я», он всегда имеет в виду то, что было создано другими, т. е. то, что в*

действительности является «не-я». Как же узнать, что в человеке истинно, а что является результатом чуждых влияний? Онтопсихологи полагают, что обретение аутентичности достигается с помощью психотерапии. Онтопсихолог-психотерапевт обладает различными психотерапевтическими техниками, позволяющими отделять все наносное и привнесенное от того, что в человеке истинно и изначально.

Онтопсихологическая консультация продолжается в среднем один час, в течение которого психотерапевт и клиент сидят в удобном положении лицом друг к другу на расстоянии, позволяющем дотронуться до своего собеседника, если оба протянут руки навстречу друг другу. Такое расстояние и положение идеальны для того, чтобы психотерапевт получил полную возможность воспринимать все аспекты семантического поля клиента. Именно семантическое поле рассказывает об Ин-се.

Семантическое поле — это совокупная информация, идущая от целостного организма и содержащая информационные послания всех инстанций психологической структуры человека. Онтопсихолог лишь воспринимает (как своего рода психосоматический радар), осознает, анализирует и интерпретирует содержание семантического поля клиента и создает условия для осознания этого содержания клиентом, которому предоставляется полная свобода принятия решений.

Основной метод онтопсихологического анализа семантического поля клиента — *интерпретация снов*. Основываясь на психоаналитической технике толкования сновидений, онтопсихология выработала собственный метод интерпретации снов. Сон для онтопсихолога — это непосредственный и настоящий язык бессознательного, именно поэтому этот язык представляет для психотерапевта гораздо больший интерес, чем сознательная речь клиента. При интерпретации снов важно понимать, что они — ответы на настоятельные потребности субъекта. Сон — это формализация того, что требуется человеку, объективная правда его жизни. Бессознательное (и, следовательно, сон как его манифестация) не интересуется ни политикой, ни культурой, ни религией, ему интересна лишь актуальная жизненная ситуация самого человека. Символика сна — это символика не сознательных представлений и убеждений человека, но символика его бессознательных инстанций, включая и его Ин-се.

В онтопсихологической практике сложился ряд принципов интерпретации сновидений (см. [1; 26—27]), в числе которых

можно указать следующие:

принцип индивидуализации (один и тот же сон, увиденный разными людьми, имеет совершенно разное толкование, различный смысл);

принцип актуализированной потребности (сон — это ответ на напряженную актуальную потребность, которая «кричит» о себе);

принцип функционального жизненного значения символов (в основе этого значения почти всегда лежит позитивный или негативный биологический смысл);

принцип специфического эффекта действия (необходимость трактовки и учета сюжета сна при интерпретации результатов тех или иных действий персонажей);

принцип взаимодействия символов (необходимость интерпретации результатов взаимодействия отдельных символов применительно к сюжету сна);

принцип учета направления разворачивающегося действия (анализ интенциональности действия, его мотивационной и целевой направленности);

принцип интерпретации субъективной выгоды, смысла происходящего (почему и зачем происходит все, что происходит во сне).

Все эти принципы применяются в едином комплексе, так как их частичная реализация приводит, как правило, к ошибочной интерпретации сновидения.

Наряду с общими принципами онтопсихология выработала конкретный словарь образов (см. [1; 26—27]), используемых бессознательным для того, чтобы выразить собственное содержание в сновидениях. Этот словарь во многом повторяет традиционные психологические (психоаналитические) трактовки образов, но вместе с тем включает оригинальные интерпретации, связанные прежде всего с сугубо онтопсихологическими понятиями (Ин-се, монитор отклонения, негативность и т. д.).

С точки зрения онтопсихологии, очень важно сохранять способность видеть сны и иметь возможность их правильно интерпретировать. Треть нашей жизни протекает во сне, а две трети сопровождаются неосознаваемыми сновидениями (для онтопсихолога сон это непрерывающаяся психическая активность), и если человек не запоминает своих снов (или, как некоторые ошибочно полагают, вообще их «не видит»), это означает лишь, что он теряет одну из основных возможностей для осознания себя и, тем самым, не имеет представления ни о своей подлинной жизни, ни о своих важнейших проблемах.

Важным методом практической работы онтопсихолога с бессознательным является

так называемая *имагогика*. В переводе с латинского имагогика означает «действие во мне». Имагогика представляет собой специальную психотерапевтическую процедуру, позволяющую клиенту войти в поток сна как перманентной психической активности. А. Менегетти указывает, что «человек постоянно видит сны... Но дело обстоит таким образом, что люди не знают об этом, они этого не замечают. И достаточно «устранить» сознание «я», как сон обнаруживает себя: сон представляет собой постоянную психическую активность» [2; 38]. С помощью заданий на концентрацию внимания психотерапевт вводит клиента в состояние самоиндуцируемого транса, в котором возникает динамичный ряд зрительных образов, очень напоминающих сновидение. «Сон — это бессознательная имагогика, а имагогика — это, напротив, сознательный сон» [2; 34].

Содержание, возникающее в ходе имагогической процедуры, интерпретируется тем же самым образом, что и сон. Когда клиент рассказывает о своих образах, психотерапевт воспринимает, осознает, анализирует и интерпретирует его семантическое поле, все информационные составляющие этого поля. Окончательная интерпретация, предлагаемая клиенту, представляет собой сочетание символической трактовки психотерапевтом возникших образов и непосредственного восприятия им семантического поля клиента.

Дополнительными (вспомогательными) техниками онтопсихолога являются *кинотерапия* и *музыкотерапия*. Первая из этих техник позволяет изучать и актуализировать символическое содержание кинофильмов в соответствии с онтопсихологической техникой интерпретации сновидений, тем самым кинотерапия — это метод изучения структуры и механизмов бессознательного. Музыкакотерапия — экспрессивная техника, позволяющая высвободить субъективный функциональный эстетический ритм клиента, снимать различные соматические барьеры и зажимы на пути к более полному самовыражению человека в экспрессивных движениях, что является важным аспектом его общей самореализации. Характер движений человека во время сеансов музыкотерапии и возникающие у него при этом образы также являются содержанием для онтопсихологического анализа бессознательного.

Все эти психотерапевтические техники используются онтопсихологом в строгом соответствии с его главной целью — созданием условий для усиления аутентичности человека. В любой ситуации человек имеет бесконечное число возможных способов поведения — как положительных,

так и отрицательных. Для онтопсихолога положительно все то, что приближает «я» человека к его внутренней сущности, а отрицательно все то, что ведет «я» человека в противоположном направлении. Следование так понимаемому позитивному и уклонение от так понимаемого негативного — единственно возможная мораль для онтопсихолога. Работа психотерапевта должна способствовать исчезновению болезни, а болезнь — это, как правило, проявление того, что человек не может адекватно осознать и выразить собственную внутреннюю сущность.

Традиционно под моралью принято понимать этический аспект идеологии — совокупность представлений о плохом и хорошем, основанную на тех или иных фиксированных религиозных, политических, экономических, сословных, этнических и т. д. представлениях. Мораль — это регулятор взглядов и поведения людей. С тех пор, как психология стала обслуживать идеологические интересы, а началось это, как утверждают онтопсихологи, еще в древнем мире, она стала служанкой идеологии, своего рода государственной религией, а не наукой. Для подлинно научной психологии характерно безразличие к любой морали, так как использование любых моральных критериев дезориентирует психолога, толкает его на ошибочный путь, уводит от человека. Для настоящей научной психологии важен только человек. Все моральные критерии социоцентричны, они различны и имеют центробежную силу. Напротив, критерий подлинного бытия (Ин-се) антропоцентричен и центростремителен. Он позволяет достичь интегрированности и аутентичности, вывести человека из состояния «экзистенциальной шизофрении». Любая мораль подвержена изменениям, только «мораль» бытия (Ин-се) регулируется на основе вечных и неизменных законов жизни. Если человек действует в соответствии с этой «моралью», он живет и развивается, если же им руководят исключительно критерии и принципы социоцентрической морали, то он неизбежно останавливается в своем развитии, а потом регрессирует и заболевает.

Из всего вышесказанного вовсе не следует, что онтопсихология — это наука и практика, занимающаяся лишь индивидуальной психической жизнью. Много внимания онтопсихологи уделяют социальным условиям жизни человека, например, контексту взаимоотношений людей в браке и семье.

С онтопсихологической точки зрения, оптимальный возраст для вступления в брак должен быть не моложе 29—32 лет для

женщин и не моложе 34—36 лет для мужчин, так как человек должен сначала научиться жить в обществе, общаться в рамках различных социальных групп, овладеть всевозможными формами и способами межличностного общения. Полноценная зрелость личности подразумевает высокую степень ее автономности и аутентичности. Такая зрелость не может, как правило, наступить ранее вышеуказанного возраста.

Супружество — это один из периодов жизни мужчины и женщины. Как таковой, брак нужен только для обеспечения социальной защищенности детей. Супружеская пара должна быть самодостаточной и видеть в детях лишь одну из возможных форм самореализации. Если же эта установка родителей меняется, дети приобретают излишнее и несвойственное им влияние на жизнь взрослых.

Основной принцип онтопсихологии семьи можно сформулировать следующим образом: чтобы быть хорошими родителями, надо прежде быть счастливыми взрослыми людьми. Этот принцип крайне важен для взаимоотношений «мать — ребенок». Дело в том, что женщина, прежде чем стать матерью, должна достичь определенного уровня самореализации, утвердиться как автономная (т. е. способная к самостоятельному функционированию и действующая в интересах своей индивидуальности) личность. Деторождение — это уже следующий этап жизни. Рождение ребенка должно быть сознательным выбором психологически зрелой женщины, актом самоутверждения.

Личность женщины не должна терять свою значимость из-за того, что она становится матерью, так как ребенок — это только один (хотя и очень важный) аспект ее жизни. Излишняя (как позитивная, так и негативная) сосредоточенность на ребенке деформирует семантическое поле матери, что пагубно сказывается на психосоматическом развитии ребенка, который воплощает в себе семантическое поле семьи и, прежде всего, матери. Хорошей для Ин-се ребенка является такая мать, которая способна вовремя «отойти» и отпустить ребенка по его инициативе. Как только человек становится автономным, свободным в своем развитии, с этого момента лишь его собственное Ин-се является для него единственным и истинным отцом и матерью, создающим его сознательное «я».

Реальная ситуация во многих семьях такова, что родители очень часто затрудняют правильное развитие ребенка. Ведущая роль в этом принадлежит матери. Из клиниче-

ской практики хорошо известен факт, что мать, не способная радоваться жизни, потерявшая связь со своим Ин-се, утратившая свой собственный организмический эгоизм, живет в «маске» и тем самым создает психологическую ловушку для собственного ребенка. Эта ситуация программирования длительной, хронической инфантильности диктует ребенку примитивную манеру общения с матерью, тормозит его нормальное психосоматическое развитие и требует от ребенка практически обязательного исполнения латентных желаний матери.

Такие психологические ситуации возникают в результате медленных, продолжительных и имеющих организмическую (как правило, сексуальную) природу фрустраций матери, которая не может открыто бороться за свои интересы. Фрустрированная мать манипулирует всей семьей и делает жертвами компенсаций прежде всего своих собственных детей, становящихся объектами ее проекций. Это оказывается возможным благодаря наличию прямого контакта между бессознательным матери и бессознательным ее детей. Дети, тем самым, попадают под негативные влияния семантики фрустрированной матери.

Онтопсихология впервые описала целый ряд феноменов так называемой *негативной психологии*, характеризующейся неосознаваемым психологическим вторжением одного человека в жизнь другого, что приводит к разрушительному воздействию первого на психосоматическую структуру второго, к снижению его общего жизненного потенциала:

феномен «пустого эротизма» (социально приемлемая коммуникация со слабым негативным эффектом);

феномен «черного вагинизма» (длительная коммуникация с сильным негативным эффектом и психосоматическими манифестациями);

феномен «психического пениса» (коммуникация с вторжением негативной семантики в психику позитивного партнера, его энергетическим захватом и аутизацией);

феномен «червивой позиции» (коммуникация с длительным негативным внедрением в семантику позитивного партнера, создание в ней стабильного очага негативности).

Изучение феноменов негативной психологии в семейном контексте стало важным условием разработки онтопсихологической педагогической доктрины. Ее основные положения можно сформулировать следующим образом.

Эффективным воспитателем может быть только тот, в ком свободно взаимодействуют

Ин-се и сознательное «я». Прежде всего человек обязан быть верным себе, только тогда он может содействовать позитивному росту других.

Дети изначально всегда здоровы. Если они заболевают, то это потому, что в них соматизируются конфликтные ситуации взрослой среды. За каждым больным ребенком просматривается семантическое поле взрослого человека, который болен или просто несчастлив.

Ребенок должен быть постоянно открыт своему внутреннему опыту. Если воспитание ребенка будет нацелено исключительно на внешние социальные ориентиры, его развитие зайдет в тупик.

Ребенок всегда чувствует семантические поля взрослых. Каждый раз, когда мы хотим помочь ребенку в его развитии, следует прежде всего проявить в отношениях с ним свою *безусловную любовь*. Когда любовь подтверждена, создаются необходимые и достаточные условия для позитивных самоизменений ребенка, приводящих к устранению его функциональных недостатков.

Подводя итог краткому изложению основных положений онтопсихологии, следует отметить ее отчетливую гуманистическую ориентацию, тесную связь с ведущими гуманистическими направлениями в современной зарубежной психологии и психотерапии. Онтопсихологию, вслед за психоанализом Э. Фромма, вполне можно назвать гуманистическим психоанализом. В отличие от целого ряда направлений в рамках американской гуманистической психологии и психотерапии (например, личностно-центрированной психотерапии К. Роджерса) система А. Менегетти обращена не только к сознанию клиента, не только к его осознанным намерениям и переживаниям, но к гораздо менее доступному плану бессознательного. Вместе с тем онтопсихология разделяет основные идеи личностно-центрированного подхода, так как рассматривает психотерапию как систему косвенных, недирижерских влияний, позволяющих создать необходимые условия для свободного выбора клиента, для его свободного и самостоятельного личностного роста.

Данные установки онтопсихологии вполне созвучны, на наш взгляд, общей гуманистической направленности современной российской психологической науки, ее отходу от парадигмы социального бихевиоризма, столь характерного для отечественной психологии недавнего прошлого. Идеи образования как «становления образа» человека,

лично-ориентированного образования, высвобождения творческого потенциала личности, признание чрезвычайной значимости семейного контекста личностного развития и т. д. и т. п. сближают наши исходные позиции с позициями онтопсихологов.

Однако нельзя сказать, что абсолютно все положения онтопсихологии могут быть приняты без более тщательного научного рассмотрения. Даже беглое знакомство с переводами книг и лекций А. Менегетти ([1—4]) на русский язык показывает, что ряд понятий онтопсихологии основывается не на результатах экспериментальных исследований, но на интуитивных предположениях, возникших на базе практической психотерапевтической работы, и некоторые из них (в частности, о природе монитора отклонения), на наш взгляд, весьма гипотетичны и в настоящее время не имеют достаточных научных оснований.

Конечно, мы вполне отдаем себе отчет, что степень нашего знакомства с онтопсихологией еще явно недостаточна, чтобы рассматривать данные критические соображения в качестве окончательных оценок. Основная библиография по онтопсихологии насчитывает в настоящее время более 20 солидных монографий (см., напр., [5—14]), а современное онтопсихологическое сообщество — более 1000 специалистов, работающих в разных странах мира (Бразилия, Испания, Италия, Латвия, Россия, Украина, Швейцария, Уругвай) и объединенных в

региональные, национальные и Международную ассоциацию онтопсихологии. Теоретические и эмпирические данные, накопленные за два десятилетия существования онтопсихологии как научной школы, еще ждут своего российского исследователя.

1. *Meneghetti A.* Словарь образов. Практическое руководство по имагогике. М., 1991.
2. *Meneghetti A.* Психология жизни. СПб., 1992.
3. *Meneghetti A.* Путь мудреца или искусство жизни. Пермь, 1993.
4. *Meneghetti A.* Онтопсихологическая педагогика. М., 1993.
5. *Meneghetti A.* Il Vangelo Di Cristo come Ontopsicologia dell'Uomo. Roma, 1975.
6. *Meneghetti A.* Ontopsicologia Clinica. Roma, 1978.
7. *Meneghetti A.* Ontopsicologia dell'Uomo. Roma, 1978.
8. *Meneghetti A.* La Cineterapia. Roma, 1980.
9. *Meneghetti A.* La Mia Esperienza di Dio. Roma, 1981.
10. *Meneghetti A.* L'In Se dell'Uomo. Roma, 1981.
11. *Meneghetti A.* Io odio il Transfert. Roma, 1982.
12. *Meneghetti A.* Il Monitor di Deflessione nella Psiche Umana. Roma, 1985.
13. *Meneghetti A.* Raccolta di Scritti sui Campi Semantici. Roma, 1985.
14. *Meneghetti A.* Raccolta di Scritti sulla Psicologia Negativa. Roma, 1985.

Поступила в редакцию 26.X 1993 г.