

Larysa Miheeva

Akademia Pedagogiczna w Krakowie

Психосоциальные и психотерапевтические функции восточных историй и притч

Статья носит междисциплинарный характер. Мы рассматриваем образцы литературных, фольклорных, мистических текстов малых форм, включенных в сферу психотерапевтической практики. Опираясь на подход психолингвистики, занимающейся преимущественно вопросами функционирования речи, собственно дискурсионной деятельностью и оставляющей в стороне механизмы языка с его структурами, исследование ограничивается выделением психосоциальных функций названных текстов, соотносением их с ситуацией психотерапевтической беседы.

Сказко- и притчетерапия. Подходы и концепции. На протяжении веков сказки, легенды, басни своими художественными и дидактическими достоинствами в основном вызывали научный интерес у литературоведов и педагогов; будучи отражением традиций и культуры народов, представляли исследовательскую ценность для историков и этнографов, однако с развитием науки в двадцатом столетии они оказались также предметом пристального изучения социальной и медицинской психологии. Сказка и ее психологический потенциал начали активно анализироваться сторонниками различных школ, складывались независимые теории возникновения и интерпретации сказочных сюжетов, а также подходы к использованию сказки в психотерапевтической и психологической практике. Даже в самих терминах, применяемых в психологии и психиатрии, отразились определенные сюжеты – «эдипов комплекс», «нарциссизм»¹.

Значительное место как материал для научных исследований занимает сказка в психоаналитических работах К.Г. Юнга и его последователей. Они рассматривают ее как форму существования и проявления психических процессов, концентрируют свое внимание на сюжетности этих процессов, то есть

¹ *Словарь практического психолога*, Москва 2003, с. 228, 328.

на происходящих с психикой историях. Истории эти «архетипичны»², то есть универсальны для людей любых культур и времен. Сторонники направления исходят из того, что бессознательное развивается и проявляет себя по определенным схемам, количество возможных вариантов которых довольно ограничено и познаваемо. Эти схемы очень удобно изучать в форме сказок (проводятся, например, параллели между действующими лицами и основными функциями нашего сознания – главной, вспомогательными и низшими). Сон, личностные проблемы, поведение в жизненных ситуациях рассматриваются психоаналитиками как сюжеты, имеющие определенную структуру; предполагается, что они возникают не случайно, а в соответствии с архетипичными моделями, которые удобно описывать, используя сказки. Психоанализ (по Юнгу) активно занимается интерпретацией сказки (в основном волшебной), так как это дает возможность специалисту познакомиться с архетипическими сюжетами и таким образом получить подход к психике пациента. Активно разрабатывает эту теорию в своей монографии швейцарский ученый Мария-Луиза фон Франц³, выдвигая и собственную гипотезу о возникновении сказочного сюжета как отражения парапсихологического опыта. Автор дает подробную интерпретацию сказки братьев Grimm «Три перышка», при этом настаивает на общей методической необходимости строго придерживаться определенного текста сказки или же его варианта, так как информацию для исследователя дают именно структура фабулы, формула зачина и концовки, состав и число действующих лиц.

Весьма интересными представляются подходы к лечению детей с глубокими психоэмоциональными расстройствами американского психолога Б. Беттельхайма, автора монографии “The uses of enchantment. The meaning and importance of fairy tales” (1977)⁴. Он считал, что лучшие образцы детской литературы, среди которых сказка не имеет себе равных, ценны прежде всего тем, что обращены к внутреннему чувству прекрасного у ребенка и способны вызывать положительные эмоции, важные для формирующегося сознания. Диагностика и лечение с помощью сказки состоит, по Беттельхайму, в том, что дети интуитивно склонны выбирать сюжеты, которые со временем становятся для них излюбленными. Данным выбором они подсознательно обозначают круг своих проблем и определяют способы помощи себе. Психолог советовал взрослым не растолковывать ребенку содержание сюжета – его психика сама при многократных прочтениях или прослушиваниях подсознательно отбирает все необходимое для нее в тот или иной момент. Кроме того, ученый полагает, что дети не задают себе вопроса, хотят ли они быть добрыми, – для них существеннее вопрос, на кого они хотели бы походить. Для ребенка привлекателен герой, ведущий борьбу. Он отождествляет себя с ним, вместе с ним прохо-

² К.Г. Юнг, *Душа и миф: шесть архетипов*, Москва 2004, с. 31, 115, 209.

³ Мария-Луиза фон Франц, *Психология сказки: Толкование волшебных сказок. Психологический смысл искушения в волшебной сказке* (пер. с англ.), Санкт-Петербург 1998.

⁴ Издание на польском языке: В. Bettelheim, *Cudowne i pożyteczne. O znaczeniach i wartościach baśni*, т. 1, Warszawa 1985.

дит через трудности и лишения, испытывает триумф, когда добродетель наконец торжествует. «Ребенку, как правило, очень необходимы советы, которые бы передавались в символической форме: как справляться с теми или иными проблемами, как безопасно преодолеть путь, ведущий к созреванию. Сегодня в еще большей степени, чем когда-либо, ребенок нуждается в придающих ему смелости примерах, в которых человеческое существо, остающееся по своей сути одиноким, может взаимодействовать с окружающим миром, создавая полные для него значимости и ценности связи»⁵.

Неподдельный интерес к целительным свойствам сказки проявляется в сегодняшней России. Хотя сказкотерапия как самостоятельное направление практической психологии сложилось здесь лишь в последнее десятилетие, уже появилось множество разнообразных программ: сеансы по психоаналитическим методикам; занятия по написанию пациентами «индивидуальных» сказок, благотворно влияющих на психику и программирующих успешное будущее; практикумы по использованию терапевтического потенциала волшебных историй в психокоррекции поведения и эмоциональных проблем у детей, в освобождении их от возрастных страхов⁶. По-прежнему придается существенное значение дидактической роли сказки российскими педагогами. Занятия, построенные на беседах с элементами драмы и арт-терапии, считаются замечательным средством усвоения ценностных ориентиров и своеобразной поведенческой и психологической профилактикой⁷. Христианские притчи направленно применяются в социальных проектах православной церкви, например, как один из элементов в структуре «святоотеческой психотерапии при психоневрологических расстройствах»⁸.

Восточные истории в практике позитивного метода психотерапии⁹. Создателем этой оригинальной школы является профессор Носсрат Пезешкиан из Германии. Термин «*позитивный*» используется им как производный от латинского *positum* – «реальный», «фактический», «существующий в действительности»¹⁰. В этом контексте *позитивная* психотерапия выступает, с одной стороны, как система психологической помощи, ориентированная на целостное представление о человеке, с другой стороны – как психотерапия в межкультурной проекции.

Метод продолжает традицию гуманистической психологии принятия пациента во всей многообразной сложности его жизненной позиции, как наделен-

⁵ См.: В. Bettelheim, *Cudowne i pozytywne...*, с. 52, перевод с польск. мой. – Л.М.

⁶ Д.М. Соколов, *Сказки и сказкотерапия*, Москва 2001; Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, *Основы сказкотерапии*, Санкт-Петербург 2006.

⁷ А.А. Лопатина, М.В. Скребцова, *Вершины мудрости*, Москва 2003.

⁸ См.: *Международные Рождественские чтения*, сборник тезисов, Москва 2005, с. 12.

⁹ Анализ позволяют провести последипломная подготовка в Институте позитивной психотерапии и участие в его программах в России – Л.М.

¹⁰ *Das große Fremdwörterbuch*, Изд-во DUDEN, Mannheim 2000, с. 1069.

ного потенциалом к непрерывному развитию и самореализации, ответственного за свой выбор. Согласно Н. Пезешкиану, реально существуют не только болезнь, симптомы, нарушения, но и способности пациента для их преодоления, его неповторимые и уникальные качества. Способность позитивного восприятия действительности и человека можно тренировать, преодолевая нетерпимость, склонность к критике, причем принимать, поддерживать и любить самого себя не менее важно, чем проявлять позитивное отношение к другим. Обучение методам самопомощи в данном подходе удачно отражает пословица, которая приводится в книгах врача: «Если ты дашь человеку рыбу, то накормишь его лишь один раз, но если ты научишь его ловить рыбу, ты навсегда избавишь его от голода»¹¹.

Иранец по происхождению, хорошо знающий восточную культуру, Н. Пезешкиан получил образование как врач в Европе, поэтому собственная межкультурная ситуация дала ему возможность рассматривать *позитивность* и как межкультурный подход в психотерапии. Автор признает, что мы живем в мире, наполненном самыми различными культурно-ценностными ориентациями. В разных частях света люди по-разному думают, работают, общаются, отдыхают и фантазируют, причем одни модели поведения (как и люди) не хуже и не лучше других. В факте этой неоднородности можно найти средства и условия для преодоления неблагоприятных сторон поведения, внутриличностных и межличностных конфликтов. Восточные сказки, басни, притчи, используемые как средство психотерапии, вводят пациентов в мир культурного разнообразия, где имеются многочисленные альтернативные способы разрешения психологических проблем. Доктор Н. Пезешкиан поясняет, что истории в методе как бы соединяют Восток и Запад, однако не только в том смысле, что Западу более свойственен рационализм, а Востоку иррационализм, но и потому, что в них есть нечто вневременное, вечное, что всегда и во все времена поддерживало в человеке его личностное начало, воспитывало, утешало, помогало в трудные минуты конструктивно переосмысливать ситуации¹².

Источники историй¹³. **Приемы работы. Интерпретация.** Основатель метода посвятил собиранию и анализу историй около восьми лет (некоторые были записаны им или найдены на территории Ирана¹⁴). С частью из них он знакомит студентов во время семинаров и курсов, часть помещается в его ра-

¹¹ Н. Пезешкиан, *Психотерапия повседневной жизни*, Москва 1995, с. 18.

¹² См.: N. Pesechskian, *Oriental Stories as Tools in Psychotherapy*, New Delhi 1992, с. 3–4, 39.

¹³ *Большой толковый словарь русского языка* (С.А. Кузнецов, Санкт-Петербург 2004, с. 404) определяет одно из значений слова *история* как «рассказ, повествование». Понятие *история* в статье используется как обобщающее для названия фольклорных и литературных произведений малых жанров (притч, анекдотов, басен, параболических рассказов, развернутых аллегорических сравнений), которые приводятся во время психотерапевтической беседы, а также как контекстуальный синоним к этим названиям.

¹⁴ Автор часто ссылается на сборник Р. Eteessami, *Diwan*, Teheran 1954. Парвин Этессами (1906–1941) – персидская поэтесса, собирательница фольклора.

ботах. Большая часть материала – это бытующие на Востоке на протяжении столетий (обычно персидские, арабские, турецкие, курдские) басни, притчи, афоризмы, анекдоты, аллегорические рассказы, изустные коранические предания. Часто используются произведения Руми и Саади¹⁵, причем как в поэтической форме, так и в прозаических переложениях. Автор, однако, не опирается принципиально лишь на ближневосточную мудрость и фольклор. В его книгах приводятся также библейские сюжеты, параболические сравнения из священных и философских текстов разных религий (нравственно-богословский уровень интерпретации в данном случае опускается).

Работающий по методу специалист свободен самостоятельно накапливать подобного рода истории и размышлять над их значением. При отборе материала следует учитывать лишь некоторые условия: рассказы должны быть относительно короткими по форме, так как применение историй не основа метода, а лишь один из приемов в целостной системе многоступенчатой помощи; кроме того, они должны содержать примеры как межличностных отношений, так и душевных конфликтов, чтобы облегчить для слушателя восприятие скрытых причин и следствий этих отношений и конфликтов. Подобных миниатюр можно удерживать в памяти до нескольких сотен и в подходящий момент беседы подбирать наиболее отвечающие случаю басню, притчу или образное сравнение. Применить историю умело – дело профессионального мастерства, оно требует опыта, искренности и чувства меры. На выбор специалиста и на его интуицию отдается то, на каком этапе общения с пациентом и сколько историй будет рассказано, какие их функции при этом будут задействованы в большей степени.

В восточной традиции короткие рассказы с сатирическим, аллегорическим, чудесным содержанием, поэзия (впрочем, как и в других культурах) целенаправленно применялись задолго до возникновения психотерапии как науки. Примером тому может быть сборник «Тысяча и одна ночь»¹⁶, в котором рассказывается о лечении психически больного правителя при помощи сказок. Мудрая Шахразада исцеляет царя, и в то же время ее сказки врачуют, наставляют слушателей и читателей. Обычно в народ разного рода истории несли бродячие рассказчики, дервиши, удовлетворяя потребность людей в информации. Через иносказания, исполненные юмора сюжеты можно было без абстрактного морализирования давать советы, делать порицания, подсказывать выходы из житейских затруднений. Благодаря своей занимательности короткие истории очень подходили для этих целей. Люди собирались в чайханах или кофейнях, чаще в канун праздничной пятницы. Рассказы перемежались с поэтическими декламациями, иногда давались как представления, оборачивались долгими дискуссиями. Женщины, под чадрой, тоже могли присутствовать при таких публичных собраниях.

¹⁵ Джалаладдин Руми (1207– ок. 1272) – персидский поэт, суфий. Саади (ок. 1203–1291) – персидско-таджикский поэт.

¹⁶ См.: *История всемирной литературы*, т. 3, Москва 1985, с. 556–561.

Традиции народной «нарративной» терапии Востока были привнесены в метод и получили научное обоснование. Доктор Н. Пезешкиан считает, что забавные истории с их близостью к фантазии, интуиции, иррациональному составляют контраст с чертами современного общества – его целесообразностью, рационализмом, техницизмом. Ориентация на успех в делах, бизнесе порождает противоречие: преуспевание и карьера становятся приоритетными сторонами жизни, а межличностные отношения отступают на второй план. Разум, интеллект ценятся больше, чем интуиция. Эту односторонность можно преодолеть только в случае, если дополнительно к нашим привычкам мы включим в мир собственных представлений другие модели мышления, примем другие «правила игры» во взаимоотношениях между людьми, в том числе и те, которые возникли в иных культурно-исторических условиях. Дать больше простора фантазии и интуиции для обогащения личностного опыта и для разрешения конфликтов – в этом роль, которую могут сыграть сказки, притчи, афористические высказывания. В психотерапевтическом смысле это важно тогда, когда одними только рациональными подходами врачу и пациенту не удастся справиться с возникшими проблемами.

В применении историй нет схемы: их можно просто кратко изложить или же рассказать, сохраняя все поэтические особенности, пациент может сам прочесть их, подумать, выразить свое суждение письменно или устно. Терапевт в каких-то случаях настаивает на выполнении задания, в каких-то, наоборот, предоставляет свободно проявиться действию заключенной в сюжете концепции.

Некоторые истории, более дидактической направленности, просты в истолковании: их смысл и мораль лежат на поверхности, как, к примеру, в приведенных ниже текстах. Однако и эти рассказы не лишены своеобразия – неожиданные развязки заставляют мыслить эвристически. В случае других историй, особенно тех, что заимствованы из мистических текстов или мистической поэзии, воздействие строится на основе образов, обращенных к бессознательной сфере психики, так как образы составляют ее язык¹⁷. Мысли в таких текстах облечены в формы сравнений и афоризмов, некоторые истории сами по себе являются развернутыми метафорами. Понятия мира интеллектуального, психического, духовного объясняются через аналогии мира физического, чувственного: материнское самопожертвование – «семя, что распадается, давая жизнь новому растению», труд воспитателя – «работа в шахте, полной драгоценных камней», преодоление стереотипности в мышлении – «превращение холодного, темного, твердого металла в плавильном тигле в огненную, льющуюся, сверкающую струю»¹⁸. Терапевт подбирает аллегорию, исходя из собственных субъективных представлений, и именно тем, что приводит ее в определенной ситуации,

¹⁷ См.: А. Менегетти, *Образ и бессознательное*, Москва 2004.

¹⁸ Abdu'l-Baha, *Some Answered Questions*, Wilmette, Illinois 1990, с. 83; N. Peseschkian, *The Merchant and The Parrot*, New Delhi 1992, с. 100, 103.

привносит свою интерпретацию, создает определенный фрейм¹⁹, но лишь отчасти. Самим приемом он побуждает пациента к творчеству мысли, воображению, эмоциональному переживанию, которые могут явиться для него «началом той линии анализа, которая и позволит увидеть предмет в новой плоскости, в иной системе связей»²⁰. Таким образом, подобного типа тексты, активизируя иррациональную область психики, дают возможность смотреть на знакомые ситуации под другим углом зрения, придающим им иной характер и свойства, а в изменении взгляда на проблему иногда и заключается ее решение.

Функции историй. Истории могут оказывать самое различное воздействие, однако интересны прежде всего те их функции, которые вызывают изменение установок человека, то есть психосоциальные и психотерапевтические.

История как отражение. Иносказательный мир притч позволяет приблизить их содержание к внутреннему «Я» и облегчает идентификацию с ним. Человек может сравнить свои мысли, переживания с тем, о чем рассказывается в том или ином сюжете, и воспринять то, что в данное время соответствует его собственным психическим состояниям. Ассоциируя себя с героями, он может думать о собственных конфликтах, желаниях. Свободные от непосредственного, конкретного жизненного опыта человека, истории помогают ему выбрать определенную дистанцию, чтобы иначе взглянуть на собственную проблему, выработать определенное отношение к ней. История становится как бы тем зеркалом, отражение которого побуждает к размышлениям. Все это может наглядно подтвердить частный случай из практики²¹.

Пациентка поделилась с врачом своими переживаниями по поводу того, что на протяжении многих лет она только и делала, что стремилась всем угождать и во всем считаться с близкими: мужем, детьми, родственниками, знакомыми, коллегами. В результате ей стало трудно принимать самостоятельные решения, ее постоянно преследовала мысль: что скажут по этому поводу другие, понравится ли им это. Если же, поступая самостоятельно, она замечала, что кто-то не вполне доволен ею, она тотчас же начинала делать то, чего совсем не хотела. В добавок пациентка возложила на себя слишком много различных обязанностей, которые просто не могла осилить, о собственных же нуждах никогда не заботилась. Желание получить одобрение своим действиям со стороны окружающих превратилось в навязчивое состояние, и, даже если силы покидали пациентку, она не щадила себя и продолжала работать до полного изнеможения. При этом приходила в уныние, падала духом, уставала физически, ее мучили тревоги и приступы депрессии, которые она пыталась лечить медикаментами. На одной из первых встреч врач рассказал ей следующую историю.

¹⁹ Термин, применяемый в нейролингвистическом программировании. См. *Фреймы и рефрейминг*. [в:] Р. Дилтс, *Фокусы языка*, Москва 1999.

²⁰ А.М. Шахнарович, Н.М. Юрьева, *К проблеме понимания метафоры*, [в:] *Метафоры в языке и тексте*, под ред. В.Н. Телли, Москва 1988, с. 111.

²¹ См.: N. Peseschkian, *Oriental Stories...*, с. 102.

В знойный полдень по пыльным улицам Кешана следовал человек со своим сыном и ослom. Отец сидел верхом на осле, а мальчик семенил за ним. «Бедный ребенок, – сказал прохожий, – его маленькие ножки едва поспевают за ослom. Как может взрослый мужчина так вольготно восседать на осле, тогда как мальчик плетется за ним в изнеможении?» Отец принял этот упрек близко к сердцу, на ближайшем углу слез с осла и посадил на него сына. Не прошло и пары минут, как им повстречался другой прохожий, который громко заметил: «Какой позор! Этот маленький пострел восседает как султан, а его бедный старый отец вынужден почти бежать следом!» Это замечание задело мальчика, и он попросил отца сесть на осла позади него. «Вы когда-нибудь видели что-нибудь подобное? – заголосила женщина, скрывавшаяся под чадрой. – Какая жестокость к животному! Спина бедного осла прогибается, а этот старый бездельник и его сын развалились, будто на тахте. Несчастное создание!» Объекты критики посмотрели друг на друга и, посрамленные, без слов слезли с осла. Но едва они прошли еще несколько шагов, как очередной пешеход стал насмехаться над ними: «Хвала небесам, что я не так глуп! Зачем вы двое ведете осла, который не приносит никакой пользы и даже не везет одного из вас?» Отец сунул в рот ослу пригоршню соломы и положил руку на плечо сыну: «Что бы мы ни делали, всегда найдется кто-то, кому это может не понравиться. Я думаю, нам самим надо решать, что мы должны делать!»²²

Было замечено, что история произвела на пациентку впечатление. При очередном посещении она сразу же заговорила о том, что теперь, что бы ни делала, она мысленно возвращалась к героям сюжета и что, когда кто-нибудь из близких упрекал ее, тут же вспоминала того или иного прохожего из притчи с его осуждающим возгласом: «*Вы когда-нибудь видели что-нибудь подобное?*» Лечение переходило в другие стадии, но пациентка неоднократно признавалась, что история по-прежнему занимает ее. Осознание того, что, как и в услышанном рассказе, «*всегда найдется кто-то, кому это может не понравиться*», делало ее менее ранимой. Привычные отношения с близкими со временем предстали в ином свете и уже не казались столь безнадежными, женщина начала чувствовать себя более свободной и уверенной в поступках, понимать, в каком стрессе ей приходилось жить в течение лет, угадывая и исполняя желания близких и отодвигая на задний план собственные потребности. Вскоре не без некоторой иронии она смогла заявить, что потакать не всегда оправданным прихотям окружающих так же унижительно, как и безропотно, в угоду толпе пересаживаться «с осла – на осла».

История как альтернативная концепция. В известной степени этот забавный рассказ послужил для пациентки отправной точкой к переосмыслению некоторых позиций, например, своей роли в окружении (быть не безусловно дающей стороной, а равноправным партнером, черпающим силы в саморазвитии) и своего положительного стремления задавать себе во всем высокую планку, которое, тем не менее, должно порождаться не чувством долга перед другими, а внутренней потребностью. Терапевт в данной практике не ограничивает пациента своими собственными интерпретациями – он знакомит пациента

²² N. Peseschkian, *The Merchant and the Parrot...*, с. 148, перевод мой. – Л.М.

с историей не в общепринятом, заранее заданном смысле, а предлагает ему альтернативную концепцию, которую тот может либо принять, либо отвергнуть. Беседа на основе истории в этом смысле выступает лишь как частный случай человеческой коммуникации, предполагающий обмен концепциями. Несмотря на возможную противоположность взглядов (примеры и образы истории – установки человека), всегда находятся точки соприкосновения и могут быть усвоены новые жизненные позиции, помогающие человеку разобраться в «собственной мифологии»²³. После того, как альтернативная позиция прояснена, пациенту необходимо проверить, насколько она приемлема или неприемлема для его жизненной концепции, попробовать на время идентифицировать себя с иными воззрениями, проанализировать, что из предложенного может помочь справиться с реально существующими обстоятельствами, а что не подходит и может быть отвергнуто. Чтобы сделать тот или иной вывод из полученной информации, необходимо время.

История как хранение опыта. Благодаря своей образности сюжеты историй легко запоминаются и после окончания сеансов продолжают оказывать воздействие на пациентов в повседневной жизни, делая их независимыми от терапевта. Более того, при изменяющихся условиях можно по-другому трактовать содержание одного и того же рассказа. В приведенном случае пациентка сообщала врачу, что постоянно сталкивалась с ситуациями, похожими на представленные в притче, и у нее появлялась необходимость сравнивать свои поступки и реакции на реплики окружающих с действиями и реакциями отца и ребенка.

История как носитель культуры. Как было отмечено, знакомство посредством историй с другими культурами раздвигает рамки социальной креативности пациента. В сегодняшнем мире нередко в случаях общения или сотрудничества нам приходится учитывать транскультурные аспекты, преодолевать эмоциональные преграды и предубеждения, существующие по отношению к чужому образу мыслей и чувств. Являясь, по сути, анахронизмами, истории, однако, могут способствовать расширению горизонтов сознания. Они, хоть и не знакомят со способами мышления, характерными для современного общества, побуждают к размышлению относительно правильности существующих понятий, сложившихся норм поведения, обогащают спектр представлений человека. Саму эту мысль можно проиллюстрировать с помощью притчи Руми о том, как спорили грек, турок, перс и араб, каждый из которых предлагал купить на найденную монету виноград, но объяснял это на своем языке, что, увы, порождало непонимание и раздражение, разжигая неприязнь в сердцах²⁴.

История как посредник. Психотерапевтическая консультация – особый вид дискурса, в нем задана несимметричность коммуникации: пациентам приходится открывать свои слабые стороны перед врачом. К тому же, им бывает

²³ Е.Е. Сапогова, «Легенды о себе»: к проблеме интерпретации личностных мифологем взрослых, «Психологическая служба» 2003, № 2, с. 88.

²⁴ Персидская классика поры расцвета. Антология поэзии, Москва 2005, с. 588–589.

трудно пересматривать свои жизненные принципы и ценности, несмотря на то, что те не помогают эффективно справляться с конфликтами. Человек боится лишиться привычных ему способов самопомощи, особенно тогда, когда нет уверенности, что врач готов предложить что-то равноценное или лучшее. Поэтому возникает внутреннее сопротивление, мешающее терапевтической работе. В таких случаях история может ослаблять конфронтацию «врач – пациент», выполняя задачу посредника, ведь в ней говорится не о пациенте, обнаруживающем в своем поведении определенные симптомы, а только о персонаже, и это успокаивает собеседника, оберегая его самолюбие. Выражая свои мысли, свое понимание сюжета, пациент дает информацию, которую ему было бы трудно сообщить без такого рода посредника. Благодаря ситуативной модели какой-либо истории возможно в щадящей форме сказать то, на что ожидаемая реакция была бы болезненной. Наглядным примером таких интенций могут послужить персидские истории «Два друга и четыре жены» и «Грязные гнезда»²⁵.

История как модель. Подавляющее большинство современных теорий соглашается с тем, что поведению можно «научиться» и в определенной терапевтической ситуации «разучиться». В поучительных рассказах представлены самые различные модели поведения: они утверждают существующие нормы (таким образом поддерживая пациента в его конструктивном выборе); разрушают незыблемость стереотипов; отображают нравственные принципы и качества, показывая, как вознаграждаются добродетельные поступки; демонстрируют последствия дурного поведения. Так как фантазия является неотъемлемым компонентом в восприятии образного повествования, человек может сперва приобретать определенный поведенческий опыт именно в мире воображения, обдумывая и переживая в своих мыслях и чувствах варианты действий, экспериментируя с непривычными подходами.

Однажды восточный правитель увидел странный сон, будто бы у него один за другим выпали все зубы. В смятении он призвал к себе толкователя снов. Тот, выслушав его, озабоченно сказал: «Мой властелин! Я должен поведать тебе горькую правду – ты потеряешь одного за другим всех своих близких». Эти слова разгневали правителя, и он велел бросить несчастного толкователя в тюрьму. Однако мысль о загадочном сне по-прежнему тревожила его, и он призвал другого провидца. Выслушав все, что сказал владыка о своем сне, тот сказал: «Господин! Я счастлив сообщить тебе радостную весть – ты переживешь всех своих родных!» Властелин обрадовался и щедро наградил его за такое предсказание. На лицах придворных было замешательство. «Как же так? Ведь ты сказал ему то же самое, что и твой незадачливый предшественник! Так почему же он был наказан, а ты вознагражден?» – спрашивали они. На что последовал ответ: «Да, сон мы истолковали оба

²⁵ См.: *Two Friends and Four Women, The Dirty Nests*, [a:] N. Peseschkian, *The Merchant and the Parrot...*, с. 94, 91.

одинаково, но все зависит от того, как преподнести человеку правду. Важно не то, что сказать, а как сказать»²⁶.

Поскольку интерпретация модели также не является чем-то законченным, для одних данная история – это возможность поразмышлять над собственными речевыми реакциями и формированием привычки позитивных высказываний в случаях, когда, например, прямолинейность необходимо уравновешивать милосердием; другие усмотрят здесь аллюзию на способ восприятия вещей: какие стороны в жизни, в людях замечаются прежде всего, что, в индивидуальном представлении каждого, скрывается в тяготах жизни – явные неприятности или, кроме того, потенциал для приобретения какого-то нового опыта?

В заключение обзора хотелось бы привести замечательную мысль Саади:

Бывает, что мы не можем обойтись без науки, математики, ученых споров, посредством которых развивается человеческое сознание. Но случается и так, что мы начинаем нуждаться в стихах, шахматах, занимательных историях – в том, что приносит радость и освежает душу»²⁷.

Литература

- С. Аверинцев, *Аналитическая психология К. Г. Юнга и закономерности творческой фантазии*, «Вопросы литературы» 1970, № 3, с. 113–143
- О.Ф. Акимущкин, *Средневековый Иран. Культура, история, филология*, Санкт-Петербург 2004
- Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, *Основы сказкотерапии*, Санкт-Петербург 2006
- История всемирной литературы в 9-ти томах*, т. 3, Москва 1985
- А.И. Княжицкий, *Притчи*, Москва 1994
- Н.И. Конрад, *О литературном посреднике – «Запад и Восток»*, Москва 1966
- А. Менегетти, *Образ и бессознательное*, Москва 2004
- Метафора в языке и тексте*, под ред. В. Н. Телии, Москва 1988
- Н. Пезешкиан, *Психотерапия повседневной жизни*, Москва 1995
- Персидская классика поры расцвета. Антология поэзии*, Москва 2005
- Г.Г. Слышкин, *От текста к символу. Лингвокультурные концепты прецедентных текстов в сознании и дискурсе*, Москва 2000
- Д.М. Соколов, *Сказки и сказкотерапия*, Москва 2001
- Типология и взаимосвязи литератур древнего мира*. Сборник статей Института мировой литературы им. А.М.Горького, Москва 1971
- М.-Л. фон Франц, *Психология сказки: Толкование волшебных сказок. Психологический смысл искупления в волшебной сказке*, (пер. с англ.), под ред. В.В. Зеленского, Санкт-Петербург 1998
- Р.М. Фрумкина, *Психолингвистика*, Москва 2003

²⁶ См.: *A Little Difference*, [в:] N. Peseschkian, M.D., *The Merchant and The Parrot...*, с. 155, перевод мой. – Л.М.

²⁷ См.: N. Peseschkian, *The Merchant and the Parrot...*, с. XIV, перевод мой. – Л.М.

- К.Г. Юнг, *Душа и миф: шесть архетипов*, Москва 2004
- B. Bettelheim, *The uses of enchantment. The meaning and importance of fairy tales*, New York 1977
- The Essential Rumi*, Translation by Coleman Barks, San Francisco 2004
- C.G. Jung, *Memories, Dreams, Reflections*, New York 1963
- D.L. R. Lorimer, *Persian Tales*, London 1919
- Nossrat Peseschkian, *Oriental Stories as Tools in Psychotherapy*, New Delhi 1992
- Nossrat Peseschkian, *The Merchant and The Parrot*, New Delhi 1992
- St. Thompson, *Motif-Index of Folk Literature. A Classification of Narrative Elements in Folk-Tales, Ballads, Myths*. Bloomington, vols. 1-6, Indiana University Press, 1956-1958
- B. Bettelheim, *Cudowne i pozytywne. O znaczeniach i wartościach baśni*, t. 1, Warszawa, 1985
- S. Grabias, *Język w zachowaniach współczesnych*, Lublin 1997