

«Мыслить — значит терпеть боль»

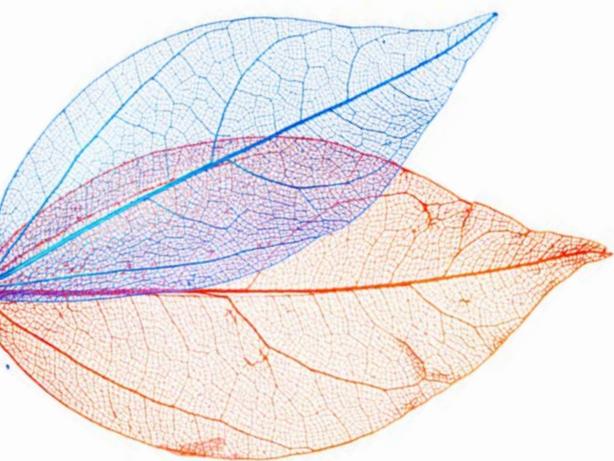


Ерёмин Борис Александрович

- Психолог, психоаналитик
- Тренинг-аналитик и супервизор ЕАРПП (Россия, РО-Москва) и ЕСРР (Vienna, Austria)
- Член Правления и Паст-Председатель РО-Москва (ЕАРПП)
- Преподаватель Международной школы группового психоанализа (МШГА, Москва)
- Исследователь, автор многочисленных публикаций и образовательных программ по психоанализу

— **Какие вопросы стоят перед современным психоанализом и какие люди обычно выбирают эту профессию?**

— Психоанализ занимается ответами на фундаментальные философские вопросы. Речь идёт о том, что мы пытаемся понять: что вообще такое *Homo sapiens*. З. Фрейд говорил о трёх ударах, нанесённых по самолюбию человека. Первый удар нанёс Н. Коперник доказав, что земля не является центром солнечной системы. Его гелиоцентрическая модель заменила геоцентрическую, и Земля оказалась не центром Вселенной, а всего лишь одной из планет, вращающихся вокруг Солнца. Биологический удар по нарциссизму нанес Ч. Дарвин. *Homo sapiens* — всего лишь звено в биологической череде видов, а вовсе не царь природы. Множество оболочек покрывает землю и лишь одна из них — человек. Так учил нас Фридрих Ницше. Третий удар нанёс сам З. Фрейд, когда показал, что человек есть нечто, что надлежит



преодолеть. Эго — не хозяин в доме своём, мы всегда постфактум понимаем, что мы делаем. Наши поступки и мышление детерминированы бессознательными психическими процессами.

Где-то лет 35 тысяч тому назад из неандертальца каким-то образом появился Homo sapiens. Читатели не знают как, я тоже. Вопрос: что такое человек и как возникло мышление? Это — мощный подарок эволюции нам, существам, называющим себя «человек мыслящий, человек разумный». Но мышление — это еще и проклятое наследие эволюции, потому что мыслить — это значит терпеть боль. З. Фрейд назвал способность выносить страдание мышлением, но он не описал, как это происходит. Потом бессознательной системой мышления занялись кляйнианцы и У. Бион.

Если мы не будем продолжать попытки изучать мышление человека, мы не сможем заниматься анализом, потому что весь анализ направлен на то, чтобы научиться справляться с неудовольствием, научиться мыслить, то есть терпеть боль.

Однако, мышление — слишком тяжёлый груз для животного, которое называется тело: мыслить никто не хочет, ни пациенты, ни аналитики. Все очень устали, мы ограничены во времени и способностях. Мы зависим от пищи, от воздуха, от отношений и мощно боремся с этими зависимостями, которые означают страдания, а мы хотим удовольствий. Такова реальность любого человека. Реальность аналитика в том, что к нему еще приходят другие люди, которые приносят свой груз проблем, необработанных, болезненных переживаний. Приносят для того, чтобы их просто выбросить в аналитика.

Если мы не будем продолжать попытки изучать мышление человека, мы не сможем заниматься анализом, потому что весь анализ направлен на то, чтобы научиться справляться с неудовольствием, научиться мыслить, то есть терпеть боль.

Что же тогда заставляет некоторых людей выбирать эту профессию? Вопрос серьезный. Вероятно, какая-то очень фундаментальная инфантильная проблема. Вряд ли аналитиками становятся из-за того, что жизнь удалась. Скорее всего, имели место очень провальные, болезненные переживания, самые ранние. Если думать в этом направлении, то у меня складывается впечатление, что аналитик хочет понять: «как же думала моя мать? Как она могла жить? Что ей мешало думать? И что ей позволяло думать»? Тогда мы всю жизнь пытаемся узнать, как думаешь сам и узнать, как думают пациенты. Может быть, это одна из детерминант, которая толкает людей в анализ. Не принцип удовольствия, не принцип реальности, а как учил У. Бион: К-импульс, желание узнать.

— Что формирует аналитика? Расскажите, пожалуйста, что Вам помогало на пути становления и профессиональной идентификации?

— Банально, но у каждого аналитика путь тяжёлый. Пока жив, здоров и функционируешь — процесс развития постоянно продолжается. Если трудиться и иметь силы читать, размышлять, учиться, дело пойдёт. Важно иметь свой личный тренинг. Хорошо, когда он разный и когда есть возможность проходить анализ у аналитиков разных школ.

Важно иметь свой личный тренинг. Хорошо, когда он разный и когда есть возможность проходить анализ у аналитиков разных школ. В некотором смысле, это решает психоаналитическую судьбу.

В некотором смысле, это решает психоаналитическую судьбу. Всё, что вкладывается в понятие профессиональной идентичности, что её формирует — общение с коллегами, выступления на конференциях, круглых столах, интервизии, супервизии — занимает много времени, но это интересно, потому что есть такое желание: узнавать. Отвечать на самый абстрактный и самый прикладной вопрос: что такое человек?

Если говорить о конкретной реализации моих собственных интересов, то я начал как ортодоксальный фрейдист. Я очень хорошо, в деталях, представляю себе, что такое фрейдизм. У меня были свои специфические возможности изучить труды З. Фрейда, в связи с тем, что психоанализом долгое время занимался мой отец, который проходил анализ у ссыльных немцев, оттуда идёт ветвь Карла Абрахама.

Отец много читал. Вся фрейдистская литература была дома, на немецком и на русском. Ещё подростком я имел к ней доступ. Когда я потом изучал Фрейда, мне казалось, что я как будто уже слышал его и как будто уже все это знал. В этом смысле мне повезло.

Личный анализ я начал проходить у Арона Исааковича Белкина, он знал многих нейробиологов, был известным ученым с мировым именем. С его легкой руки стали приезжать зарубежные аналитики и была организована обучающая группа, где мне посчастливилось учиться и впоследствии работать, читать лекции. С 1998 по 2008 год я стал ездить в Прагу на личный тренинг к современному эго-психологу Майклу Шебеку, не чуждому кляйнианскому анализу. Там я продолжал обучение, проходил супервизии, которых было много. Благодаря этому моя идентичность формировалась, а желание заниматься психоанализом крепло. На протяжении многих лет я сотрудничал с разными институтами, преподавал, вёл семинары, тренинги. Однако некоторые вопросы остались для меня нерешенными. Знакомство с идеями У. Биона придало новый вектор моему познанию, они заморозили меня, они очень оригинальные, они являются ядром того, что происходит между аналитиком и пациентом. Раскрыть их помог Антонино Ферро — постбионианец, апологет ненасыщенных интерпретаций, поэт, подражать ему бесполезно, как и Бетти Джозеф. Помимо этих замечательных современных мыслителей огромное влияние на меня оказал Джеймс Гротштейн, американский аналитик, один из популяризаторов У. Биона, генераторов постбионианских идей. Бцион блестяще мыслит, но его трудно переводить, приходится читать учеников, в частности Ферро и Гротштейна.

— Как с точки зрения современной ситуации в России изменилось положение аналитика, появились ли новые возможности для становления и развития?

— Да, конечно, изменения есть. Даже относительно возможности читать профессиональную литературу. Моя мать — врач, поэтому у неё был доступ к анналам библиотек. Вторая родина З. Фрейда — Россия, в том смысле, что многие его труды были практически сразу переведены на русский язык.

С 1921 по 1925 годы под редакцией И.Д. Ермакова издавалась «Психологическая и психоаналитическая библиотека», в которой были изданы переводы многих трудов

З. Фрейда и других психоаналитиков. Этой литературы в широком доступе, конечно, не было. Чисто идеологически считалось, что неврозом быть не может, сексуальность была понята вульгарно, не как судьба психической энергии, поэтому академическая советская школа психологии сосредоточилась на теории деятельности. В академические круги аналитикам ход был закрыт, пришлось приложить немало усилий, чтобы дать возможность развиваться психоаналитической мысли на официальном уровне.

Только в 1996 году вышел указ Б.Н. Ельцина о возрождении психоанализа в России. Стараниями М.М. Решетникова открылся Восточно-Европейский институт психоанализа (ВЕИП). Но даже тогда ощущалась нехватка литературы. А сейчас я из Лондона привёз три чемодана книг. У меня есть гаджет, а в нём приложение для чтения. У меня там книг 900, и рядом со мной, в кабинете полки с книгами, фрейдистскими и кляйнианскими. Сейчас доступ к литературе — читай, не хочу. В этом смысле современность очень облегчает жизнь. С другой стороны, стало понятно, что З. Фрейд только начал.

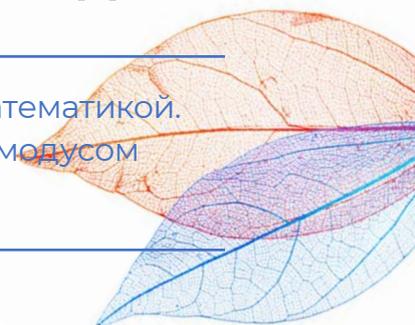
Сейчас выходят книги по нейропсихоанализу, нейрофизиолог Антонио Дамасио можно сказать, сгенерировал новую метапсихологию, можно изучать теорию хаоса, разработанную школой И.Р. Пригожина. Это я к тому, что доступ к литературе стал легче. И стало труднее, потому что менее понятно, что же такое человек, что такое мышление? Полно литературы, но необходимо приложить много времени и сил, чтобы начать в ней ориентироваться. Необходимо сформировать определенные фильтры, чтобы изучать литературу в зависимости от того, как ты смотришь на анализ.

— Что, на ваш взгляд, может помочь молодым специалистам ориентироваться в этом потоке информации?

— Я думаю, развитие этой способности имеет прямое отношение к обучению аналитиков. Я опять сошлюсь на Ферро. У него выходит книга «Руководство по галактике психоанализа». Книга построена следующим образом: молодой аналитик спрашивает у Ферро, как жить дальше. А Ферро, с присущим ему юмором и оптимизмом, интеллектом, размышляет. Он говорит, что где-то на четвертом году обучения психоанализу можно сходить в музей З. Фрейда. А до этого изучать работы М. Кляйн, У. Биона, литературу, философию, логику, поэзию, кинематограф. Образование построено в терминах фрейдистских моделей и это — большая проблема. Ситуация начинает меняться, это понимает руководство ЕАРПП, уже возникают идеи новых образовательных программ, но до реальных изменений в системе формирования бионианского мышления еще далеко.

Я руководствуюсь соображениями некоторых аналитиков неклассического направления: постбионианцев, латиноамериканцев и итальянцев. Они демонстрируют мощные знания литературы, поэзии, кинематографа, логики, философии и математики, теории хаоса. Я думаю, что психоанализ находится между поэзией и математикой. То есть между правополушарным и левополушарным модусом обработки информации.

Я думаю, что психоанализ находится между поэзией и математикой.
То есть между правополушарным и левополушарным модусом
обработки информации.



Аналитику надо не только читать,
надо стараться писать стихи,
как упражнения, как утренние
зарисовки.

С одной стороны, это строгий фрейдистский метод наблюдения, с другой стороны, понимание образов, которые концептуализируются в терминах бессознательных фантазий, соответствующих некоторым мифам, поэтическому творчеству, художественным произведениям или кинофильмам.

У Раймона Кено есть работа, которая называется «Упражнения в стиле». Он предлагает задания: нужно описать персонажа или ситуацию с разных точек зрения и в разных стилях: трагическом, драматическом, комедийном и т.д. А также от лица маленького ребенка, персонажа сказки, взрослого человека. Множество разных вариантов представления одного и того же сюжета. Данное упражнение помогает развить способность к сновидениям наяву.

Важно изучить то, что сделал Фрейд. И возможно, рассеять уже то, что он сделал, потому что аппарат, который он предложил, его концепция, эвристически мощная, но она не описывает то, как мы переживаем. Формулировка ответа на вопрос: «кто такой современный аналитик, какова цель анализа?», — будет зависеть от того, какой тренинг прошёл тот, кто отвечает на этот вопрос и чему его обучали. Если мы хотим соответствовать реалиям сегодняшнего дня, мы должны учитывать в обучении не только основы, но и инновации.

— **Каких поэтов, на ваш взгляд, полезно читать психоаналитикам?**

— Мне нравятся русские поэты: М. Цветаева, А. Ахматова, С. Есенин, В. Маяковский. Они могут мыслить метафорами. Обычно ссылаются на британцев, но я их не могу читать, потому что я — не англичанин. Бион любил «Потерянный рай» Джона Мильтона — красивая вещь.

Аналитику надо не только читать, надо стараться писать стихи, как упражнения, как утренние зарисовки. Об этом говорит Ферро, и об этом говорил З. Фрейд. Он рекомендовал свободно ассоциировать, писать всё, что придёт в голову. А чтобы не утонуть в поэтических эссе, надо знать, что делаешь. Уметь думать в терминах разных школ, разных мыслителей. Для этого много учиться.

— **Борис Александрович, что в идеях У. Биона так вас заморозило, какая тайна скрывается в его работах?**

— Он задал самый сокровенный вопрос, он создал метатеорию, которая включает в себя и классическую модель и кляйнианство. Сам он был строгим кляйнианцем, Бион не знал, кто такие бионианцы, и только благодаря его ученикам, тем кто проходил у него анализ, мы можем кое-что уловить. Если бы не было Ферро, мы бы так и не поняли

Мы тотально ограничены во всем: во времени, физически,
эмоционально. Как сделать так, чтобы мы могли генерировать идеи,
чтобы мы могли мыслить там, где больно?

У. Биона. Он, как и З. Фрейд, велик. И, как и Фрейд, поэт. Работы З. Фрейда — поэтические. Но мы делаем акцент не на его поэзии, а на способности толковать вытесненный материал, что тоже важно и нужно.

Но не менее важно понять, как человек мыслит, как обрабатывает раздражители и как получает из них психические единицы и терпит боль. Какой ценой человек терпит боль? Какой ценой аналитик терпит болезненные переживания? Свои собственные и те, которые в него вбрасываются. Бессознательное — текучесть моментов жизни, самого бытия. Мы всегда в потоке становления, проживания, мы проживаем эту жизнь всегда. И мы не знаем об этом. Мы хотим быть кем-то, какими-то. Но у нас всего лишь одна задача — стать собой. Реализовать свои потенции. Свои возможности.

Бион говорил о том, что бессознательное — это хаос раздражителей, которые получены с помощью органов чувств. Это иголки, которые атакуют младенца, это хаотичная ситуация, которая никак не концептуализирована. Как эти сенсорные раздражители превратить в психику — вот вопрос.

Матте Бланко приводил такой пример. Представим небоскрёб, составленный из листов тонкой бумаги. Это ситуация, которая называется симметризация опыта, когда нет возможности отличить один объект от другого. Нет точки отсчета. А чтобы

Анализ трансфера должен осуществляться с точки зрения самых ранних, самых мощных инфантильных переживаний

она появилась, надо, чтобы это кто-то сделал. Как подводная лодка, которая плывет без навигации под водой и моряки не знают, где они. Или где-то в космосе человек, где нет ни верха, ни низа, ни право, ни лево, только бесконечное пространство, глубокая пустота. Как будет ориентироваться подлодка? Где точка отсчета, которая создала бы начало и систему координат? Сплошная симметрия раздражителей. И среди толщи симметрии есть один ассиметричный листик — мысль. В этом Матте Бланко созвучен с Бионом. Но чтобы эта реперная точка, эта асимметрия возникла, нужен аппарат для думания бессмысленных раздражителей или диких мыслей. Кто это делает? Это делает мать, но она обычная. С таким же рудиментарным и эмбриональным способом мышления.

Мы тотально ограничены во всем: во времени, физически, эмоционально. Как сделать так, чтобы мы могли генерировать идеи, чтобы мы могли мыслить там, где больно? Неспособность мыслить определяет всю психопатологию. Эти идеи появились не от хорошей жизни. Я почувствовал эту ограниченность, и в этом смысле трудно без поддержки коллег, сейчас появились соратники, коллеги, которые разделяют мои позиции.

— Почему так трудно преодолеть авторитет теории З. Фрейда?

— З. Фрейд — фигура идеализированная, родительская, отцовская. За такую фигуру хочется держаться и отказ от неё воспринимается как некоторое предательство. Как атака на родителя. Не надо отказываться, надо изучить, вместе с другими подходами. С другой стороны, теория З. Фрейда — это то, что достаточно хорошо известно. Всё

остальное непонятно. Что говорил Бион вообще неясно, он писал тексты, очень странные, особенно после 1965-года, до этого он был кляйнианцем. И если нечто непонятно, то это неопределенность, которая не выносится. Мы хотим всегда знать. Хочется вернуться туда, где ясно. А не туда, где неясно.

У. Бион говорил, что интерпретации должны содержать новое, то, что неизвестно. Нужно иметь несколько интерпретаций сразу, которые надо прожить и прочувствовать, если нет, то не надо интерпретировать. Если нет, то надо молчать? А пациент возьмёт и уйдёт, скажет: у нас ничего не работает, вы мне не помогаете, вот уйду. И уйдут все пациенты, а ты всё ждёшь. Или ты под давлением пациента должен что-то интерпретировать, но тогда речь идёт не о психоанализе, а о том, что ты не выдерживаешь давления и неопределенности. Это не анализ тогда. А что анализ?

Кляйнианцы говорят, что надо интерпретировать трансфер. Всегда одна задача: интерпретировать то, что происходит между аналитиком и пациентом, всегда. Анализ трансфера должен осуществляться с точки зрения самых ранних, самых мощных инфантильных переживаний, которые определяют провалы, но и они не видны, не заметны. Если сместить обучение в этом направлении, наверное, будут какие-то более успешные, более понимающие аналитики, более умелые, более талантливые. Чувствительность может развиваться, если на этом делается акцент в образовании. Если об этом не говорят, то этого и не происходит.

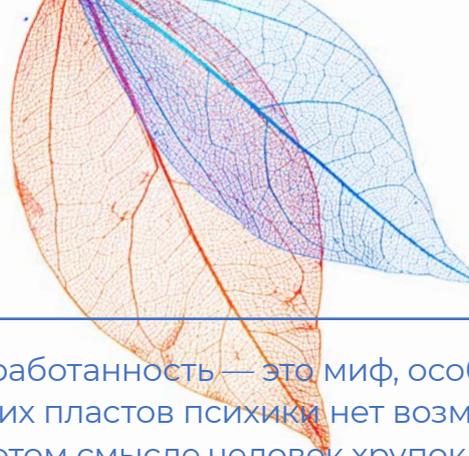
Однажды Бион подошел к своему шкафу достал переписку З. Фрейда с Лу Саломе и зачитал Гротштейну, своему пациенту, идеи, которые потом Ферро очень хорошо обо-

Иногда аналитик настолько хрупок, что ситуации из его реальной жизни, которые в унисон звучат бедам, провалам пациентов могут привести разыгрыванию.

сновал. Эдипов комплекс, он как самая яркая звезда. Ещё ярче светят огни большого города, неба не видно, может быть одну, ту самую яркую звезду видно, а всё остальное в свете фонарей не наблюдается. Если выключить весь свет, можно увидеть и другие созвездия. Это луч интенсивной темноты. Без памяти и желаний, без попыток понимания — это очень трудно. И это перефразировка советов З. Фрейда по технике ведения психоанализа 1912 г.

— Там, где темнота и хаос, где неопределенность и неизвестность, что может стать опорой?

— Аппарат для думания этого хаоса. Приручение диких зверей — раздражителей. И их должен кто-то приручить. Красивая, молодая, юная мать, которая смогла одомашнить этих диких зверей, трансформировала бета-элементы в альфа, в психическую продукцию, которую можно мыслить. Когда мысли есть, а аппарата для мышления нет, младенец должен найти аппарат, заимствовать у матери. А мать должна опираться на отца, а сама эта пара на общество. Общество, в свою очередь, на каких-то гениев, которые ведут его вперёд. Чтобы оно развивалось, человеческий род должен продолжаться, а мать могла сладить с младенцем.



Проанализированность и проработанность — это миф, особенно в классическом подходе. До ранних пластов психики нет возможности добежать или дойти, и в этом смысле человек хрупок.

— Если попробовать нарисовать образ современного аналитика и пациента, кто эти люди?

— Современны мы все. Это вы, это я, может быть, какие-то другие, более устойчивые, более умные, более талантливые, более понимающие свои ограничения специалисты, которые проходят несколько анализов, изучают разные языки, чтобы свободно читать литературу в оригинале, знакомиться с разными точками зрения. И пациенты — это тоже мы все. Анализ должен быть направлен на психотическую часть, и тут ничего не меняется, она есть у всех.

У аналитика есть перспективы: познакомившись с разными течениями в анализе, он может для себя что-то сконструировать, описать желаемый для себя план. Будем надеяться, что появится новая система обучения. И может быть, завтрашний аналитический мир не будет таким нарциссичным, чтобы иметь закрытые общества. Аналитики будут свободно делиться соображениями с коллегами.

Наша реальная ситуация в том, что пациенты приходят на анализ не пять раз в неделю, а один. При таком сеттинге крайне трудно интерпретировать сепарационную тревогу. Говорят, что можно, но очень сомнительно. Аналитик, как правило, перегружен. У него масса проблем, масса своих нерешенных тревог, боли эмоциональной и тут он еще решает, что его будут перегружать этой болью. Все мы — ремесленники с большими жизненными трудностями.

Как наша профессиональная деятельность, наша занятость отражается на ближних? Параноидные состояния, безымянный ужас, когда мать отсутствует, колоссальные атаки на родителей, они убиты и похоронены, преследующая вина, то есть самые ранние переживания, они покрыты снегами. На поверхности — невротическая часть. Может быть, аналитику хочется узнать проблемы и боль своей матери, её тревоги. Но для того, чтобы эту истину, свою эмоциональную боль встречать, надо иметь способность выносить её.

Есть такое понятие, как проанализированность, проработанность. Самые ранние прекоцептуальные травмы, провалы материнского контейнера никак не заметны, кроме как в идиосинкратической окраске конфликтов. Это самый ранний провал контейнера, чтобы до него добраться, я не знаю, что надо сделать. Нужно определенное видение, способность улавливать определенные травмы и для этого нужны годы. Любой аналитик уязвим, хрупок. Тем более, если учат классической парадигме, то там нет такого микроскопа, который бы наблюдал эти ранние переживания, провалы контейнера. И иногда аналитик настолько хрупок, что ситуации из его реальной жизни, которые в унисон звучат бедам, провалам пациентов могут привести к разыгрыванию, отыгрыванию, а то и каким-то негативным реакциям не только со стороны пациента, но и аналитика. Могут быть срывы, переходы границ. Это описано в работе К. Марода «Сила контртрансфера». А его работа 2022 года называется «Хрупкость аналитика». Мы все надеемся на то, что аналитик будет устойчив, но тут уж «как звезды сойдутся».

Негативная способность аналитика динамична и зависит от ряда факторов: от его состояния (как он спал, насколько много он работает), от его контейнера, насколько его семейная ситуация стабильна, насколько его здоровье стабильно, насколько тяжелы его пациенты и т.д.. Проанализированность и проработанность — это миф, особенно в классическом подходе. До ранних пластов психики нет возможности добежать или дойти, и в этом смысле человек хрупок. Поэтому в обучении аналитика нужно развивать способность концентрироваться не только на содержании того, что говорит человек, но и на самом процессе обработки содержания. Это творческий процесс, и чтобы его постичь нужно изучать теорию М. Кляйн и У. Биона.

3. Фрейда надо знать, потому что есть такие патологии психики, которые разрешаются с точки зрения теории невротозов. Валидность теории либидо обратно пропорциональна глубине психопатологии: в какой мере речь идёт о конфликте между либидо и защитами, а в какой о состоянии, в котором невозможно мыслить.

Для каждого аналитика быть аналитиком — это что-то своё. Вопрос: кто такой аналитик — это личный вопрос. Вопрос тренинга, интересов, бэграунда, естественно-научного или иного. Мне было трудно выскочить из замороженного фрейдистского мышления. Оно эвристически мощное, но примитивное, поэтому хочется всегда оставаться в терминах рефлекторной дуги. То есть не мыслить, а варьировать несколькими параметрами либидо и трактовать через них всю симптоматику.

Вытесненное в динамическую область психического, то, что уже было сознательным, не детерминирует проблему. Проблема определяет тот факт, что ты еще не сгенерировал элементы, из которых можно выстроить идеи, которые могли быть вытесненными. То есть повреждён сам аппарат генерирования психических элементов. Это повреждение приводит к тому, что то, что не сгенерировано, раздражитель, может быть только выброшено, от него хочется избавиться. Эта неспособность окрашивает провал контейнера, окрашивает всю психопатологию, о которой ты даже не знаешь, потому что занимаешься только поверхностью.

Тяжело выскочить из этой системы координат и идти дальше. Изучать новые области человеческого знания, читать философов, математиков. Если трудно так мыслить, то можно не ходить по этой дороге, можно оставаться на привычных маршрутах. Но если что-то толкает в неизвестность, можно выбрать и этот путь.

Беседовала А.В. Холобесова

