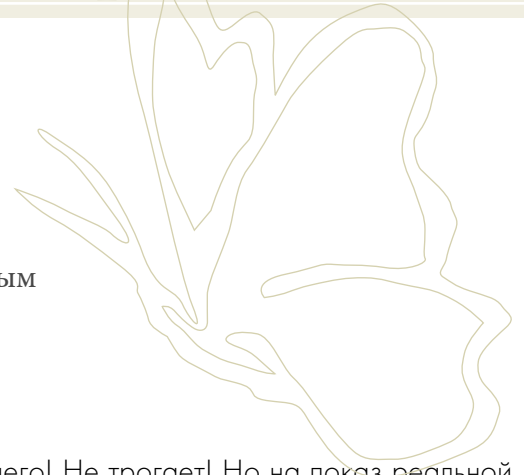




Реабилитационный центр «Акме»

ТАНАТОТЕРАПИЯ

Система, разработанная российским психологом В. Баскаковым



Появление "танатотерапии" напрямую связано с одной из базовых проблем Человека и Человечества - невозможности установления полноценного (максимально полного) контакта с процессами смерти и умирания. Реальность смерти, воспринимаемая человеком как его персональная конечность, законченность, летальность ("прах", "тлен"), активизирует слишком сильные его чувства. Активизация чувств человека - это активизация его энергии.

Для того чтобы согласиться с этим утверждением, вспомните, как начинает вести себя наше тело в тот момент, когда мы испытываем сильные чувства. Тело пытается эту энергию вывести через своеобразную "работу" тела: мы начинаем нервно ходить по комнате, сжимать руки, громко возмущаться (в этот момент, по меткому замечанию сатирика, "пар выходит через свисток"), "размахивать кулаками после драки" и др. Человеческое, окултуренное и цивилизованное ("социальное"), тело не способно впитать (другой профессиональный термин - "заземлить") такое количество энергии, которое связано с переживанием смерти (Баскаков В., 1998).

Выход из этой ситуации логичен. Смерть удаляется из жизни человека и Человечества, человек выходит из контакта с реальной смертью. Смерть превращается из реальности в имитацию, симулякр (Ямпольский М., Бодрийяр Ж., 2000). Для этого достаточно взглянуть на экран телевизора - сплошная смерть. Чудеса компьютерной графики достигли такой высоты, что мы видим, как снаряд разрывает тело героя фильма на части. И

что? Ничего! Не трогает! Но на показ реальной смерти в кино и на телевидении наложен запрет. Нельзя! Слишком чувствительно! Не избыток ли этой "эрзац-смерти" компенсирует недостаток реальной? Механизм катарсиса, наступающего в момент нашего присутствия рядом с реальной смертью и подчеркивающего в этот момент нашу жизненность, - механизм своеобразного зеркала (может, поэтому в жилище умершего занавешивают зеркала?) активизирует нашу потребность в контакте с этой реальностью. Именно этой жизнеутверждающей силой наполнена гравюра Эшера "Глаз": если смерть отражается в зрачке глаза - значит, глядящий на нее жив!

Название области и предложенный нами термин - "танатотерапия" - очень четко обозначает главную цель такой терапии - оказание специфической (!) помощи (от греч. thanatos смерть и thegaria - уход, забота, лечение) в установлении и восстановлении утраченного максимально полного контакта с процессами смерти и умирания (Баскаков В., 2001), и, таким образом, отличается ее, с одной стороны, от танатологии - науки о смерти (скорее раздел философии), с другой стороны, - от ухода за умирающими, паллиативной медицины. Хочется подчеркнуть последовательность значений в слове терапия, где на первом месте стоит уход, а лечение - на последнем. Современная медицина, хорошо справляясь с лечением, т.е. с воздействием с целью изменения или приведения к норме, оказывается совершенно бессильной в области профилактики здоровья, здорового образа жизни, т.е. в области создания условий (смотри, ниже).



Реабилитационный центр «Акме»

В танатотерапии интегрированы знания о разных видах смерти (тотальное расслабление, сон, оргазм, окончание /остановка, сумасшествие, объектные характеристики тела и др.), предложены конкретные приемы (техники) работы на установление контакта с перечисленными видами смерти.

Тотальное расслабление как смерть.

Только в первые минуты смерти тело человека максимально расслабляется (ср. "покойник" - от покой), сверхконтроль сознания покидает тело, и последнее становится объектом/предметом (ср. "мертвецки пьян", а, значит, падает как куль). В силу этой причины многие техники релаксации в качестве идеального, т.е. максимально расслабленного объекта используют образ тела умершего человека (сравни, "позу мертвого человека" из йоги). Мертвое тело занимает ряд важных для тотального расслабления позиций: руки и ноги полностью раскрываются, отпадает нижняя челюсть (Рис 4), глаза приоткрываются.

Акцент в танатотерапии делается на работе с телом и через тело человека. В этом нам видится особая "миссия" танатотерапии в деле восстановления своеобразной справедливости по отношению к человеческому телу. Обычно тело человека рассматривается, пользуясь языком гештальттерапии, своеобразным "фоном",

В танатотерапии ставка делается на т.н. "иньский" компонент - тотальное расслабление, в отличие от, в основном используемого в психотерапии, "янского" компонента.

При иньском подходе создаются условия, когда тело идет навстречу особым характеристикам контакта, устанавливающегося между контактируемыми (в частности, танатотерапевтом и клиентом). В этом идеально проявляет себя закон контакта: дать другому человеку можно не больше, чем он может взять, и наоборот, другой может взять не больше, чем ему могут дать. В этом смысле, воздействие, осуществляемое в танато-

терапии, является результатом взаимодействия между клиентом и танатотерапевтом. Это теоретическое, достаточно трудное для понимания положение хорошо усваивается, опять же, в ходе выполнения телесных приемов танатотерапии.

В танатотерапии в качестве средства установления (или восстановления утраченного) контакта с процессами смерти и умирания берется моделирование (в отличие, от имитации) смерти, причем редкого ее вида - т.н. правильной смерти. В основе такой модели - модель тотального расслабления. Тело человека, умирающего правильной смертью, характеризуется рядом специфических параметров. Его чувства спокойны, он иногда даже радостен (см. отрывок ниже). Его тело максимально расслабляется; дыхание становится поверхностным и замедленным; руки раскрываются, разворачиваются и ложатся ладонями вверх; ступни ног раскрываются и сами ноги распадаются; нижняя челюсть отпадает вниз; глаза приоткрываются (не видите ли Вы в таком описании - лежащего новорожденного ребенка?).