

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ ФЕНОМЕН МУЗЫКИ

Фетисова Евгения Николаевна

*К.ф.н, доцент, ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет», г. Хабаровск
evseneya@mail.ru*

ART THERAPEUTIC PHENOMENON OF MUSIC

E. Fetisova

Summary: The article analyzes the existential aspect of the art therapeutic method using music as an example. An approach is used where music is both a mechanism for sublimating suppressed feelings and emotions into positive ways of expressing feelings, and an art therapist. In this case, a person as an existence is face-to-face with music, passes it through himself and starts the process of existential healing.

Keywords: art therapy, existential value, philosophy of music, existential experience, musical harmony, spiritual culture, the unconscious.

Аннотация: В статье анализируется экзистенциальный аспект арт-терапевтического метода на примере музыки. Используется подход, когда музыка является одновременно и механизмом сублимирования подавленных чувств и эмоций в позитивные способы выражения чувств, и арт-терапевтом. В этом случае человек как экзистенция находится тет-а-тет с музыкой, пропускает ее через себя и запускает процесс экзистенциального оздоровления.

Ключевые слова: арт-терапия, экзистенциальная ценность, философия музыки, экзистенциальный опыт, музыкальная гармония, духовная культура, бессознательное.

Арт-терапия, как психологический метод, возник еще в 1938 г., когда талантливый британский художник Адриан Хилл в санатории для лечения туберкулезных больных и раненых солдат обратил внимание на важный факт: больные быстрее шли на поправку с помощью уроков рисования. Хилл сделал открытие, суть которого заключалась в терапевтическом воздействии искусства на больных. В частности, рисование помогало уменьшить телесные и душевные страдания пациентов, привнести в их жизнь некий положительный экзистенциальный опыт. Больные отвлекались от тягостных мыслей путем сублимации их в творчество.

Хилл вступил в Британское общество Красного Креста и стал пропагандировать свой метод, который стал называть арт-терапевтическим. Возможно, что сам термин принадлежит Адриану Хиллу, но доподлинно это не известно. В своей знаменитой книге «Искусство против болезней», опубликованной в 1945 г., автор уже употребляет термин «арт-терапия», сущность которого описывал практически во всех своих произведениях. Хилл добился разрешения использовать арт-терапию по всей стране. Команда единомышленников Хилла доставляла в больницы репродукции известных картин, рассказывала больным историю произведений, освещала биографии художников. Пациенты побуждались к самостоятельному рисованию. Повсеместно фиксировались положительные сдвиги в динамике их выздоровления.

К середине XX в. данная практика была перенесена в психиатрические больницы, в большей мере благодаря художнику Эдварду Адамсону. В течении 35 лет он собрал уникальную коллекцию рисунков, скульптур, картин и т.п., которая полностью создана пациентами психиатрических клиник. Данная коллекция стала отличным

научным материалом для дальнейшего развития арт-терапевтических методов по всему миру.

В 1964 г. в Британии была основана ассоциация арт-терапевтов, а Адриан Хилл стал ее президентом. Далее популярность нового метода развивалась стремительно, и уже в 1969 г. свой устав утверждает Арт-терапевтическая ассоциация Америки.

Вплоть до 80-х гг. XX в. арт-терапию, в основном, рассматривали как метод психотерапии, связанный с выражением эмоций и иных глубин человеческой психики через разные виды искусства с целью изменения состояния и структуры мироощущения в сторону положительной динамики.

Ситуация кардинально изменилась к концу XX в., когда мир окончательно, если можно так сказать, оцифровался, впал в гуманитарный кризис, увеличилось число межнациональных конфликтов, мировоззрение в целом претерпело большие метаморфозы, и процесс этот продолжается. Все некогда цементирующие основы политической и духовной жизни социума вырождаются, на их месте еще не закрепились новые основания. Как следствие, ценностно-мировоззренческая ориентация личности в современных реалиях не просто усложняется, но и несет в себе деструктивные элементы, пагубно влияющие на качество жизни людей и целых государств.

Жизнь отдельного человека, его проблемы и предпочтения, ценности и пути преодоления личных невзгод вновь становятся важными и значимыми. Вот почему экзистенциальные идеи на сегодняшний момент не утрачивают своей актуальности, но и становятся одними из самых перспективных философских концеп-

ций. Арт-терапевтический метод из психологического постепенно становится экзистенциальным, даже экзистенциально-гуманистическим, помогающим индивиду преодолеть негативные аспекты собственной сущности, раскрыть позитивные акценты эмоциональной природы. На сегодняшний день арт-терапия представляет из себя независимую дисциплину, которая применяется в разных областях жизни человека [3].

В рамках данной статьи анализируется экзистенциальный аспект арт-терапевтического метода на примере музыки. Причем музыка одновременно выступает в роли терапевта. То есть, рассматривается тот случай, когда не требуется живой проводник (в нашем случае арт-терапевт), а сама музыка является одновременно и самым волшебным механизмом сублимирования подавленных чувств и эмоций в позитивные способы выражения чувств, и таким своеобразным арт-терапевтом. Т.е. отдельный человек как экзистенция находится тет-а-тет с музыкой, пропускает ее через себя и запускает процесс экзистенциального оздоровления. В статье рассматривается не только музыка-мелодия, но мелодия с наложенным на нее текстом, или наоборот.

Буквально арт-терапия переводится как «излечение творчеством». В нашем случае человек не творит музыку, а творит некое поле, которое создает благодатную почву для экзистенциального оздоровления внутреннего мира индивида.

Основной теоретической базой арт-терапии является классический психоанализ Зигмунда Фрейда и его идеи сублимации. Фрейд один из первых проанализировал зависимость человеческого поведения от иррациональных установок и влечений, которые могут сформироваться в самом раннем детстве под воздействием, например, сильных эмоциональных потрясений. По мере взросления индивид воспринимает реальность по-другому, «через ум». Но бессознательные установки начинают конфликтовать с сознательными новыми предпочтениями, что ведет к ухудшению качества жизни, а порой к серьезным психическим проблемам. Фрейд считал, что вытесненный материал должен быть заново осознан человеком. Для этой цели и служат особые методики, лежащие в основе психоанализа. На современном этапе арт-терапию можно рассматривать в качестве психоаналитического инструмента.

Так, в арт-терапии важна часть психики, которую называют «предсознательное». Если в бессознательной части психики процессы не осознаны и находятся, зачастую, в состоянии конфликта с сознанием, то предсознательное – это потенциально осознаваемая часть, при условии направления на нее внимания. Позднее Фрейд предложил структурную модель психики, включающую Ид, Эго и Суперэго. Суперэго выполняет роль строгого

контролера, не пускающего в сознание вытесненные события и установки.

Подавленные влечения, переживания, страхи могут прорываться в реальность по мнению Фрейда через описки, оговорки, сновидения и т.п. Следуя этой концепции, мы можем утверждать, что музыка способна достигать до очень интимных ценностных установок человека, его неосознанных страхов, чувств и переживаний. Когда человек окунается в музыку, которая резонирует с его душой, здесь и происходит терапия [2]. Основатель стиля регги, Боб Марли так высказался о лечебной способности музыки: «В музыке есть прекрасная вещь — когда она попадает в тебя, ты не чувствуешь боли». Если на музыку накладывается текст на понятном клиенту языке, терапевтический эффект может быть потрясающим. И музыка, и поэзия символичны. Они не переводимы на обычные языки, которые имеют строгую логику. В поэзии логики нет, в музыке логики нет. Но есть много интуитивного, бессознательного, архетипичного, сотканного из символов. Ричард Вагнер по этому поводу высказался так: «Я убежден, что есть универсальные потоки Божественной мысли, вибрирующей эфир всюду, и что любой, кто может чувствовать эти колебания, вдохновлен». Любое искусство имеет много вариантов понимания заложенных в него символов. Музыка и поэзия несут в себе бесконечность смысла. Это одно из объяснений арт-терапевтического эффекта этого вида искусства: музыка плюс поэзия [1].

Музыка способна задеть любые струны души, заставить зазвучать человека очень красиво, меняя его экзистенциальные основы с учетом нового опыта в более комфортную сторону. Музыка способна приоткрыть створку в Суперэго, выпустить деструктивную установку, окрасить ее новыми осознанными смыслами, сублимировать в позитив [7].

П.А. Флоренский писал: «Музыка пользуется материальным, <...> податливым всякому мгновению творческой воли. Звуки беспредельно податливы и способны запечатлеть собою пространство любого строения. Но именно потому музыкальное произведение оставляет слушателю наибольшую степень свободы и, как алгебра, дает формулы, способные заполняться содержаниями почти беспредельно разнообразными» [8, с.315].

Поэтому музыка безгранична в своих смыслах, и каждый может найти в ней для себя то лечебное упоение, которого невозможно достичь через логику, через ум. Например, экзистенциальную тревогу, как правило, сложно разложить по полочкам через логику в каждом конкретном случае. На то она и носит экзистенциальный окрас, для каждого человека свои тона и нюансы. Но основывается данная тревога на небольшом наборе про-

блем, осмысленных каждым по-своему: проблемы свободы, ответственности, выбора; жизни и смерти; любви и одиночества; смысла жизни. Эти экзистенциальные данности можно разбить на более мелкие, но все равно их количество будет ограничено. А вот интерпретация смыслов этих проблем может быть бесконечно большим. Искусство способно через своеобразный исцеляющий диалог с человеком приблизить его к некой золотой середине в осознании себя и своего места в мире [5].

Музыка является для всей культуры в целом важной экзистенциальной ценностью, неким довербальным искусством, «знающим» самые основы психического бытия человека. Через нее человек изначально делился всеми переживаниями, радостями и горестями. Через музыку люди учились понимать друг друга на духовном уровне. Нет ни одного, даже самого короткого промежутка в истории, где не царил бы музыка. Она традиционно выполняла целый ряд функций: мировоззренческая, этическая, эстетическая, гносеологическая, онтологическая, аксиологическая, коммуникативная, терапевтическая и др. Несомненно, что терапевтическая функция всегда играла важную роль. Как говорилось выше, музыка способна создавать интимное пространство, когда слушатель без опасения быть подслушанным, интуитивно проживает болезненные ситуации наилучшим образом. Как сказал великий Бетховен: «Музыка — это откровение более высокое, чем мудрость и философия». Ему вторит не менее великий Бах: «Цель музыки — трогать сердца».

По Фрейду основной задачей психоанализа является

погружение вглубь переживаний человека, в его бессознательное, выявление травм, негативных поведенческих установок и т.п. Но большинство людей не ходят ни к психологам, ни, тем более, к психотерапевтам. Многие боятся таких визитов, не верят в их продуктивность. На помощь в таких ситуациях и приходит арт-терапия, которая уже давно вышла за рамки статуса психологического метода. Слушатель может ничего не знать об арт-терапии, но при прослушивании музыки, которая его вдохновляет, все равно получать терапевтический эффект.

На сегодняшний момент под арт-терапией все-таки понимается лечение изобразительным творчеством с целью воздействия на психоэмоциональное состояние клиента через посредника арт-терапевта. Целью же настоящей статьи было осветить тот факт, что музыкальное произведение само может выступать в роли такого посредника.

Через музыку человек интуитивно и бережно ощущает связь со своим Я, единение с миром, свое предназначение, смысл жизни. Музыка является универсальной и созидательной силой в бытии человека, архаичным искусством, вмещающим все экзистенциальные аспекты его внутреннего мира. Музыка способна особым образом доносить до человека гармонию всего сущего, преобразовывать духовно-психологическую сферу сознания, побуждать его к рефлексии, духовному росту. Музыка – своеобразный арт-терапевт, заслуги которого бесценны.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ефремов Л.М. Экзистенциализм в литературе и искусстве // Филологические науки. Вопросы теории и практики. 2009. № 2 (4). С. 117-120.
2. Заховаева А.Г. Философские основы музыкальной терапии // Музыка и время. 2005. №9. С. 14-15
3. Заховаева А.Г. Искусство и медицина: грани взаимодействия (искусство, которое лечит истерзанное «Я») // Вестник психотерапии. 2005. № 13 (18). С. 123-129.
4. Ирхен И.И. Ценностно-мировоззренческая ориентация личности: опыт культурной концептуализации // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. 2014. №7. С. 257-261.
5. Приходовская Е.А., Окишева А.А. Музыка в ее возможностях формирования человеческой экзистенции // Вестник Томского государственного университета. Культурология и искусствоведение. 2020. №40. С. 184-189.
6. Сиднева Т.Б. Музыка в философии экзистенциализма // В сборнике: Концепты языка и культуры в творчестве Франца Кафки. Под ред. Б.С. Гецелова и др., Н. Новгород. 2005. С. 220-225.
7. Фетисова Е.Н. Экзистенциальная терапия рок-музыки (на примере «русского» рока) // Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия: Познание. 2020. № 5. С. 105-107.
8. Флоренский П.А. Анализ пространственности в художественно-изобразительных сочинениях // У водоразделов мысли. Т. 1. Статьи по искусству. Paris. 1985. 329 с.

© Фетисова Евгения Николаевна (evseneya@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»