

Владимир Баскаков

**Танатотерапия. Теоретические  
основы и  
практическое применение**



**Владимир Юрьевич Баскаков**  
**Танатотерапия.**  
**Теоретические основы и**  
**практическое применение**

*Текст предоставлен правообладателем*

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=7381950](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=7381950)*

*Танатотерапия: теоретические основы и практическое применение:*

*Институт Общегуманитарных Исследований; Москва; 2007*

*ISBN 978-5-88230-196-4*

**Аннотация**

Учебное пособие предназначено для лиц, прошедших обучающие семинары по танатотерапии с целью последующего углубления в данной теме.

# Содержание

1. Танатотерапия: постановка проблемы	5
2. Лики Танатоса. Символическая смерть: виды смерти	7
2.1. Тотальное расслабление как смерть	8
2.2. Сон как смерть	12
2.3. Любое окончание, завершение как смерть	17
2.4. Оргазм как «маленькая смерть»	22
2.5. Сумасшествие как вид смерти	26
2.6. Объектность и предметность тела и его частей	29
Конец ознакомительного фрагмента.	31

**В.Ю. Баскаков**  
**Танатотерапия:**  
**теоретические основы и**  
**практическое применение**

© Перевод, оформление серии, Институт общегуманитарных исследований, 2007

\* \* \*

# 1. Танатотерапия: постановка проблемы

Главной целью танатотерапии является оказание специфической помощи (от *therapia* — уход, забота, лечение) в установлении (или восстановлении утраченного) контакта человека с процессами смерти и умирания (Баскаков В., 1995). Актуальность такой помощи, особенно в настоящее время, базируется на невозможности полноценного контакта современного, а, значит, по меткому выражению отечественного режиссера и актера Роллана Быкова, – *шизофренизированного* человека с его сильными чувствами, которые он испытывает в момент его соприкосновения с реальностью смерти (проблема т. н. «заземления чувств»). Как результат: реальная смерть изгоняется из жизни современного человека, табуируется, а, значит, в силу исходного баланса/дуальности всех жизненных, космических процессов (вдох-выдох, день-ночь, лето-зима), – проникает в нашу жизнь в образе эрзац-смерти, симулякра (Бодрийяр Ж., 2000). Отсюда такой ее избыток в современном кинематографе, художественной литературе – количеством эрзац-смерти восполняется качество запретной реальной смерти. В силу отмеченной шизофренизированнойности современного человека нарушается изначальный баланс трех сфер

его существования – «ума»-«чувств»-«телесных ощущений и импульсов» (Boadella D., 1987, Успенский П., 1994) с мощным акцентированием/доминированием «ума» (разума, сознания, контроля). Прогноз на будущее отмеченного дисбаланса трех сфер легко проследить на примере пришельцев из будущего – гуманоидов – их внешнего вида – огромной как бы «раздутой» головы и дистрофированных конечностей (см. ниже). Раз идет и стремительно развивается у современного человека доминирование «ума» с параллельным «замораживанием» чувств и блокированием телесных импульсов – все более актуальным звучит шекспировское «зову я смерть!». Смерть выступает в своей специфической функции и позитивной роли активизатора сильных (пусть через страх!) чувств современного человека, реинтегратора трех его сфер.

Реальность смерти и контакт с ней – представляет максимально интересный предмет психологического исследования, психотерапевтической деятельности в силу особых качеств того, кто этим предметом и деятельностью занимается. Сам объект предполагает особые способы «заземления», не повсеместную толерантность смерти, а исключительный интерес к ней самой и механизмам (поведенческим, телесным), активизируемым в момент контакта человека со смертью.

## **2. Лики Танатоса. Символическая смерть: виды смерти**

Танатотерапия – моделирует (не имитирует!) реальную смерть через ее символическое представление. Такими видами-символами смерти выступают в танатотерапии: тотальное расслабление, сон, любое окончание/завершение/ остановка, оргазм, сумасшествие, объектные/предметные характеристики тела (Баскаков В., 2000). Что дает такое моделирование для контакта с реальностью смерти? Модельная (не-настоящая) смерть, одновременно включая паттерны (стереотипы) наших поведенческих, телесных реакций на реальность смерти, при этом – не ведет к шоку («короткому замыканию» трех сфер как при посттравматическом стрессе и шоковой травме), не разрушает тело, – позволяет танатотерапевту встраиваться в эту модель профессионально, технологически и оказывать помощь в выведении из паттернов. Чем более в модели не узнана смерть-«монстр» – тем более открыт человек этой реальности, тем полнее его контакт с ней.

## 2.1. 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). У тех, кто профессионально занимается перевозкой-переноской таких только что умерших тел существуют *специальные* приемы перемещения таких абсолютно пластичных, «текущих» тел. 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, глаза приоткрываются. На картине известного английского художника Джона Эверетта (Рис. 1) утонувшая Офелия изображена именно так: с широко открытыми глазами, ртом и руками ладонями вверх<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Позирующая художнику девушка была вынуждена долго лежать в воде, что привело ее к болезни и, в конечном счете, – смерти. Этот пример затрагивает целую область спекуляций, например, «артисты, играющие смерть – долго не живут» и др. Известно также выражение «если долго вглядываться в пропасть – она может взглянуть на Вас». Уже только наш собственный пример опровергает это.



Рис. 1 Утонувшая Офелия

Интересно, что после смерти с телом умершего часто производят определенные действия, направленные на приведение «в норму» этих полностью раскрытых частей тела: глаза закрывают, нижнюю челюсть подвязывают платком, руки и ноги связывают (Фото 1).



Фото 1. Мертвый Бисмарк.

Родственники Бисмарка до сих пор судятся с фотографами, тайно заснявшими и опубликовавшими в газетах фотографию мертвого Бисмарка за то, что на фото Бисмарк – этот символ могущества империи – показан слабым.

И это вместо того, чтобы при жизни поддерживать характеристики полностью раскрытого тела, например, приоткрытый рот, который нам закрывают в детстве наши родители («закрой рот, а то муха влетит!»), а взрослыми мы открываем его только от чрезмерного удивления. При этом родителям вряд ли известна ключевая роль нижней челюсти не только в подавлении негативных сильных чувств, таких как гнев, злость, ярость, ненависть (только при назывании этих чувств рефлекторно закрывается рот и сжимаются челюсти!), но и в такой важной будущей сфере жизни их ребенка как сексуальные отношения. Оказывается, в русском матерном языке глаголы «закрой рот!» и «не разговаривай!» – прямо отсылают к гениталиям.

Важно отметить, что тотально расслабленное тело холодеет, и похолодание, например, конечностей, – надежный индикатор движения в сторону тотального расслабления. Это противоречит, например, пути аутогенной тренировки, где вслед за аутосуггестией «моя рука тяжелая» (совершенно справедливо; смотри, ниже «объектность и предметность частей тела») следует – «моя рука теплая». Расслабление и теп-

ЛО – вещи несовместимые (смотри ниже).

## 2.2. Сон как смерть

Наилучшим образом этот вид смерти прослежен в сказочной традиции (ожившие персонажи произносят традиционное «как долго я спал/а»). Старорусское «смежить очи» означает одновременно и «погрузиться в сон, заснуть» и «умереть» (Фразеологический словарь русского языка, 2001).

Многие из молитв «на сон грядущий» и «заутренних», по сути, описывают акт покидания душой тела (смерть) и ее возвращение (воскрешение):

*Когда отходишь ко сну, произноси:*

*В руце Твой Господи Иисусе Христе, Боже мой, предаю дух мой: Ты же мя благослови, Ты мя помилуй и живот вечный даруй ми. Аминь («Молитва для мирян». «Новониколаевск», 1996 г. Стр. 34–35).*

В мифологии бог сна Гипнос, – брат бога смерти Танагоса. Так и механизмы сновидений и танатотерапии аналогичны: в момент расслабления во сне происходит активизация целительных («утро вечера мудренее») бессознательных структур, активизация энергии, которая не приводит к привычному ее подавлению и удержанию (к примеру, удержанию чувств в «русском теле», Баскаков В., 1998) или, наоборот, отреагированию, а позволяет максимально полно ее принять («заземлить»). Это способствует ее разблокирова-

нию и гармонизации. Прекрасной метафорой такого рода баланса может служить известная картина Генри Руссо (Henri Rousseau) (Рис. 2), на которой изображены спящий певец и стоящий над ним лев.

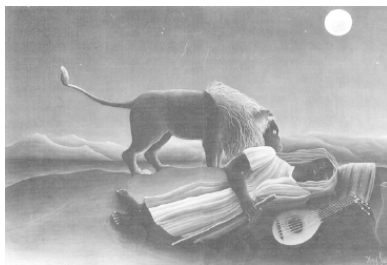


Рис. 2 Картина Генри Руссо «Сон»

Нам в этой картине важно подчеркнуть несколько ключевых моментов, отличающих и сон, и танатотерапию от других видов терапий: *максимальной безопасности* и своеобразного баланса процессов активизации («лев», сновидение) и расслабления («спящий путник»), а также своеобразной *логики тела*: грозный лев выходит **в тот момент**, когда путник засыпает.

Человек, готовясь «отойти ко сну» (ничего не напоминает эта фраза?), – редко засыпает *правильно*. Правильно относительно чего? Конечно, относительно *правильного умирания* (см. ниже). Мы редко засыпаем лежа на спине (когда тело максимально «заземлено» за счет максимально полного кон-

такта с тем, на чем мы лежим), еще реже мы располагаем руки открытыми ладонями вверх поверх одеяла (по А. Солженицыну – это один из видов пыток политических заключенных в ГУЛАГе), совсем не отпускаем нижнюю челюсть (см. ниже), не разваливаем ступни ног. И самое главное – мы не привычно сваливаемся в сон (строки культовой песни «если смерти – то мгновенной!»), а медленно ждем приближения Гипноса. В таком случае нам становится понятным смысл изображения смерти не с автоматом Калашникова или с топором, а именно с косой.



Рис. 3 Традиционное изображение смерти – с косой

Первое, что происходит при правильном засыпании – уходит чувствительность из ступней ног. «Как косой подрезала!» – это о Смерти. Нам привычнее уснуть на боку, спрятав руки под подушку и провалившись в сон. С этой позиции и

как переход к следующему виду смерти представляет интерес отрывок о смерти философа Сократа – опытного умирающего, знающего толк в этом процессе:

«Ну, пора мне, пожалуй, и мыться: я думаю, лучше выпить яд после мытья и избавить женщин от лишних хлопот – не надо будет обмывать мертвое тело.

Тогда Критон кивнул рабу, стоявшему неподалеку. Раб удалился, и его не было довольно долго; потом он вернулся, а вместе с ним вошел человек, который держал в руке чашу со стертым ядом, чтобы поднести Сократу. Увидев этого человека, Сократ сказал:

– Вот и прекрасно, любезный. Ты со всем этим знаком – что же мне надо делать?

– Да ничего, – отвечал тот, – просто выпей и ходи до тех пор, пока не появится тяжесть в ногах, а тогда ляг. Оно подействует само.

С этими словами он протянул Сократу чашу. И Сократ взял ее с полным спокойствием. Договорив эти слова, он поднес чашу к губам и выпил до дна – спокойно и легко. Сократ сперва ходил, потом сказал, что ноги тяжелеют, и лег на спину: так велел тот человек. Когда Сократ лег, он ощупал ему ступни и голени и спустя немного – еще раз. Потом сильно стиснул ему ступню и спросил, чувствует ли он. Сократ отвечал, что нет. После этого он снова ощупал ему голени и, понемногу ведя руку прикоснулся в последний раз и сказал, что, когда холод подступит к сердцу, он отойдет.

Холод добрался уже до живота, и тут Сократ раскрылся – он лежал, закутавшись, – и сказал (это были его последние слова):

– Критон, мы должны Асклению петуха. Так отдайте же, не забудьте.

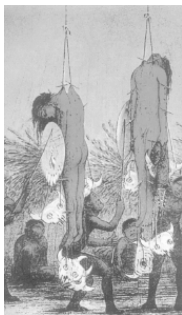
– Непременно, – отозвался Критон. – Не хочешь ли еще что-нибудь сказать?

Но на этот вопрос ответа уже не было. Немного спустя он вздрогнул и служитель открыл ему лицо: взгляд Сократа остановился. Увидев это, Критон закрыл ему рот и глаза». (Платон. Соч. т. 2, М., 1970)

## 2.3. Любое окончание, завершение как смерть

Это и *deadline* приема заявок на конференции и симпозиумы (откуда «*dead*» в этой «*line*»?), и слова песни «*расставанье – маленькая смерть*». В архаических и ряде современных культур любой возрастной переход (взросление мальчиков и девочек, изменение гормональных циклов), взлеты и падения в статусе взрослых людей обычно инициируются через модель смерти, что смягчает (демпфирует) эти переходы, устраняет временной разрыв (Талалаж Я., Талалаж С, 1998).

В североамериканском племени манданов мальчиков, проходящих инициацию посвящения в воины, подвергают мучительной процедуре подвешивания за кожу (Рис. 4), прикрепляя к их поясам черепа животных.



#### Рис. 4 Церемония инициации (посвящения в воины) в североамериканском племени манданов

Индейцы панамского племени куна подвергают мучительной процедуре посвящения во взрослых не своих юношей, а девушек, и делают это еще до того, как те начинают половую жизнь. Первый ритуал происходит во время первой менструации у девочки. Для этого сооружается специальная хижина из листьев платанового дерева, у которой, однако, нет крыши. Девочку приводят в хижину и обливают холодной водой. Это «омовение» совершается двумя другими девочками, которым поручается это спецзадание. Продолжительность этой процедуры не может не вызвать искреннего удивления. Она тянется в течение четырех дней. Девочки, обливающие свою соплеменницу холодной водой, не проявляют и капли сострадания к несчастной, которая вся дрожит от холода (обращаем внимание на компонент *холода* для этой процедуры, – прим. В.Б.). Когда ритуал заканчивается, из леса в хижину приносят фрукты, что указывает на то, что она теперь свободна. Девочка сама очень быстро разрушает хижину и покидает свою тюрьму. Затем она разрисовывает свое тело фруктовым соком. В таком виде она возвращается домой. Но посвящение еще не завершено. Ей предстоит пройти еще через один обряд, по своей болезненности значительно превышающий первый. Второй ритуал заключается в том, что кандидатка должна пройти через цере-

мониальное погребение. Девушку обычно зарывают по плечи в землю в ходе особой церемонии, проводимой местным шаманом. Как только шаман приступает к ритуальному пению, его помощник, вооружившись кусочками раскаленного янтаря, начинает прижигать ими определенные точки на голове у девушки. Бедняжка испытывает невыразимые страдания, время от времени боль ей облегчают, поливая голову холодной водой. Такая необычная пытка длится довольно долго, несколько часов. Когда, наконец, девочку вытаскивают из ее «полумогилы», она настолько ужасно выглядит, что «краше в гроб кладут». Она не в состоянии сама стоять на ногах и ее кладут в гамак, где она приходит в себя. Теперь интерес к ней со стороны зрителей совершенно пропадает, и все они принимаются веселиться, танцевать, пока не устанут и не выбьются из сил.

У мексиканских индейцев цакатеков существовал такой обычай. Когда у отца рождался сын, то родителю приходилось пройти через ужасное испытание на выносливость. Этого человека, сидящего на земле, подвергали невероятным пыткам его же друзья. Они вгоняли в его тело орудия пытки. Это были либо тщательно заточенные зубы, либо острые кости. В результате стараний приятелей все его тело фактически было продырявлено, как сито, и из ран обильно текла кровь. Цель этого чудовищного обычая – определение выносливости и мужества отца мальчика. Подобная пытка способна была им предсказать, каким будет ребенок, когда

вырастет, станет ли он выносливым, мужественным воином (Талалаж Я., Талалаж С, 1998).

Отсутствие инициации при «переходе», например, при смене места жительства, страны проживания, рождает мучительное чувство ностальгии. В каком-то смысле, это нонсенс. Мы жители одной страны – Земли! Но разделенность на государства, политические системы, вероисповедания рождает «переходы» и их проблему. Хорошей иллюстрацией идеи перехода применительно к проблемам иммиграции служит реклама одного из агентств, оказывающих помощь в «успешной» иммиграции (Фото 2).



Фото 2. Модель успешной иммиграции

Отнесенность завершения, окончания к смерти хорошо прослежено в языке, особенно русском. Что может быть красноречивее глагола «замри!», прямо отсылающего к «смертности» этой зоны! В фильме «Маска» героя

останавливают глаголом «freeze!» («замерзни!»), переводя это как «замри!». Питкис не только «замирает» в воздухе в прыжке, но – что важно для подчеркивания холодности этой реальности – тело героя покрывается льдом и сосульками:

*Полицейский: Подними руки!*

*Питкис: Сами же сказали, чтоб я замерз на месте!*

*Полицейский: Ладно, отомри!*

Отметим также, что глагол «кончать» – это не только реальность нашей сегодняшней криминализированной жизни, но и область сексуальных отношений – область, долгое время табуированная в истории нашей страны. Вышеотмеченная связь матерных выражений с реальностью и здесь поражает своей точностью описания – сравни, например, слово «конец» – *n. zdeц*.

## 2.4. Оргазм как «маленькая смерть»

Оргазм традиционно рассматривается на Востоке как «маленькая смерть». В момент оргазма человек испытывает колоссальной силы чувства, а это – своеобразный энергетический взрыв (такой же, как в момент образования зиготы при зачатии и такой же, как в момент смерти – при сепарации души и тела). Это возможно только в силу потери контроля сознания, сопровождающегося страхом потери собственного Я /Self/Эго (а это почти сумасшествие, смотри, «сумасшествие как вид смерти»). Только в этом случае человек способен отпустить мощные телесные импульсы (почему-то часто называемые «звериными»). Отсюда, детям, особенно маленьким, – не рекомендуется наблюдать за сексом родителей – это может не только удивлять, но и пугать их («это папа мучает маму, что она так кричит?!»).

При этом важно подчеркнуть (в отличие от животных!) максимизацию телесного контакта между сексуальными партнерами, в чем находит проявление уже описанный выше механизм «заземления» энергии чувств.

Отметим своеобразные телесные «парадоксы». Влюбленные (не «вялотекущие», а находящиеся на пике влюбленности), «бросаясь в объятия» (устоявшееся выражение), не только делают это на вдохе (отсюда – «целоваться *взасос*»), но и крепко сжимают друг друга в этих объятиях. В чем «па-

радокс»? Надуйте два воздушных шарика и соедините их. Разве не видно, что, чем сильнее шарики надуты, тем площадь их контакта меньше (а это уже небезопасно с позиции вышеуказанного механизма «заземления» сильных чувств!). Видимо, правильнее (с позиции того же механизма «заземления») – делать это на выдохе, увеличивая при этом площадь контакта. Но в нашем случае – попытка сжать друг друга в объятьях – не попытка ли увеличить таким образом площадь контакта?

Другой ответ мы можем найти на одном из могильных камней, изображающих влюбленных, крепко прижимающих друг друга (Фото 3). Смерть на этом изображении, вторгаясь в этот контакт, – пытается разъять влюбленных.



Фото 3. Смерть пытается разъять влюбленных

На ум также приходит красивый античный миф о гетеро-

сексуальных Андрогинах, муже-женах, обладающих немислимой силой именно по причине их цельности, целостности, неразлучности. Их сила – а, значит и возможная угроза – заставили обеспокоиться античных богов, которые и обратились к Зевсу за помощью. Решение было найдено – их разделили и, что важно, перемешали, усложнив поиск своих «половин». Согласно этой легенде, человек всю жизнь ищет свою изначальную «половину», и только соединяясь с ней, ощущает свою максимальную мощь и цельность.

Применительно к отпусканию телесных импульсов представляет интерес проблема невынашиваемости у женщин или проблема невозможности зачатия. Как показывает опыт танатотерапевтической помощи таким женщинам, в том числе и наш (Баскаков В., 2002), у таких женщин – колоссальный контроль со стороны сознания. И именно этот контроль блокирует своеобразный «биологический автоматизм» родов (в терминологии Вильгельма Райха – «оргастическую конвульсию»). В этой связи, идеал рожаящей женщины для известного отечественного специалиста и родоначальника родов в воду Игоря Чарковского – это известная скульптура безголовой Ники (Фото 4).



Фото 4. Идеал рожаящей женщины по Игорю Чарковскому

## 2.5. Сумасшествие как вид смерти

Этот вид смерти вытекает из перехода психически здорового человека в психически больного (мы говорим в «ненормального»), что является собой смерть прошлой личности (сущности, Self, Эго и др.). Это напрямую связано с потерей контроля со стороны сознания и проявляющимся страхом (слова поэта «не дай нам Бог сойти с ума!»). Чувства и контроль связаны между собой. Мы теряем контроль («срываемся») тогда, когда «нас доведут», т. е. когда сила чувств будет избыточна. Интересно наблюдать следующую «телесную мизансцену»: в момент, когда футбольный защитник забивает гол в свои ворота, – весь стадион, все болельщики данной команды *хватаются за голову*. Если бы это было возможно, – они просто лишили бы себя головы (см. Фото 5)! Отсюда и выражение «без царя в голове», т. е. человек, не контролирующийся свои действия, не способный сообразать.



Фото 5. Ну, дает!

В русском языке «сойти с ума» означает не только прямо «становиться сумасшедшим», но и «не давать отчета в своих поступках, действиях, совершая безрассудные поступки, говоря глупости, нелепости и т. п.» и даже «проявлять чрезмерное восхищение, восторг, неистовствовать, увлекаясь кем-либо или чем-либо» (Фразеологический словарь русского языка, 2001, стр.433).

В упомянутой выше «шизоидизации», уходе в виртуальные пространства содержится и ключ к пониманию смыслов тяги нынешней молодежи к наркотикам и алкоголю, погоней за необычными переживаниями и состояниями сознания. В этом, – и своеобразный тупик: Смерть и наркотики, алкоголь будут привлекать до тех пор, пока будет отталкивать Жизнь.

Интересен прогноз на будущее. Если посмотреть как выглядят пришельцы, как их рисуют, снимают, изображают в кино, первое, что бросается в глаза, – огромной величины голова («шибко умные», высочайший контроль) (см., Рис. 5). А это – посланцы из будущего! Вот и прогноз!



Рис. 5 Изображение пришельца

## 2.6. Объектность и предметность тела и его частей

Отдельно хочется остановиться на таких характеристиках тела, которые напрямую связаны со смертью, – как объектность (предметность) нашего тела и характеристики, связанные с нашей пассивностью при манипулировании кого-то с нашим телом и его отдельными частями. Если мы лежим расслабленными на полу и кто-то приступает к работе с отдельными частями нашего тела, – нашему телу всему и его отдельным частям предъявляется особая ситуация взаимодействия, задается особый контекст, описываемые как *субъект* (тот, кто работает) – *объект* (наше тело в целом и отдельные его части). Но объектом/предметом мы становимся **только после смерти!** Отсюда и напряжение, возникающее в теле и отдельных его частях. Мы просто направляем туда наш контроль! Отсюда и активность наших частей тела в тот момент, когда с ними начинают работать. Мы не способны быть пассивными. Пассивность – характеристика мертвого тела! Видимо, по этой причине охватывает ужас зрителей картины Александра Сокурова «Круг второй» в тех эпизодах картины, где главный герой проделывает манипуляции с телом его умершего отца, или когда тело отца лежит на столе, уставленном яствами, и мастерство режиссера и оператора выбирает такие ракурсы тела, что оно оказывается *рядоположен-*

ным этим яствам.

Совершенно неожиданным образом аспект предметности проявил себя на одном из семинаров по танатотерапии, где один из участников, сексопатолог по роду деятельности, воскликнул: «О! Теперь я понимаю, почему мои клиентки, страдающие лжефригидностью, избегают представления о своем теле, как (внимание!) об *объекте* чьей-то страсти». В этом месте целесообразно коснуться значений таких специфических глаголов данной сферы как «иметь кого-либо» и «трахать». В первом случае, глагол «иметь» ясно указывает на момент *владения, обладания, лишения свободы*. Хорошей иллюстрацией к сказанному можно считать приведенную ниже фотографию, сделанную Сергеем Шахиджаняном (Фото 6), подчеркивающую именно аспект обладания одним партнером другого.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.