Центр изучения культуры

ФЕНОМЕН УДОВОЛЬСТВИЯ В КУЛЬТУРЕ

Материалы международного форума 6–9 апреля 2004 г.



САНКТ-ПЕТЕРБУРГ 2004

Санкт-Петербургский
Государственный Университет
Философский факультет
Центр изучения культуры



ФЕНОМЕН УДОВОЛЬСТВИЯ В КУЛЬТУРЕ

Материалы международного форума 6–9 апреля 2004 г.

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ 2004

Ромек Е.А.
Античные практики «заботы о себе»
как ресурс развития способности наслаждения в психотерапии..... 115

СЕКЦИЯ 3
МУЖСКОЕ И ЖЕНСКОЕ
Кожурин А.Я.
Каталогизация удовольствий (император Тиберий
и деструкция традиционной римской сексуальности)..... 121
Довгополова О.А.
«Услада по любовному праву» -
принятие или отторжение принципа удовольствия
(на материалах «Жизнеописаний трубадуров»)..... 124
Зайцева Т.И.
Гедонистические установки в гендерной сфере
в средневековой городской литературе..... 128
Осипова О.С.
Тенденции гедонизма и аскетизма в ценностно-нормативном
осмыслении брака в России 131
Немцев М.Ю.
Пролегомены к философии флирта..... 136
Канышева О.А.
Нетерпение как мужской принцип цивилизации..... 139
Орлова Н.А.
Мужчина как субъект удовольствия..... 142
Темкина А.А.
Сексуальность, идентичность и женское удовольствие
в биографических интервью 146
Рыгина Л.С.
Визуальные практики легитимации не-нормативных удовольствий:
анализ японской анимации..... 150

СЕКЦИЯ 4
СТРАТЕГИИ УДОВОЛЬСТВИЯ
Кириленко С.А.
Забота об удовольствии 155
Краснодембская Н.Г.
Удовольствие как средство самоутверждения и мерило общественного
достоинства 157
Петров М.Т., Ушаков В.А.
Социальный аспект феномена удовольствия на сломе эпох..... 158

Смех – не только личное переживание. В истории различных культур выделяется способность к комическому, развитая или подавленная в силу исторических обстоятельств. Тонкий теоретик эстетики романтизма Жан-Поль (Рихтер) рассматривает зависимость искусства комедии от степени социального и политического давления в обществе. Суровые испанцы в самые драматические времена создали больше комедий, чем веселые французы.

В интересной классификации народов, более или менее склонных к юмору, Жан-Поль называет русский народ серьёзным (наряду с испанцами и англичанами) и поэтому обладающим чувством юмора, т.к. условием шутки является серьёзность. В современных западных бытописаниях русских стали называть еще и подозрительными и замкнутыми людьми (в отличие от широко улыбающихся американцев), что, конечно, объясняется нелёгкой историей нашего народа в XX веке.

Романтики первыми обратили внимание на «юмор» как на особую способность, украшающую жизнь и драгоценную для общения. Слово «юмор» происходит от «гумор» (humour), что означает жидкость в теле, состав, которой определяет характер и настроение человека (кровь, флегма, желчь, черная желчь). Л. Тик считал необходимым использование этого термина в литературной критике.

Жан-Поль называл свойствами юмора всеобщность, субъективность, произвольность (свободу), а также возможность примирять, помогать искать консенсус между спорящими.

Разгадывая тайну смешного, романтики обнаружили в человеческой природе способность *witz* – остроумие, которое стоит между мудростью и практическим рассудком. Оно часто граничит с гениальностью, не глубокой и специализированной, а поверхностной, «мозаичной», разнонаправленной. Это способность «ведать», включаться в универсальную игру смыслов в мире.

В психологии смех рассматривается как возможность релаксации, разрядки: чем сильнее напряжение, усталость, тем острее потребность в веселой шутке, анекдоте. В общественной жизни строгие социальные табу, располагали к развитию смеховой культуры. В средние века возник целый пласт народной карнавальной традиции, противопоставленной строгому церковному порядку (М. Бахтин). Тоталитарные режимы XX века породили любопытную систему иносказаний, анекдотов, пародий.

Человека, умеющего кстати рассказывать анекдоты, т.е. разрядить атмосферу в теориях культуры называют *трикстером*. Он посредник между богами и людьми. Если под волей богов понимать неумолимый ход Истории, то можно вспомнить о хитрости гегелевского Мирового Разума, который через веселую двусмысленность анекдота намекает на истинный смысл происходящих явлений.

«От великого до смешного один шаг» – эту крылатую фразу обронил Наполеон, потерявший в России огромную армию, бросивший её остатки. Император Франции понимал, что острая напряженная ситуация всегда чревата быстрым превращением в свою противоположность.

Все исторические события переживаются дважды, всерьёз и карикатурно, – писал К. Маркс о подражателях Наполеону. «История действует основательно и проходит через множество фазисов, когда уносит в могилу устаревшую форму жизни. Последний фазис всемирно исторической формы есть её *комедия*... Почему таков ход истории? Это нужно для того, чтобы человечество *весело* расставалось со своим прошлым», – пишет Маркс.

Можно предположить, что не только с прошлым надо расставаться, смеясь, но и встречать будущее надо весело. Идеалы, которые провозглашают политики, их цели надо *тестировать смехом*. Те из них, что успешно пройдут испытание, вероятно, будут жизнеспособны, или хотя бы безвредны. Подобный опыт представляет собой ТВ программа «Куклы», заимствованная из западных предвыборных телепередач. Известно, что политики готовы платить большие деньги, чтобы иметь такого двойника на телеэкране, видимо, понимая, насколько он будет содействовать их популярности.

Смех мог бы стать оружием более мощным, чем спецслужбы и силовые ведомства, если бы удалось высмеять такое страшное зло, как терроризм. В современных карнавальных праздниках появились маски особо опасных преступников и самых крупных террористов. Таким образом, люди пытаются сбросить ореол величия со зла и преступления, принизить его. Смешное перестает быть страшным.

Настоящий смех, амбивалентный и универсальный, пишет М. Бахтин, не отрицает серьёзности, а очищает и восполняет её. Очищает от односторонности, догматизма, окостенелости, от фанатизма и категоричности, от элементов страха или устрашения, от дидактизма, от наивности и иллюзий, от дурной одноплановости и однозначности, от глупой истошности.

Смех не даёт серьёзности застыть и оторваться от незавершимой целостности бытия. Он восстанавливает эту амбивалентную целостность.

Е.А. Ромек (Ростов-на-Дону)

Античные практики «заботы о себе» как ресурс развития способности наслаждения в психотерапии

В истории человечества было выработано множество идеальных практик управления поведением людей. Некоторые из них становились средствами ауторегуляции поведения – магия, йога, античные мистерии и культы оракулов, даосская «психогогика», философские практики «образа жизни», аскеза и экстатические танцы суфиев, православное старчество и т.д. В XIX в. эти практики привлекли к себе внимание научного сообщества и стали предметом изучения философов и историков культуры, а позже и представителей «позитивных» наук о человеке. В XX в. они получили *прикладное применение* в психотерапии.

В одной из последних своих работ Ю. Хабермас назвал психотерапию «подлинной деонтологией», самопознанием, возвышающим статус homo sapiens, потому что не уничтожает свободу человека (Будущее человеческой природы. М., 2002. С. 14-15). В прошлом столетии психотерапия выделилась в самостоятельную сферу профессиональной деятельности, специализирующуюся на выработке социокультурных практик, помогающих каждому человеку разрешать экзистенциальные противоречия, или, говоря языком классической философии, содействующих формированию такой человеческой способности как свобода воли. В этом качестве она опирается на множество исторических предпосылок, к числу которых принадлежат перечисленные выше и многие

другие идеальные практики. Попадая в поле психотерапии, все они подчиняются новой цели и превращаются в средства ауторегуляции поведения.

Именно такое применение получили гедонистические практики классической античности, в эутимной терапии. Цель эутимной (от греч. «eu», «euthenein» – хорошо, процветать) терапии заключается в формировании способности получать удовольствие от повседневной жизни: от будничных дел и занятий, от работы, от простых вещей – вкусов, запахов, звуков, от *непростых* вещей, каковыми являются отношения с другими людьми и отношение к себе самому. Удовольствие можно получать даже от того, что большинство считает источником страданий – от неудач, ошибок, поражений, критики в свой адрес.

Разумеется, способность наслаждаться всем перечисленным не присуща человеку от рождения. Она требует воспитания. В эутимной терапии ее развитие осуществляется с помощью различных тренинговых программ, одной из которых является «Тренинг наслаждения», разработанный Владимиром Ромеком и мною на основе «Маленькой школы наслаждений» немецких психологов Р. Лутца и Е. Коппенхефер. В нашей программе мы используем социокультурные практики классической античности, названные М. Фуко практиками «заботы о себе». Речь идет, прежде всего, о созданных Сократом, Платоном и эпикурейцами философских практиках «образа жизни». В их основе лежит простая идея: добродетельная жизнь не только не исключает удовольствия, но служит его неиссякаемым источником. Умение наслаждаться по-человечески не является непосредственным, но формируется в ходе воспитания и представляет собой *культурную способность*. Наслаждению нужно учиться.

Казалось бы, коль скоро речь идет о столь приятном занятии как удовольствие, в научении ему не должно быть никаких препятствий. Увы, это не так. В силу социальных запретов, предрассудков и заблуждений многие наши современники считают наслаждение постыдным делом, подобающим лишь законченным эгоистам и асоциальным типам. Они убеждены, что «все хорошее в жизни» достигается через страдание, боль, преодоление. Нравственность и счастье не совместимы. Огромную роль в культивировании этого предрассудка сыграло христианство.

Если отвлечься от идеологического аспекта этой проблемы и сосредоточиться исключительно на социокультурном, то самозапрет на наслаждение, равно как и неспособность получать удовольствие от жизни, являются следствием усвоенных в ходе воспитания дефицитарной и агедонистической установок. Первая из них проявляется в привычке концентрироваться на недостатках окружающей среды, людей и обстоятельств, привычке воспринимать любое количество денег, почестей, одежды, мужчин или женщин как недостаточное для наслаждения. Часто с этим связана фиксация на собственных недостатках. Эта установка формируется в процессе дефицитарного, т.е., основанного на наказании и негативной обратной связи, воспитания. Внимание родителей и учителей сфокусировано на оплошностях, которые допускают дети. При любом удобном случае они отмечают ошибки, усматривая задачу воспитания именно в этом. Позже негативная обратная связь интериоризуется, и всю оставшуюся жизнь человек замечает в себе самом, окружающем мире и людях, прежде всего, недостатки, недочеты, дурные стороны, винит и упрекает себя во всех неудачах и ошибках. Дефицитарная

установка поддерживается обществом потребления, навязчиво культивирующем страсть к приобретению новых вещей и услуг а, следовательно, неудовлетворенность тем, что имеется в наличии. Это, безусловно, выгодно производителям товаров, но невыгодно нам с вами, поскольку мешает получать удовольствие от жизни, любимых вещей и занятий.

Агедонистическая установка находит выражение в хорошо сформированных навыках страдания, прекрасном умении переживать негативные чувства в ущерб чувствам позитивным, пристальном внимании к объектам, вызывающим страдание, поразительном умении отыскивать объекты такого рода в любой точке пространства и времени. Эта установка поддерживается национальной традицией, в силу которой мы с большей готовностью сочувствуем горю или неудаче других людей, сострадаем и утешаем их, чем радуемся их удачам, гордимся или восхищаемся ими.

Эти установки, как и навыки страдания в целом, являются выученными, усвоенными формами поведения, а потому могут быть заменены другими установками и навыками, позволяющими получать удовольствие от жизни.

Именно такую цель ставит перед собой эутимная психотерапия. Достигается же она посредством специальных тренинговых программ на основе принципов, открытых великими греками две с половиной тысячи лет назад. Итак,

ПРИНЦИПЫ НАСЛАЖДЕНИЯ.

1. *Жизнь, наполненная наслаждением, совместима с нравственным образом жизни.* Этому еще Эпикур учил юного Минекея:»... нельзя жить сладко, не живя разумно, хорошо и праведно, и нельзя жить разумно, хорошо и праведно, не живя сладко: ведь все добродетели сродни сладкой жизни и сладкая жизнь не отделима от них.» Однако самое замечательное в этом знаменитом пассаже – обоснование: «Кто, по-твоему, выше человека, который и о богах мыслит благочестиво, и от страха перед смертью совершенно свободен, который размышлением постиг конечную цель природы, понял, что высшее благо исполнимо и достижимо, а высшее зло или недолго, или нетяжко, который смеется над судьбою, кем-то именуемой владычицей всего, и вместо этого утверждает, что иное происходит от неизбежности, иное по случаю, а иное зависит от нас ...» (Диоген Лаэртский. О жизни, учениях и изречениях знаменитых философов. М., 1986. С. 405).

2. *Умение наслаждаться жизнью не является естественным даром.* Это культурная способность, а следовательно, *наслаждению нужно учиться.* Решить, какая стратегия поведения ведет к счастью и позволяет избежать страданий, на основе только чувств (удовольствия и неудовольствия) невозможно (Сократ). Для того и нужно воспитание, чтобы каждый человек умел выбрать наилучшее для себя (Платон).

3. *Наслаждение требует времени.* Недаром греки так ценили досуг – *shole* (школу), использовавшийся ими для развития способностей, комплекс которых, обозначался словом kalokagatia. Kalokagatos (прекрасный человек) должен был уметь читать, писать, владеть искусством риторики, знать математику, сочинения поэтов и драматургов, законы, играть по крайней мере на одном музыкальном инструменте, рисовать или ваять, быть физически развитым (заниматься пятиборьем), преуспевать в военном деле и, конечно, же (уметь) участвовать в пирах и праздниках.

4. *Наслаждение – не вещь, а чувство.* Равнодушие Сократа к материальной стороне жизни вошло в легенду, вероятно, потому, что так удивляло его соотечественников. Ведь среди питомцев Сократа были не только состоятельные, но и влиятельные в Афинах люди – пожелай он денег или должности – не было бы ему отказа. Но он *не желал* их. Не пересиливал себя, не смирял «свою плоть», «нечестивые помыслы» и т.п., а просто не нуждался в них. «Сколько же есть вещей, без которых можно жить!» – заметил он как-то о множестве товаров на рынке и часто повторял, что ест для того, чтобы жить, тогда как другие люди живут, чтобы есть. Жизнь его была наполнена удовольствиями, а не вещами.

5. *Чем меньше объекта наслаждения – тем больше наслаждение.* Удовольствия тела сильны и желанны, учил Эпикур, однако обладают весьма неприятной особенностью: ими быстро пресыщаешься и возникает потребность во все более сильных и разнообразных ощущениях. В итоге, приверженный таким удовольствиям человек попадает в зависимость от них и начинает испытывать постоянное беспокойство. Он страшится лишиться того, что, в сущности, уже перестало его радовать, и ищет того, что, возможно, принесет наслаждение лишь на краткий миг. Его жизнь становится сплошным страданием. Между тем, пища кажется тем вкуснее, чем меньше ждешь иной, питье тем сладостнее, чем меньше надеешься получить лучшее (Сократ).

6. *Болезни и житейские трудности не исключают наслаждения.* Человек, ставший хозяином самому себе, говорил Эпикур, будет счастлив даже под пыткой. Люди больше страдают от ожидания боли, чем от нее самой. Особенно сильная острая боль быстро проходит и хотя бы поэтому ее не следует бояться. Когда она случается нужно спокойно ждать ее окончания, предвкушая будущее удовольствие от ее отсутствия. Менее интенсивная, но длительная боль вполне переносима и не может затмить собою радости души, на которых и следует сосредоточиться. Наконец, если боль острейшая, то смерть не заставит себя ждать, а смерть – это полное бесчувствие, анестезия.