

## БОДИАРТТЕРАПИЯ – СОВСЕМ НЕ БОДИАРТ (ОБНАЖЕНИЕ ОБНАЖЕННОГО)



**Художники...** Неприкаянные, ранимые, закрытые в своей открытости... Они всегда искали возможность объяснить свой внутренний мир, и чем более сложным он был, тем более нестандартными оказывались формы выражения, трансформируясь в новые техники, течения и направления в искусстве. Так появился «бодиарт» – роспись обнаженного человека. Это действительно необыкновенно интересно: наносить рисунок на живое, подвижное человеческое тело. Твоя картина, твой мир как бы отделяется от тебя, начиная жить своей непредсказуемой жизнью, изгибаясь, меняя формы,

оттенки, то кокетливо прячась в тени, то бесстыдно раскрываясь в самых нелепых сочетаниях. Взлелеянный тобою внутренний образ становится даже не трехмерным, потому что воинственно захватывает пространства прошлого, настоящего и будущего. Только что родившись, он уже немедленно обречен на гибель. Поэтому так жадно стремится жить и меняться. Художник еще работает, кисточка еще летает в его руке, нанося очередные мазки, а на теле модели штрихи и цветные пятна уже существуют самостоятельными, законченными произведениями, тем не менее постоянно обновляющимися. Однако каждый этап – сиюминутен и закончен. Вещь удивительная, завораживающая и простая в своей трагичности и жизненной силе. Подобно сгорающей спичке. Только что бушевали жаркие страсти – и пепел... Остаются только сухие фотографии, никак не отражающие всего таинства процесса. А что же художник? Разве ему не жаль, что его мир, его душу, только что такую живую и трепещущую смыли мочалкой и мылом? Ничуть. Ведь он видел его! Не чувствовал, не ощущал нечто такое переливчатое, не статически закрепил (какую-то часть, пусть даже и похожую) на холсте. А видел. Бесконечно близким и бесконечно далеким. Все наслаждение, вся щемящая боль именно в этом. Здесь важен процесс, диалог художника и его внутреннего мира, безликим носителем которого является модель. Кстати о модели: может быть девушка, может быть юноша или дама с пышными формами – да не важно... О ее душе или внутреннем мире никто и не задумывается. Она просто носитель, живой холст... Живой холст. Она живая эта модель. И на ее внутреннем мире безусловно и сильнейшим образом отражается то, что было изображено. Это уже скрытый диалог художника (незамеченный и ненужный ему в его творческом экстазе) с «живым холстом». Четвертая связь, меняющая всех участников действия: художник – его внутренний мир – внутренний мир модели – изменившаяся модель. Изменившаяся неосознанно для себя (неизвестно в какую сторону). И этот момент – уже не чистое искусство, это оказанное влияние. А если это влияние оказано не бессознательно, а с определенной целью, то это «терапевтический бодиарт» – метод психотерапии, бодиарттерапия. При общей визуальной схожести абсолютно разные в расстановке акцентов художественные процессы. Фигурой номер один сеанса терапевтического бодиарта уже является модель. Однако и она теперь не модель, а пациент. Самоценная личность, обладающая сложной внутренней структурой, которую и надлежит понять, изучить, принять и в чем-то помочь изменить, нуждающемуся в этом человеку. Цветовые сочетания, форма и месторасположение рисунка – это инструменты для достижения именно данной цели. Работа настолько ответственная и сложная, что выполнить ее художнику (если он, конечно, не является еще и психотерапевтом) одному просто невозможно. Сотрудничество с врачом, контролирующим состояние больного – обязательно.

В таком случае возникает справедливый вопрос: «А зачем вообще привлекать к работе далекого от проблем психотерапии человека искусства?» Кесарю — кесарево... Не так все однозначно. На самом деле эта отдаленность только кажущаяся. Настоящий художник по своему эмоциональному настрою всегда стоит как бы на грани между нормальным и ненормальным состоянием психики. Он как никто ближе к образу жизни душевнобольного человека. Накладывая краски грима на кожу лица больного (только пальцами!), художник сливается с ним в одно целое. Он физически ощущает, какая по тону краска, в какой области и какой формы цветное пятно должно быть нанесено. При этом контакт с больным налаживается сам собой, естественно, как само собой разумеющееся. Испортить возникшие отношения довольно трудно, как сложно разделить сиамских близнецов.

Вышесказанное однозначно определяет задачу сеанса терапевтического бодиарта, проводимого художником — эмоционально-контактная. Специалист-медик, не имея фундаментальной художественной теоретической и практической подготовки, ставит перед собой при нанесении грима уже совсем другую задачу: лечебно-изучающую. Эта неодинаковость задач и объясняет все те различия, которые существуют в технике исполнения, вариантах и целях гримирования, типах масок, применяемых в работе, но при всех обстоятельствах неизменно одинаковым всегда остается эффект, производимый данным процессом. Цвет, вступая в непосредственный физический контакт с пациентом, оказывает сильнейшее эмоциональное воздействие не только на сознательном, но и на подсознательном уровне, усиливаясь при оформлении цветных пятен в конкретные художественные образы, тесно связанные с внутренним миром больного. Пациент до сеанса, во время сеанса в гриме, после снятия грима и окончания сеанса бодиарттерапии — это абсолютно разные структуры. Изменения после возвращения к будничной жизни идут в двух направлениях: возврат к старому порядку с чертами нового или создание совершенно нового порядка. Известный врач-психиатр Г. М. Назлоян в своей книге «Портретный метод в психотерапии» подробно рассмотрел все аспекты бодиарттерапии — оригинального метода, разработанного им в 1988 году и успешно практикуемого коллективом работников под его руководством. Мне же, члену Творческого Союза Художников России и Союза Московских архитекторов, проработавшему с этим удивительным доктором в течение восьми лет, хотелось лишь заострить внимание на наиболее характерных отличительных моментах сеансов терапевтического бодиарта, проводимых именно художником.

Начнем непосредственно с процедуры. В отличие от врача художник располагается перед пациентом: лицом к лицу. Данная поза предопределена традиционным положением «художник — мольберт (картина)». Месторасположение зеркал любое (сзади, сбоку, спереди), но наличие их обязательно. Таким образом работа происходит не с зеркальным двойником, а непосредственно с личностью больного. Не имея возможности полностью отвлечься на свой образ в зеркале, пациент становится более открытым для контакта (отождествление себя с зеркальным двойником произойдет позднее, после завершения работы-картины, а полное отождествление зеркального двойника с собой — при снятии грима, когда художник стоит за пациентом). Крем-основа не накладывается, так как она будет являться «защитным экраном» для взаимодействия цвета с кожей, естественным проводником во внутренний мир человека. Не ложающийся, «расплывающийся» цвет грима, мимические реакции на те или иные мазки сигнализируют художнику о соответствии наносимого рисунка эмоциональному состоянию больного. Легкий массаж выполняется в процессе работы. После завершения наложения грима (иногда во время) пациенту рассказывается «легенда» маски. Так, например, Т.И. была сделана маска «Сомнения» — разноцветная, мозаичная. Цвета как бы притягивали различные переживания, нерешенные вопросы, проблемы молодого человека. Снимая грим, мы «снимали» его тревогу. В этот момент Т. расслабился, ожил, смотрел на мир веселыми глазами.

Ватки, на которые переходит снятый грим, заворачивают в бумагу и, как правило, выбрасывают в проточную воду, но в некоторых случаях негативность проявившегося

изображения так велика, так остро неприятна пациенту, так сильно желание избавиться от этой внутренней боли навсегда, что требуется более действенное средство уничтожения носителей-ваток – сожжение. Иногда же, напротив, сделанная маска светла, приятна, любима больным, и он не хочет расставаться с ней, ища постоянной поддержки, «подпитки» теми позитивными ощущениями, которые она ему дала. В такой ситуации носителей лучше закопать в землю, в которой, как известно, ничто не исчезает, лишь перерабатывается, а освобожденная положительная энергия будет вечно сопровождать пациента.



Сеанс бодиарттерапии, проводимый художником – это исключительно творческая во всех проявлениях процедура. Полное и абсолютное погружение в искусство. Особенно характерен для рассматриваемого процесса пейзажный грим. Однако, переходя к типам гримирования, следует ознакомиться со стилями грима, определяющими способы художественного выражения, которые подразделяются на:

Конкретный – реальные, детально прописанные и хорошо узнаваемые образы  
Абстрактный – разнообразные сочетания цветовых пятен, полос, линий  
Геометрический – композиции из геометрических фигур  
Композитный – сочетание двух и более стилей в зависимости от создаваемого художественного образа  
Для усиления эффекта грима следует учитывать значение цветов и областей лица.

#### Области лица:

*Лоб* – мыслительная деятельность

*Нос* – область физиологических потребностей (еда, питье, азартные игры и т. п.)

*Глаза* – естественное состояние (веки, брови – для выделения глаз: гасить, подчеркивать эмоции)

*Подбородок* – волевое начало (характер)

*Уши* – чувственное начало

#### Цвета:

*Красный* – крайнее возбуждение

*Черный* – нейтрализующий цвет (гасит все эмоции)

*Синий* – пессимистично-рассудочный (чересчур трезвый и суровый)

*Голубой* – холодный, успокаивающий, но не подавляющий

*Розовый* – романтический (цвет приятных мечтаний)

*Желтый* – хорошее, теплое настроение

*Оранжевый* – радость

*Коричневый, бежевый* (различные оттенки) – нейтральные тона, характерные для спокойного состояния

*Белый* – фоновый цвет (подчеркивает и выделяет нужные тона. Сам по себе нейтрализует личность: делает «никакой»)

*Зеленый* – успокаивающий, придает устойчивое, ровное настроение.

С увеличением интенсивности тона увеличивается эмоциональное воздействие.

Художником применяются три типа гримирования:

Грим кратковременного лечебного воздействия – наносится пациентам, страдающим острыми болями (реальными или мнимыми) приступами, в геометрическом стиле.

Грим долговременного лечебного воздействия (серия из трех сеансов) – дается установка на избавление от тех или иных проблем пациента или на создание необходимых новых качеств. Осуществляется в конкретном, абстрактном или композитном стиле.

Пейзажный грим – создание психоэмоционального портрета личности в конкретном или композитном стиле.

Причем при исполнении лечебных масок инициатива в выборе художественных форм исходит от художника, тогда как пейзажная маска подразумевает подсознательное давление психологического состояния модели на исполнителя (через тактильный контакт) и, по сути дела, определяет характер живописного изображения. Слово «модель» употреблено умышленно, так как пейзажные маски наносятся и абсолютно здоровым людям – как своеобразное произведение искусства.

В зависимости от состояния больного используются следующие варианты гримирования:

– *автопортрет* (выполняет пациент или художник по его указаниям)

– *портрет* (гримирование лица)

– «*живая скульптура*» (гримирование полностью фигуры)

– *гримирование кистей рук*

– *композиционный* (например, гримирование лица и кистей рук)

Краски, необходимые для работы, зависят от варианта гримирования: лицо и кисти рук – театральные гримы, фигура («скульптура») – гуашь. В последнее время интересных эффектов можно было добиться, смешивая гуашь с театральным гримом (исключается для лица).

Рассмотрев то, что, отличаясь, выделяется в сеансах бодиарттерапии, проводимых непосредственно художником, подробнее остановлюсь на интересных инновациях, привнесенных в этот метод доктором А. В. Александрович, с которой мне также довелось сотрудничать, в созданном ею психотерапевтическом центре.

Необыкновенен в своей трогательности и значимости процесс гримирования попарно сомкнутых рук пациентов, сидящих друг против друга. В нем участвуют все: художник, наносящий грим, пациенты, взаимно открывающиеся с совершенно новой стороны, врач, проводящий опрос и фиксацию настроений.

Оригинальна попытка раскрасить непосредственно зеркальный образ, но совершенно уникальны детально продуманные в сложной зависимости этапов ночные сеансы. Вариант работы ночью с пациентом существовал и ранее, но как правило без строго определенной схемы, более интуитивно, спонтанно. Нестандартность же подхода Аллы Владимировны именно в организации «ночной жизни», как раз в то время, когда человек обычно расслаблен, размягчен (а попросту – спит). Мало того, что все жизненные процессы вынуждены протекать в авральном режиме, и больной становится более податливым для терапевтических акций: момент сопротивления его личности понижается, эмоции и чувства обострены, он более внушаем и вместе с тем агрессивен, так он при всем при этом становится центром, квинтэссенцией действия, соединившего сложнейшую, филигранную работу с феерическим праздником, с участием фотографов, психологов, художников. Все это

крутится, вертится, то вдруг неожиданно замирая, словно все внезапно устали и оцепенели, то вновь разражаясь безудержным потоком слов, смеха, слез, движений. Все не так, как всегда, все не как обычно. Обязательны психологические тесты до, во время и после сеанса, обязательна работа над портретом, обязательно ритуальное чаепитие с заgrimированным



пациентом, который не только не ощущает своей наготы, а наоборот подчас считает, что одет лучше, чем окружающие. Могут присутствовать свечи, старинные гадания. Витают разговоры об искусстве, смысле жизни. О том, что спать хочется, и думать никто не думает. Возврат к жизненным реалиям происходит только с проблесками утреннего света за окном. Печальное смывание грима, потухшие краски и безмерная усталость, соседствующая с чувством чего-то необыкновенно важного, совершенного тобой. И это у всех. У всех присутствующих. Без исключения. Мне запомнился случай с плохо слышащей девочкой, обычно не снимавшей слуховой аппарат. Во время чаепития на ночном сеансе все живо обсуждали ее жизнь в интернате. Она смеялась, рассказывала веселые истории, отвечала на вопросы любопытствующих и только с рассветом обнаружилось, что аппарат-то И. надеть забыла... И еще. Один пациент, сначала смущенно раздевшийся, потом облачившийся в красочное одеяние грима и совершенно

позабывший про свою обнаженность, расковано двигающийся, разговаривающий, вдруг остановился и произнес:»Я не чувствую раздетости тела, но я весь открыт!»

Безусловно, терапевтический бодиарт – процесс очень творческий, очень личностный, и некоторые его моменты могут показаться спорными, но этот же процесс и очень динамичный. Он развивался, развивается, и многое еще придется изучать, анализировать, проверять на практике, теоретически обосновывать. Можно соглашаться с методом или отрицать его, факт остается фактом: бодиарттерапия уже существует. И дает определенные результаты (кстати, весьма неплохие), а в подтверждение приведу высказывание одной пациентки, которой сделала маску-грим «Незабудка» (сюжетной основой было солнце, выходящее из-за туч и освещающее незатейливые цветы, зеленую листву):»Увидев на лице красивый пейзаж, мне стало приятно за свою внешность. Меня поразили мои глаза – в них отразилась вся глубина весны. Я смеялась, и мне было очень хорошо. Болезнь и плохое настроение уйдет из меня, я в это верю!»

*О. Б. Мочалова (художник)*