

O POŻYTKU Z NIESPÓJNOŚCI

Jean-Marie Robine

Nawet jeśli to efekt tematu, na którym chcę oprzeć moje rozważania, wydaje mi się, że nie jestem w stanie pisać inaczej niż w pierwszej osobie... W pierwszej osobie... czy aby na pewno? Czy nie ma trochę z ciebie w moich myślach i uczuciach, które we mnie żyją? *Tous les Tu et tous les Vous* [Wszystkie Ty i wszyscy Wy], którzy mnie karmili i kształtowali poprzez nasze spotkania - na żywo, na papierze lub ekranie, spotkania krótkie lub te, które trwały wystarczająco długo, by stać się więzami. Czy to świadomość tego sprawiła, że francuski poeta Arthur Rimbaud napisał: "JE est un autre" [Ja to inny]?

Ale nawet jeśli nie czas na myślenie o tożsamości i tym, jak jest ona budowana, to z wszystkich tych innych zbudowałem nie tylko swoją spójność, ale także, dzięki Bogu, moją niespójność, moje "Ja" z resztek, moją rupieciarnię tych wielu "Ty", które stały się Ja. Starocie, resztki, ścinki. Dzięki Bogu, mówiłem? Cóż, już tutaj pojawia się nutka niespójności w moim wyrażeniu, ponieważ Bóg nie ma z tym nic wspólnego!

Kiedy po raz pierwszy natknąłem się na terapię gestalt w początkach lat 70. (najpierw w drukowanej formie, po angielsku, a następnie po francusku) - myślę, że "Rêves et existence en gestalt-thérapie" (francuskie tłumaczenie "Gestalt Therapy Verbatim" Fredericka Perlsa z 1969 roku), opublikowane w roku 1971 lub 1972, było prawdopodobnie pierwszą książką w języku francuskim - szybko poczułem, że za pomocą tej metody będę w stanie połączyć różne kierunki pracy, którymi zajmowałem się przez kilka lat: pracę z kreatywnością i ekspresją, w szczególności cielesną, dynamikę grupową Lewina, psychodramę, humanistyczne podejście Carla Rogersa, Rollo Maya, Abrahama Maslowa i kilku innych. Nie wspominając o przedłużającym się Maju 1968 roku z jego społecznym, politycznym, kulturowym i artystycznym wpływem. W tym wielokierunkowym wrzeniu wydało mi się, że terapia gestalt da mi możliwość nadania mobilnej i żywej struktury, kręgosłupa, który pozwoli wszystkim mięśniom, nerwom, kościom i innym tkankom połączyć się, współpracować, razem stworzyć coś całkowitego, kto wie, może spójnego? Kierunek znaczenia?

Teoria jest jak drewno: wypacza się

Drugą lub trzecią formą terapii gestalt, z którą się zetknąłem (wtedy wolała ona nazywać siebie "gestalt" zamiast "terapia gestalt"), była również pierwszą, która pozwoliła mi na doświadczenie długoterminowego programu szkoleniowego. To szkolenie, odbywające się we francuskojęzycznej części Belgii, było powiązane z Instytutem Gestalt w Cleveland. Książka Ervinga i Miriam Polsterów "Gestalt Therapy Integrated" stanowiła teoretyczny szkielet, a

praca Josepha Zinkera "Creative Process in Gestalt Therapy", w niektórych momentach uzupełniała ramy konceptualne. Głównymi trenerami w programie byli Gordon Wheeler, Janine Corbeil i Michel Katzeff.

Podczas warsztatu prowadzonego przez jedno z nich, grupa zostaje zaproszona do udziału w eksperymencie: każda uczestniczka¹ pisze na kartce formatu A4, dużymi literami, przymiotnik opisujący siebie, a następnie przypina ją do swojej klatki piersiowej i porusza się po pokoju, pokazując ją innym. Już wtedy trudno jest mi określić siebie i innych jednym słowem. Po długim wahaniu wybieram etykietę, która wydaje mi się dzisiaj związana z ukrytym statusem, który przypisuje mi grupa: intelektualny sensualista. Nie potrafiłem wyrazić tego pomysłu jednym słowem, tak jak było wymagane, ponieważ nie uważałem się ani za "prawdziwego" intelektualistę - moje myśli i refleksje zdają się podróżować poprzez zmysły, ani "prawdziwego" sensualistę - byłem jeszcze zbyt retroflekujący, aby oddać się czystemu kontaktowi zmysłowemu. Tak więc ten podwójny koncept zmysłowo-intelektualny staje się nierozdzielny, być może w ten sam sposób, w jaki jestem niezdolny do odpowiedzi lub nawet zwrócenia się w kierunku osoby, która woła "Jean" lub "Marie", ponieważ mam na imię Jean-Marie. Ale mój wybór nie odpowiada trenerowi, który chce, aby każda osoba znalazła partnerkę, której cecha uzupełniłaby jej własną, a podejrzewa, że ta wybrana przeze mnie uniemożliwi to. Siedząc twarzą w twarz, zostajemy zaproszeni do "nauczania" naszej partnerki, jak żyć i zintegrować w swoim doświadczeniu ten wymiar, którego ona rzekomo nie ma, a którego my jesteśmy reprezentantami. Nie pamiętam, kto był moją partnerką ani czego się od siebie nauczyliśmy, ale pamiętam, że to doświadczenie miało na celu uruchomienie naszej eksploracji tematu biegunowości. Następnie przyszedł czas na przedstawienie metaforycznych pojęć "topdog" i "underdog", tych żalonych marionetek z przedstawienia lalkowego, które przedstawiały odwieczny konflikt między władcym Superego a jęklwym, acz zwycięskim Id, jak to zwykle bywa w przypadku tych, którzy grają w "Biada mi!". W oparciu o te koncepcje nauczano nas dialogu z pustym krzesłem i dwoma krzesłami w celu zjednoczenia biegunowości, jak to pokazują liczne zapisy sesji Fritza Perlsa w Esalen (1969) i jak opisuje to Zinker (1977) w swojej pierwszej książce.

Już wtedy czułem się nieswojo z tą myślą i takim sposobem działania, i po ponad czterdziestu latach nadal się tak czuję. Miałem trudności z połączeniem mojego odkrycia koncepcji "holizmu" - po przeczytaniu starego wydania książki Smutsa (1927), a nawet koncepcji Gestalt, zgodnie z którą to całość nadaje znaczenie częściom - z tym, jak terapeuta wprowadzał fragmentację do doświadczenia klientki. Kiedy pacjentka doświadcza i opisuje siebie jako podzieloną w konflikcie, który nazywa "wewnętrznym", oczywiście wydaje mi się istotne, abym do niej dołączył i pomógł odbudować jedność, której szuka. Ale aby terapeuta

¹ Aby uniknąć kłopotliwych on/ona, jego/jej i tym podobnych, dokonałem arbitralnego wyboru, aby uczestnicy i klienci byli rodzaju żeńskiego, a terapeuci i trenerzy byli rodzaju męskiego.

podjął inicjatywę, w swoim sposobie myślenia i działania, aby wywołać podział doświadczenia w celu lepszego połączenia go, to jest to krok, którego nie jestem w stanie podjąć. Takie podejście nie wydaje mi się spójne, tak samo jak ewentualne komentarze terapeuty na temat tak zwanej sprzeczności lub niespójności między smutkiem lub gniewem, o którym mówi klientka, a uśmiechem, który jednocześnie pokazuje. To tak, jakby - aby zachować spójność - musiałyby to być albo jedno, albo drugie; tak jakby nie mogła jednocześnie wyrażać zarówno gniewu, jak i zażenowania z powodu okazywania tego gniewu; tak jakby doświadczenie składało się z części. Ciało można rozpatrywać w kategoriach części, doświadczenie już nie, nawet jeśli dla niektórych może być kuszące, aby przyjąć metaforę części do teoretycznego opisu doświadczenia: wewnętrzne dziecko, rdzeń self, wewnętrzne obiekty, tematy, impulsy, najgłębsze lub najpłytsze, prawdziwe self ukryte głęboko wewnątrz itd. Ponadto, gdy widzę niektórych moich kolegów pracujących z biegunowością lub gdy jedna z moich pacjentek dzieli się ze mną spolaryzowaną wersją swojego doświadczenia, zawsze z zaskoczeniem zauważam (analizuję?), że bieguny te nie mogą być uważane za siły równoważne. Może to być na przykład pragnienie popychające w jednym kierunku i introjekt popychający w drugim, tak że uważanie ich za przeciwne bieguny jest równoznaczne z postrzeganiem tylko ich aspektu behawioralnego, bez rzeczywistego dostępu do doświadczenia.

Moim spontanicznym wyborem cechy złożonej z intelektualnej i zmysłowej oraz być może nadanie mi męsko-żeńskie imienia, ujawniają moją alergię wobec biegunowości, która od dawna jest częścią mojej mapy świata (*Weltanschauung*) i to, że taki sposób myślenia nie jest spójny z moją koncepcją Człowieka. Zmusiło mnie to do rozwoju własnej praktyki w sposób spójny z tym, kim jestem, i do znalezienia w moim sposobie myślenia dróg, które pozwalają mi podejść do doświadczenia drugiej osoby jak do spójnej już całości, nawet jeśli czasem trudno mi zrozumieć, jak ta spójność, bardziej wnioskowana niż widoczna, dla niej się wytworzyła. W końcu, czy nie może to być proces myślowy podobny do tego, który stosujemy, gdy konceptualizujemy objaw?

Maraton ponad 42,195 lat terapii Gestalt: cóż za opór!²

W tamtym czasie w większości instytutów terapii Gestalt oraz w publikacjach, projekcja, introjeckja, retrofleksja, konfluencja i kilka innych stylów kontaktu, w zależności od nastrojów, były grupowane w jedną kategorię - "opór". "Opór wobec czego?" - zapytałam moich "Polsteryzowanych" trenerów. Wtedy wyjaśniono mi, że głównym celem Polsterów (1973) było zintegrowanie terapii Gestalt - "*Gestalt Therapy Integrated*" to tytuł ich

² 42,195 to długość maratonu w kilometrach, a także czas, przez jaki autor praktykuje terapię gestalt.

przełomowej książki - z psychokulturą tamtego czasu, podobnie jak psychoanaliza zrobiła to kilka dekad wcześniej. I ponieważ psychoanaliza mówiła o oporze wobec przeniesienia, my mielibyśmy, jak mi powiedziano, mówić o oporze wobec kontaktu.

Ta logika wydała mi się bardziej niż wątpliwa z kilku powodów: po pierwsze, w psychoanalizie chodziło znacznie bardziej o opór wobec dostępu do nieświadomości niż opór wobec przeniesienia, tym bardziej że samo przeniesienie "częściowo musi być uważane za opór" (Laplanche i Pontalis 1967, 421). A ponieważ psychoanaliza używała terminu "oporu wobec przeniesienia", powiedziano mi, by analogicznie mówić o "oporze wobec kontaktu".

Drugi zarzut wymusza uznanie, że przed Polsterami już sam Perls określał te zjawiska jako opory - zaczynając od introjeksji, która została określona jako "opór oralny" - w swoim słynnym artykule przedstawionym na Kongresie Psychoanalizy w Marienbadzie w 1936 roku, co następnie podjął i rozwinął w książce *Ego, głód i agresja* (Perls 1947). Idea introjeksji jako oporu została następnie rozszerzona na inne style kontaktu (projekcję, konfluencję itp.). Sami Polsterowie ostatecznie uznali, że był to błąd teoretyczny, zarówno z ich strony, jak i Perlsa (komunikacja osobista 1991), ale wówczas rozwiązali problem, pisząc artykuł zatytułowany "Psychotherapy without Resistance" (1976). Jednak ten teoretyczny "błąd" przetrwał do dziś, i wciąż istnieją punkty oporu (!), które używają tej terminologii.

Trzecie zastrzeżenie co do używania pojęcia oporu związane jest z faktem, że te zjawiska (introjeksja, retrofleksja itp.) były opisywane jako czasami dysfunkcyjne lub patologiczne, a czasami zdrowe, jeśli świadomie wybierane. Jakie konotacje miałoby słowo, które może identyfikować zarówno zdrowe, jak i patologiczne zjawiska, nie precyzując, które są które? Czy można sobie wyobrazić użycie słowa "rak" do oznaczania wszystkich form wzrostu komórek, zarówno zdrowych, jak i patologicznych? Jasne jest dla mnie, że "opór" nie może spójnie grupować stylów kontaktu, które mogą być zarówno zdrowe, jak i patologiczne.

Pod koniec lat 80. XX wieku w czasopiśmie *The Gestalt Journal* rozgorzała wieloletnia debata na temat zjawisk, które wówczas określano jako "procesy graniczne". Wielu teoretyków terapii gestaltowskiej przyłączyło się wtedy do dyskusji i próbowało zasugerować pewną spójność. Żadnemu z nich nie udało się osiągnąć jednomyślności; nawet dzisiaj, w mikroświecie terapii gestaltowskiej, to, co przez pewien czas nazywano "oporem", otrzymało różne nazwy - niektóre z nich mają na celu podkreślenie patologicznego aspektu tego lub innego stylu kontaktu, inne natomiast opisują style kontaktu bez określenia, czy są zdrowe czy nie. W drodze do budowania mojej własnej spójności teoretycznej, podczas czytania małej książki Binswanger (1954) "Le rêve et l'existence" [Sen i istnienie] (1930) z przedmową Michela Foucaulta, natknąłem się na pojęcie fleksji (w języku angielskim często infleksja), chociaż nie mogę teraz przypomnieć sobie, czy wprowadził je Binswanger czy Foucault. Prawdopodobnie dlatego, że zawiera ten sam rdzeń, co niektóre zjawiska mogące być grupowane razem (retrofleksja, profleksja, defleksja...), słowo fleksja - które w

językoznawstwie odnosi się do zmienności formy słów w zależności od kontekstu (tak jak deklinacja lub koniugacja) - zarezonowało we mnie jako sposób mówienia o wspomnianych stylach kontaktu. Proponowało zmianę formy stylu kontaktu w zależności od kontekstu, jak koniugacja, która nie przypisuje zdrowia do czasu zaprzeszczonego i patologii do czasu przyszłego dokonanego. Przywłaszczyłem sobie ten koncept pozwalający mi uniknąć patologizowania, które nie wydawało mi się spójne z całą konstrukcją teoretyczną, choć oczywiście sfera wpływu mojego wyboru pozostała bardzo ograniczona w społeczności.

Czy oznacza to, że koncepcji oporu nie można przyznać spójnego miejsca w teorii terapii gestalt? Izadore From w swoich fundamentalnych naukach porównywał opór do odpowiedzi "nie" w obliczu zagrożenia, jakim może być wzrost. Zainteresowanie wprowadzeniem odpowiedzi "nie" wynika z obowiązku zastanowienia się nad interwencją lub brakiem interwencji funkcji ego w regulacji tego lęku, który jest generowany przez możliwość wzrostu. Ponadto koncept ten dał mi osobiście możliwość refleksji, nie tylko diagnostycznej czy teoretycznej, ale także metodologicznej. Faktycznie, jak w przypadku innych koncepcji, które okazały się zarówno istotne dla psychologii, jak i przydatne dla zrozumienia pacjentki, wydawało mi się, że używanie jej w kontekście psychoterapeutycznym może stać się toksyczne. Jak użyteczna i istotna koncepcja w kontekście analizowania i rozumienia może stać się toksyczna podczas towarzyszenia rozwojowi i ewolucji? Pozostawię to pytanie na razie otwartym, pozwolę sobie jedynie zaznaczyć, że ten koncept, jak również inne jemu pokrewne, przyciąga nas w kierunku monadycznej i intrapsychicznej wizji doświadczenia drugiego. Tak długo, jak pozostajemy w indywidualistycznym podejściu, wydaje mi się bardziej metodologicznie użyteczne, ze względu na korzyści dla procesu terapeutycznego, zadanie sobie pytania, jak ja, terapeuta, mogę się opierać - opierać się dołączeniu do pacjentki tam, gdzie ona jest, a nie tam, gdzie chciałbym, aby była. Jakim zagrożeniem może być dla mnie przeżywanie kontaktu terapeutycznego teraz, takim, jaki on jest, a nie takim, jaki powinien lub mógłby być według mnie? I to może być krok w kierunku podejścia do tego "oporu" już nie jako należącego do pacjentki lub do mnie, ale jako wspólnego produktu, efektu naszego spotkania, w obrębie którego pasowałyby - i było spójne - stopniowo różnicować elementy składowe.

Ponieważ drewno jest wypaczone, struktura ma swobodę ruchu

Kolejna niespójność, z której zdawałem sobie sprawę, w miarę jak stopniowo przyswajałem sobie terapię gestalt, dotyczyła odniesienia do perspektywy polowej. Twierdzenie, że nasza metoda jest zgodna z teorią pola zapoczątkowaną przez Kurta Lewina (1952), pojawiało się wielokrotnie w wypowiedziach różnych moich trenerów niczym prawda objawiona. Prawdą jest, że Lewin był cytowany w pracy założycielskiej (Perls, Hefferline i Goodman 1951, 277),

lecz nie w odniesieniu do teorii pola, ale do ostrożności epistemologicznej; a kiedy kilka stron dalej (281) jego nazwisko pojawia się ponownie, nie jest to związane z pojęciem pola, ale sytuacji, której strukturę sugeruje nam on analizować. Pewne jest jednak, że cała ta publikacja może być postrzegana jako zaproszenie do ponownego przemyślenia paradygmatu psychoterapeutycznego z perspektywy pola. Jednak w prawie wszystkich szkoleniach prowadzonych w większości instytutów przed latami 80., a nawet 90., książka "Gestalt Therapy, Excitement and Growth in the Human Personality" wspomniana jest rzadko, jeśli w ogóle. Publikacja Perlsa stała się znana dzięki "Gestalt Therapy Verbatim" (1969) i kilku pokazowym filmom wideo z jego pracy w Esalen pod koniec lat 60. Tam, pomimo przedstawionych zasad teoretycznych, praktyczne wykorzystanie perspektywy pola pozostaje w najlepszym razie niepewne, przypominając raczej myślenie życzeniowe niż filozoficzną i metodologiczną rzeczywistość.

Wracając do wspomnianej pracy z biegunowością, terapeuta zaprasza pacjentkę do postawienia "części" siebie w dialogu z inną "częścią" siebie. Terapeuta, jak reżyser sceny, organizuje to "spotkanie" "siebie" ze "sobą". Gdzie jest pole organizm-środowisko? Gdzie jest skupienie na zjawisku kontaktu, tak istotnym pojęciu zarówno teorii, jak i metody; co wynika ze skupienia się na wydarzeniach i procesie granicy kontaktu? W praktyce osoba jest traktowana jak monada, a jej doświadczenie postrzegane głównie jako intrapsychiczne. To mogło skłonić niektórych z nas do krytyki podejścia indywidualistycznego, niezbyt spójnego - jak się wydaje - z rewolucyjnymi zasadami ustanowionymi u samych początków terapii gestalt.

Ta niespójność pomiędzy teoretycznymi stwierdzeniami a praktycznymi zastosowaniami doprowadziła do wielkiego ruchu, który rozpoczął się w latach 80. i był szczególnie dominujący w latach 90. Miał on na celu dokonanie zmiany paradygmatu i ośmielenie myślenia w kategoriach pola (np. Parlett 1991; Robine 1990, 1997, 2001, 2004, 2011; Wheeler 1991; Yontef 1993). Od tego czasu wspomniani autorzy i wielu innych ciężko pracowało, aby zrewidować zarówno ogół pojęć jak i praktykę, aby dać im podstawę lub przywrócić ich fundament, w kontakcie organizm-środowisko. Na przykład introjeksja była zasadniczo konceptualizowana i traktowana jako modalność funkcjonowania psychicznego w ślad za Ferenczim i Freudem; w procesie tym zapomniano lub zepchnięto na dalszy plan fakt, że nie może być introjeksji bez drugiego-którego-ogranicza. To przewartościowanie, mające na celu przywrócenie spójności, wydaje mi się wciąż niekompletne; w naszym środowisku wciąż możemy spotkać się z wieloma nieścisłościami.

Tak więc pojęcie pola stało się prawdopodobnie dziedziną, której dotyczy najwięcej rozbieżnych opinii, opartych na różnym rozumieniu tego, co to wieloznaczne pojęcie może przekazać. Od pola oracza do pola geograficznego, pola zastosowania, pola działania, pola bitwy, pola magnetycznego, pola chirurgicznego, pola wizualnego, pola świadomości, głębi

pola, aż do pola morfogenicznego czy pola Akaszy: wszystkie te sformułowania doprowadziły do powstania pewnego rodzaju ogólnego terminu określającego wirtualny zakres. Wszystkie one wniosły bogate i znaczące wyjaśnienia, czasem wzajemnie niespójne, nawet gdy szukamy spójności: ponieważ słowo "pole" nie może występować samo. W ten sam sposób, w jaki Husserl (1969) był w stanie pokazać, że "świadomość" nie posiada znaczenia, o ile nie jest to "świadomość czegoś", wszystkie przeróżne pola wymienione powyżej są polami czegoś. Pole magnetyczne jest polem magnesu, tego, co ten magnes przyciąga do siebie, a co odpycha; pole wizualne implikuje oko i coś, co pozwala widzieć, a pole świadomości wymaga świadomości i czegoś, co ją przenika. Jednak Perls i inni (1951), zachęcając nas do myślenia w kategoriach pola, nigdy nie używa ogólnego pojęcia pola: zawsze mówi o polu organizm-środowisko. I ważne jest, aby pamiętać, że ten wirtualny zasięg lub przestrzeń przeżywana, jak nazywają to fenomenolodzy, odnosi się do doświadczenia, które jest aktualnie przeżywane, a nie do jakiejś konkretnej i materialnej, namacalnej rzeczywistości. To, co środowisko tworzy dla mnie jako doświadczenie, nie jest tym samym, co tworzy dla ciebie, nawet jeśli znajdujemy się w tej samej przestrzeni, w tym samym pomieszczeniu, w tej samej sytuacji. Nie będziemy mieli tego samego pola widzenia, tego samego pola świadomości ani tych samych uczuć. Wydaje mi się nieuprawnione mówienie lub nawet myślenie o wspólnym polu, kiedy pacjentka i ja dzielimy spotkanie, niezależnie od tego, jak jest ono intensywne, ponieważ twoje doświadczenie nigdy nie będzie moim doświadczeniem, ani moje doświadczenie twoim, nawet jeśli jestem zdolny do wielkiej empatii.

Idea "wspólnego pola" rozpowszechnia się dziś szeroko, także w psychoanalizie (w szczególności psychoanalizie postbionowskiej). W końcu daczego nie, jeśli pamiętamy, że pojęcie to jest zupełnie inaczej definiowane niż przez Perlsa i wsp. (1951) dla kontekstu terapii gestalt. Jednak to, co mnie głęboko niepokoi, to fakt, że użycie tej terminologii może tworzyć implicite pewność - nawet jeśli iluzoryczną - istnienia wspólnego doświadczenia lub przynajmniej jego możliwości. Czy jest to ślad odwiecznego mitu "My" (Miller 2000)? Nostalgii za utraconym na zawsze rajskim ogrodem? Potrzebą konfluencji, negacji granic i różnic?

Ta nowa teoretyczna niespójność (lub dokładniej: to podejście do pojęcia, które postrzegam jako niespójne) doprowadziła mnie do tego, że skupiłem się na sposobie, w jaki założyciele gestaltu radzili sobie z tym pojęciem, i odkryłem w trakcie tego procesu, że w tym samym czasie używali również innego pojęcia, które pozostało niezauważone - pojęcia "sytuacji". To, co tworzy się z innym lub wieloma innymi, jest następstwem sytuacji; innymi słowy, czasów i miejsc, w których twoje pole, twoje pola i moje pole częściowo się połączą: razem wzajemnie się zorientują i pośrednio ustrukturyzują, by zbudować znaczenie i określić miejsce i funkcję każdego z nas oraz modalności naszych interakcji (zob. Robine 2015a, 2015b). Z definicji sytuacja jest wspólna - konferencja, sesja terapeutyczna, ceremonia

religijna, rynek, rodzina - nawet jeśli każda osoba specyficznie jej doświadcza, ponieważ każde doświadczenie będzie zróżnicowane, a tym samym pozwoli na ciągłą indywidualizację. Pod koniec życia Perls (2019) napisał: "Termin 'sytuacja' przyjmuje więc w naszym podejściu szczególny status. Pozwolić 'sytuacji' kontrolować swoje działanie jest istotą mądrości" (27).

"Prawda naukowa ma za znak spójność i skuteczność. Prawda poetycka ma za znak piękno" Aimé Césaire (1913-2008)

Terapia Gestalt z pewnością nie jest jedynym podejściem, w którym można znaleźć sprzeczności teoretyczne. Historia psychoanalizy na przykład jest pełna oskarżeń o niekonsekwencje teoretyczne lub brak spójności między teorią a praktyką. Wśród tych, na które natknąłem się w moich lekturach, poza wskazywanymi przez odstępców (np. Reich, Rank, Jung, Adler, Hartman, Perls), tradycyjną niekonsekwencję, która szczególnie mnie zainteresowała, przywołuje Bernard Brusset (1988). Aby uzasadnić pojawienie się tzw. psychoanalizy relacji z obiektem, przypomniał nam paradoks polegający na posiadaniu coraz bardziej rozbudowanej teorii intrapsychicznej i metapsychologii realizowanej przez praktykę relacyjną, ponieważ analiza przeniesienia jest podstawowym narzędziem pracy.

Zawsze byłem zdumiony tym, jak gwałtownie tradycyjna psychoanaliza, zwłaszcza francuska, atakowała główne nurty psychoanalizy amerykańskiej (np. psychologię ego, psychologię self, psychoanalizę intersubiektywną), które były oskarżane o bycie nieortodoksyjnymi i z tego powodu odrzucane przez fundamentalistów. Ta forma niespójności spotyka inną: podstawową krytykę sformułowaną przez Roberta Castela (1973) w "Le psychanalyse". W socjologicznej analizie o inspiracji marksistowskiej Castel potępia fakt, że psychoanaliza odmawia zastosowania w swoim własnym zakresie narzędzia analitycznego stosowanego w jej praktyce; generuje to solidny martwy punkt dotyczący np. relacji władzy i miejsca pieniądza.

Bezspornie, krytyczne analizy systemu, poprzez ujawnienie niektórych jego sprzeczności, mogą zasilać jego obronę i skłaniać go do zastygania, szczególnie jeśli takie potępienie pochodzi z zewnątrz. Mogą jednakże stanowić potężny bodziec do posuwania się naprzód na drodze do spójności, która może być tylko poszukiwaniem, a nie absolutem. Głęboko wierzę, że system, który osiągnąłby ogólną spójność, natychmiast stałby się martwy i byłby zgubny dla wszystkiego, co znalazłoby się w jego zasięgu. Nic już by się nie mogło ruszyć. Kiedy kostka Rubika zostanie ułożona, a wszystkie ścianki - po minutach lub godzinach prób i błędów - staną się jednokolorowe, proces ulega unieruchomieniu, umiera: nie ma już nic do zrobienia, pozostaje tylko dekonstrukcja i ponowne rozpoczęcie.

Około piętnastu lat temu prowadziłem kilka razy warsztat zatytułowany "Ce que je crois et ce que je crois que je crois" [To, w co wierzę i to, w co wierzę, że wierzę] (zob. Robine 2012, 2015a). W tych eksperymentalnych i doświadczalnych warsztatach uczestnicy byli zaproszeni do dzielenia się swoimi podstawowymi przekonaniem dotyczącymi psychoterapii, swoimi fundamentalnymi zasadami, tak jak zdołają je nazwać (nazwałem to "To, w co wierzę, że wierzę"). Chodziło o zmuszenie ich do sformułowania konkretnych przekonań, które inni uczestnicy mogli obserwować w trakcie sesji i które być może byłyby "prawdziwym" wcieleniem "Tego, w co wierzę" terapeuty w sytuacji. Robimy to, co mówimy, że robimy? Zachowujemy się w sposób spójny z naszymi zasadami, czy usypiamy się słodkimi iluzjami?

Na przykład terapeuta może powiedzieć, że kiedy pacjentka próbuje przepracować swój objaw, to on przede wszystkim zwraca uwagę na kreatywną funkcję adaptacyjną w kontekście codziennego życia pacjentki. Ale gdy pacjentka zaczyna mówić o swoim objawie, pierwsze pytania, jakie terapeuta zadaje, dotyczą anamnezy, pochodzenia tego objawu - gdy nie jest to wymiar transgeneracyjny uaktualniony poprzez genogram! Inny terapeuta może przedstawić swoją koncepcję powtarzania (schematu, objawu, impasu) jako uporu - w manifestowaniu bólu, w wyrażaniu czegoś, co prawdopodobnie trudno uczynić mu usłyszanym; podczas sesji, możemy zobaczyć dyskretną formę irytacji wobec tego powtarzania, czasami nawet napominające interwencje. Czy ktoś, kto wyraża ból, może być napominany? Przykłady naszych niespójności, sprzeczności lub paradoksów mogłyby wypełnić całą książkę! Wracam do wcześniejszych myśli (Robine 2015a, 2015b):

To, co nazywamy funkcją osobowości self, jest systemem reprezentacji, który konstruujemy w czasie poprzez nasze działania, kontakty i doświadczenie świata. Funkcja osobowości składa się zatem z przekonań ukształtowanych w czasie; strukturyzuje retorykę tego, w co wierzę. To, w co wierzę, jest konstrukcją, choć z pewnością opiera się na doświadczeniu, ale to także fikcja: reprezentacja, która mi odpowiada i przyczynia się do stworzenia obrazu samego siebie, czasem wyidealizowanego, a czasem deprecjonującego go. Dlatego - i w tym względzie jest to wierne przekonaniu Goodmana, że dusza (lub self) to przestrzeń, gdzie dzieje się akcja - może wystąpić różnica między "tym, w co wierzę, że wierzę", poprzez mój system reprezentacji i werbalizacji, a "tym, w co wierzę", które ujawnia się również poprzez działanie, w niewyrażonych lub ukrytych aspektach, zanurzonych w sytuacjach, i które może ujawnić poważne różnice.

Ważne, by uświadomić sobie lukę, którą rozpoznaję w sobie, którą zauważam w każdym z nas i którą tu nazywam różnicą między "tym, w co wierzę" a "tym, w co wierzę, że wierzę". Spójność, którą wszyscy starają się budować między różnymi poziomami swojego doświadczenia, polega na ciągłym zmniejszaniu tej luki. To także

odpowiedzialność naszych superwizorów, by przypominać nam o tej odległości z ich perspektywy obserwatora i pomagać nam uświadomić ją sobie. (227-28)

Mówi się, że Paul Goodman bardzo naciskał na tę formę spójności, polegającą na umiejętności mówienia o tym, co robimy, chociaż my, trenerzy i nauczyciele, możemy być bardziej skłonni oczekiwać od innych, że zrobią to, co mówimy.

"Zmiana w świecie polega nie tylko na tworzeniu, postępie. To przede wszystkim i zawsze dekompozycja, kryzys" Alain Touraine (ur. 1925)

Szybkie spojrzenie na poziom makroskopowy spójności i niespójności może przyczynić się do uwydatnienia, przez amplifikację, niektórych cech zjawiska. Perls w swoim czasie potrafił wykorzystać tę jakość w celu podniesienia świadomości: chętnie proponował swoim pacjentom, aby wzmocnili, wyolbrzymili cechę, gest, oddech, postawę, dźwięk; a paroksyzmalny produkt tego eksperymentu oświetliłyby bardziej lub mniej utajone wymiary ich bycia-w-świecie.

W chwili, kiedy piszę te słowa, cały świat zмага się z pandemią Covid-19. Amplituda tego zjawiska nadaje mu wybitnie makroskopowego wymiaru. "Bezprecedensowy" - to powracający przymiotnik, który media przypisują kolejnym wiadomościom i historiom. Jednak sytuacja pozwoliła Trumpowi na wzmocnienie cech Trumpa, pozwoliła Bolsonaro działać jeszcze bardziej jak Bolsonaro, dewiantom i oszustom pozwoliła na zorganizowanie swoich oszustw w rekordowym tempie, zwolennikom solidarności na tworzenie niespodziewanych form uwagi dla innych, itd. W pewnym sensie poziom mikroskopowy jest aktywny: przystosowujemy się do kryzysu, robiąc trochę więcej - albo dużo więcej - tego samego.

Ale innym wymiarem tego zdarzenia jest to, że niszczy ono spójność, z której czerpał satysfakcję i dumę dominujący system liberalny i kapitalistyczny. Aby osiągnąć maksymalny zysk, jego podstawowe produkty są wytwarzane tam, gdzie praca jest bardzo tania. Codzienne niewdzięczne zadania, takie jak praca kasjerów supermarketów, opiekunów, pracowników zakładu oczyszczania miasta, usługi osób sprzątających, są źle wynagradzane, ponieważ nie są tak ważne jak praca akcjonariuszy, którzy są uważani za "prawdziwych" aktorów w gospodarce. Właściciel miliardów akcji i papierów wartościowych nie podlega podatkowi majątkowemu. Opodatkowany podatkiem majątkowym jest jednak właściciel rodzinnego gospodarstwa, które umożliwia przetrwanie z mizernych dochodów rolniczych, jeśli znajduje się w popularnej wakacyjnej lokalizacji, chociaż przynależy do rodziny od pokoleń. Opiekunowie i służby ratunkowe od lat krzyczą z rozpacz, patrząc, jak ich środki drastycznie maleją w imię racjonalizacji budżetu na rzecz innych tzw. priorytetowych działań.

A ziarno piasku - nie, wirus, tysiąc razy mniejszy niż ziarno piasku - obala system: wszyscy pracownicy na dole drabiny są uhonorowani, oklaskiwani, ich znaczenie zostaje odkryte, obiecują im (tak, rzeczywiście) ustawowe uznanie z twardą gotówką. W jakiś sposób zapomniano, że system mógł funkcjonować tylko wtedy, gdy zapewnione było zdrowie wszystkich lub przynajmniej większości, tylko gdy wykonywane były podstawowe usługi: odbiór śmieci, codzienne naprawy awaryjne, sprzątanie, poczta. Produkcja samochodów i samolotów jest wstrzymana na rzecz produkcji medycznych fartuchów, LVMH (Louis Vuitton) lub Dior przestają produkować tkaniny za 200 dolarów za metr kwadratowy i zamiast tego produkują maseczki za jednego-dwa dolary, a destylarnie koniaku i whisky zmieniają łańcuch produkcyjny, aby zamiast alkoholu produkować żel hydroalkoholowy.

Taka dopasowana do siebie spójność generuje wykładnicze różnice, na przykład w dochodach, dostępie do kultury, opiece czy po prostu w dostępie do wody w kontekście ekologii; ta spójność ujawnia swoją niespójność. I znów - jak starałem się pokazać, ilustrując mikroskopowy poziom teorii i praktyki terapii gestalt - pojawienie się niespójności stanowi szansę. Jest to szansa, ponieważ toruje drogę kryzysowi. Słownik grecko-francuski autorstwa Bailly'ego (1950) ujawnia wieloznaczny charakter słowa "kryzys": (1) czynność lub zdolność rozróżniania, (2) czynność wyboru, (3) czynność oddzielania, (4) czynność decydowania. To dość wiele: rozróżniać, wybierać, oddzielać, decydować. I, oczywiście, w jednym krytycznym i dramatycznym momencie! Kiedy wydaje mi się niespójne, że wybieram teorię, która skłoniłaby mnie do podzielenia mojej pacjentki na bieguny, aby pomóc jej zbudować jedność, decyduję myśleć i działać inaczej. Kiedy społeczeństwo odkrywa niespójność swojej siły ekonomicznej, która jest zależna od niezrównoważenia generowanego przez wirusa o rozmiarach zaledwie kilku mikronów i od rozwiązań istniejących tylko na drugim końcu planety, od czego się oddzieli, co wybierze, co decyduje?

Jeśli będziemy korzystać z modeli zmian przedstawionych przez Szkołę Palo Alto (Watzlawick, Weakland i Fisch 1975), mamy do wyboru dwie drogi, które autorzy nazywają "zmianą typu 1" i "zmianą typu 2". Zmiana typu 1 polega na robieniu więcej tego samego. W tym przypadku problemem jest często samo rozwiązanie. Aby zarobić więcej pieniędzy, zrobimy maski w Chinach - rozwiązanie stało się problemem. Jednostka tworzy swoją patologię przez fragmentowanie siebie; myślimy w kategoriach biegunowości lub wewnętrznych, sprzecznych impulsów - moje sposoby myślenia stały się problemem. Weźmy na przykład kryzys pary (uproszczony, na granicy karykatury): on dusi się trochę w kontrolujących wzorcach związku i rozpoczyna romans pozamałżeński. Po pewnym czasie ona się dowiadyuje. Kryzys. Utrata zaufania. Perspektywa rozwodu, chociaż żadne z nich tego tak naprawdę nie chce. Negocjacje, zbliżanie się, kompromis: on zostawia swoją kochankę, a jego żona staje się jeszcze bardziej podejrzliwa i kontrolująca. Rozwiązanie reprodukuje i nasila sytuację, która doprowadziła do problemu: więcej tego samego. We Francji

zidentyfikowano pierwotne ognisko wirusa: rozprzestrzeniło się poprzez modlitewne spotkanie ewangelickie. Rozwiązanie: módlmy się do naszego Boga, żeby nas uratował przed tą epidemią.

Zmiana typu 2 to zmiana paradygmatu, sztuka znalezienia nowej definicji, nowej ramy odniesienia i nowych fundamentów. Jeśli to już nie zysk organizuje nasz system społeczny, co mogłoby to być? Jeśli wiedza akademicka psychoterapeuty nie jest gwarancją jego wiedzy ogólnej, co mogłoby to być? Jeśli to, co dzieje się między mną a tobą, można by rozpatrywać inaczej niż w kategoriach powtarzania wzorców z dzieciństwa, jak moglibyśmy to rozważyć? Jeśli podchodziłbym do mojego klienta w jego spójnej formie, jego, która nie jest moja, jakie mogą być tego konsekwencje?

Jak możemy żyć bez nieznanego przed nami? René Char (1907-1988)

Na szczęście czasami staję się świadomy niektórych moich sprzeczności. Wtedy mobilizuję wszystko, co mogę, aby osiągnąć nową spójność. Wkrótce jednak ona pęka i pokazuje sprzeczności. Wtedy mobilizuję wszystko, co mogę, aby osiągnąć nową spójność. Wkrótce potem ona znów pęka i pokazuje sprzeczności. Wtedy mobilizuję wszystko, co mogę, aby osiągnąć nową spójność. Wkrótce potem i ta pęka, pokazując sprzeczności. Wtedy mobilizuję wszystko, co mogę, aby...

To, co staje się
stopniowo musi wyzwalać się
od tego, czym już się stało. (Straus 1966, 222)

Bibliografia

- Bailly, Anatole. 1950. *Dictionnaire Grec-Français*. Paris: Hachette (original work published 1894).
- Binswanger, Ludwig. 1954. *Le rêve et l'existence*. Translated by Jaqueline Verdeaux. Paris: Desclée de Brouwer (original work published 1930).
- Brusset, Bernard. 1988. *Psychanalyse du lien: La relation d'objet*. Paris: Le centurion.
- Castel, Robert. 1973. *Le psychanalisme: L'ordre psychanalytique et le pouvoir*. Paris: Maspero.
- Husserl, Edmund. 1969. *Méditations cartésiennes*. Paris: Vrin (original work published 1929).
- Laplanche, Jean, and Jean-Bertrand Pontalis. 1967. *Vocabulaire de la psychanalyse*. Paris: PUF.
- Lewin, Kurt. 1952. In *Field Theory in Social Science: Selected Theoretical Papers*. edited by Cartwright Dorwin. London: Tavistock.
- Miller, Michael Vincent. 2000. "The Myth of We." *The Gestalt Journal* 23 (1): 7–18. Reprinted in Michael Vincent Miller. 2011. *Teaching a Paranoid to Flirt*, Gouldsboro, ME: Gestalt Journal Press, 167–80.
- Parlett, Malcolm. 1991. "Reflections on Field Theory." *British Gestalt Journal* 1: 69–81.
- Perls, Frederick S. 1947. *Ego, Hunger and Aggression*. London: George Allen and Unwin (original work published 1942).
- . 1969. *Gestalt Therapy Verbatim*. Moab, Utah: Real People Press.
- . 2019. *Psychopathology of Awareness: An Unfinished and Unpublished Manuscript (with Commentary of Contemporary Gestalt Therapist)*, edited by Jean-Marie Robine and Charles Bowman. Vol. 44 [Bibliothèque de Gestalt-thérapie]. Saint Romain la Virvée: L'Exprimerie.
- Perls, Frederick S., Ralph F. Hefferline, and Paul Goodman. 1951. *Gestalt Therapy: Excitement and Growth in the Human Personality*. New York: The Julian Press.
- Polster, Erving, and Miriam Polster. 1973. *Gestalt Therapy Integrated*. New York: Random House.
- . 1976. "Therapy without Resistance: Gestalt Theory." In *What Makes Behavior Change Possible?* edited by Arthur Burton, 259–77. New York: Brunner/Mazel.
- Rimbaud, Arthur. 2020. "Lettres dites du Voyant." In *Oeuvres complètes I*, edited by Jean-Luc Steinmetz. Paris: Garnier Flammarion (original work published 1912).
- Robine, Jean-Marie. 1990. "La névrose de champ." *Bulletin de Liaison de la Société Française de Gestalt* 21–22: 46–63.

- . 1997. “La Gestalt-thérapie va-t-elle oser développer son paradigme post-moderne?” *Cahiers de Gestalt-thérapie* 5: 59–84. English translation: In Robine, 2011, 29–64.
- . 2001. “From Field to Situation.” In *Contact and Relationship in a Field Perspective*, edited by Jean-Marie Robine, 95–108. Saint Romaine Virvée: L’exprimerie.
- . 2004. *S’apparaître à l’occasion d’un autre*: Saint Romaine Virvée: L’exprimerie. English Translation: Robine 2011.
- . 2011. *On the Occasion of an Other*. Gouldboro, ME: The Gestalt Journal Press.
- . 2012. “Ce que je crois et ce que je crois que je crois.” In *Le changement social commence à deux*, edited by Jean-Marie Robine, 239–50. Saint Romaine Virvée: L’Exprimerie. English translation: Robine 2015a, 227–38.
- . 2015a. *Social Change Begins With Two*. Milan: Istituto di Gestalt, HCC Italy.
- . 2015b. “L’homme de la situation.” In *Vers une clinique de la situation*, edited by Helène Cordier and Claude Charlier Claude, 107–16. Saint Romaine Virvée: L’exprimerie. English Translation: In Robine, 2015a, 241–49.
- Smuts, Jan Christian. 1927. *Holism and Evolution*. London: Macmillan.
- Straus, Erwin W. 1966. *Phenomenological Psychology: Selected Papers*. New York: Basic Books.
- Watzlawick, Paul, John Weakland, and Richard Fisch. 1975. *Changements, paradoxes et psychothérapie*. Paris: Seuil.
- Wheeler, Gordon. 1991. *Gestalt Reconsidered: A New Approach to Contact and Resistance*. Cambridge, MA: GIC Press.
- Yontef, Gary. 1993. *Awareness, Dialogue & Process: Essays on Gestalt Therapy*. Highland, New York: Gestalt Journal Press.
- Zinker, Joseph. 1977. *Creative Process in Gestalt Therapy*. New York: Brunner/Mazel.