

УДК 18

## ИССЛЕДОВАНИЕ МЕТАФОРЫ КАК ОСОБОГО ЯВЛЕНИЯ ЯЗЫКА В ФИЛОСОФИИ И ПСИХОЛОГИИ

Майленова Ф. Г.

**Аннотация:** *Исследование метафоры как особого явления языка и ее использования в психологии и философии представляет собой важную междисциплинарную задачу. Без метафоры невозможна успешная коммуникация и взаимопонимание. Способность думать, размышлять и взаимодействовать невозможна без метафор. Благодаря метафорам возможна так называемая «мгновенная» передача информации, что способствует взаимопониманию и дальнейшему наращиванию знаний в диалоге.*

*Метафора также является частью нашей повседневной жизни, пронизывает все наше существование: народная мудрость, заключенная в сказках, различных ритуалах, пословицах, поговорках и т.п. вся пропитана метафорами, которые специалисты стремятся расшифровать уже много веков, и эти осколки глубинной архаичной мудрости нередко оказываются актуальными и для современного человека в век технологий и искусственного интеллекта.*

*Особую роль играет метафора в психотерапии. Многие психологические проблемы не поддаются рациональному пониманию, осмыслению: нередко как причины проблемы, так и ее решение находятся в пространстве, недоступном пониманию и осознанию, и в таких ситуациях приходит на помощь терапевтическая метафора. Работа с метафорами использует возможность языка кодировать с помощью образов скрытую в пространстве бессознательного травмирующую информацию и прорабатывать ее.*

*В ситуации все более увеличивающегося спроса на междисциплинарность с неизбежностью возникает проблема взаимопонимания специалистов разного направления, и метафоры играют ключевую роль в построении языка междисциплинарного общения.*

**Ключевые слова:** *язык метафор, терапевтическая метафора, коммуникация, психотехнологии, этика психотерапии, проблема понимания, междисциплинарность. эпистемологическая метафора, чистый язык.*

### Метафоры в коммуникации

Весь наш язык, включая повседневный, наполнен метафорами. Реймонд В. Гиббс считает, что люди используют в среднем шесть метафор в минуту при обычном общении [1]. Именно метафорой человек может точно выразить «сложные и смутные ряды мыслей, возбужденных неопределенным множеством действий, слов» [2, с. 205]. Действительно, растолковать, объяснить сложное глубинное ощущение не всегда возможно, и именно метафора помогает передать чувство или впечатление, не «распаковывая» и не расшифровывая его, практически целиком. Язык метафор является зачастую самым успешным в общении, когда буквально «не хватает слов» для объяснения и понимания,

а также в ситуациях настолько заряженных эмоционально, что прямой разговор чреват конфликтами из-за слишком сильных эмоций.

Часто метафоры используются при обучении и воспитании, так как для того, чтобы усвоилась незнакомая информация и возникло новое знание, они должны закрепиться в сознании с помощью чего-то знакомого. Согласно Аристотелю, метафора создаёт атмосферу психологической стабильности, используя знакомые слова и понятия, и при этом делает «речь не затасканной и не низкой, а слова общеупотребительные придают ей ясность» [3, с. 113]. К тому же метафоры, апеллируя к сенсорному опыту, опираются на то, что мы все имеем тело и живем в физическом мире, имеющем гравитацию, и наши переживания физического мира влияют на переживания ментальных событий. Эмоции и моральные оценки зачастую описываются через физические свойства предметов (теплый-холодный, далекий-близкий, острый, ядовитый, кипеть от ярости, гореть от любви, похолодеть от ужаса и т.п.), и этот социальный феномен усваивается уже в раннем детстве: даже маленький ребенок очень быстро улавливает, что, например, тепло означает нежность, преданность, любовь и близость, важные вещи (такие как дом, родители) – большие или находятся в центре, а уколоть или ранить можно не только буквально, но и словом и даже взглядом [4]. При анализе детских рисунков эту особенность психики используют для диагностики как психического состояния самого ребёнка, так и стиля взаимоотношений в семье - по размеру, цвету и расположению фигур на картинке.

Д.Н. Овсяннико-Куликовский, анализируя метафору «у него железный характер», подчеркивает, что весь объем информации, который компактно уместится в двух словах, помогает говорящему не перечислять все черты характера, в которых и заключается его сила. «Метафора является здесь кратчайшим и удобнейшим путем к установлению и выражению данного понятия» [5, с. 112]. Главное в метафорах, по его словам, это то, что это один из самых экономичных приемов концентрации мысли в одном емком образе.

Свойство человеческой психики создавать сходство между различными классами объектов по самым порой неожиданным основаниям всегда использовалась для передачи мыслей, идей, эмоций. «Как в письменной истории, когда она возникла, так и в мифах, ведущих в самые далекие и сокровенные глубины воспоминаний человека о своем опыте, метафора использовалась как механизм, при помощи которого передавались и развивались идеи. Шаманы, философы, проповедники - все они в сходной манере интуитивно сознавали и использовали мощь метафоры. Начиная с известной аллегории с пещерой у Платона и кончая Зигфридом Вольтера, начиная с проповедей Христа и Будды и кончая учением Дона Хуана, метафора всегда присутствовала в них как средство изменения людей и воздействия на их поведение» [6]. Позволяя избежать многословия, метафора доносит информацию в кратком, емком и эмоционально заряженном виде, позволяя получать доступ к человеческой мудрости, накопленной в течение тысячелетий и дошедшей до нас в виде метафор. Стоит добавить, что для современного человека также важны и ценны мифы, сказки, легенды - они представляют собой квинтэссенцию опыта человечества в проживании сложных, порой тяжелых и конфликтных ситуаций, позволяя получать этот опыт в зашифрованном виде и пользоваться им. Восприятие

таких текстов становится для читателя или слушателя не только своего рода образцом поведения в сложной ситуации, но также и метафорой его собственного состояния - в результате повышается психологическая компетентность, обнаруживается выход из сложного положения, нередко приходит утоление боли или даже полное избавление от внутренних проблем. Таким образом происходит интеграция мудрости, полученной извне в метафорической форме, и внутренних ресурсов личности.

Это свойство нашей психики успешно используется в психотерапии. Те глубинные процессы, которые проходят в бессознательном и недоступны рациональному анализу, можно изменить с помощью специальных техник, позволяющих вступать в диалог с бессознательным, и одна из таких техник - построение терапевтических метафор. Особенность психотерапевтического общения состоит в том, что язык выступает не просто как средство общения, а инструмент, позволяющий получить доступ в бессознательное, в ту область человеческого «Я», где информация существует в виде образов, телесных ощущений и где хранятся воспоминания о всех прошедших событиях – как самые болезненные, травмирующие, так и самые счастливые и вдохновляющие. Метафора позволяет получить туда доступ и использовать энергию этих воспоминаний, а также мягко преодолеть сопротивление терапии и творчески прорабатывать травмы. Следует добавить, что энергию исцеления могут содержать в себе не только счастливые воспоминания, но и воспоминания о пережитых трудностях или даже травмах - будучи переработаны, они могут превратиться в воспоминания о победах, которые могут впоследствии давать силу выстоять в новых жизненных испытаниях.

Поначалу метафоры в психологии использовались лишь в качестве иллюстративного материала. О метафоричности языка психических образов заговорили после открытия психоаналитического метода З. Фрейдом [7], когда он ввёл в медицину, а затем в психиатрию и психотерапию понятия из литературы и экономики [8], создав одну из самых знаменитых, причудливых и влиятельных теорий. Показательно, что популярность его теории во многом объясняется яркими метафорами, особенно самой главной, на которой зиждется вся его теория, «психика - это айсберг», благодаря которой множество людей, далеких от медицины и психологии получили иллюзию, что им теперь понятно, что такое психика. К сожалению, огромная популярность и упрощение теории Фрейда сильно исказили ее понимание и восприятие. Его последователь К.-Г. Юнг предложил исследовать психику с помощью сказочных и мифических метафор в жизни человека [9], что легло в основу весьма популярной сегодня сказкотерапии, которая позволяет успешно работать как с детьми, так и со взрослыми. Э. Фромм [10], ярчайший представитель гуманистической психологии, разработал уникальную технику толкования сновидений, рассматривая их как метафорическую «память предков» и универсальный язык символов, дошедший до нас с древности. Так как сон - это продукт деятельности собственной психики, им нередко доверяют больше, чем интерпретациям и советам постороннего человека, пусть и специалиста. Так называемые «сны - постановка проблемы» или «сны - решение проблем» действительно могут оказать бесценную помощь как при диагностике состояния клиента, так и при поиске методов решения выхода из проблемной ситуации.

### Терапевтические метафоры

Различные психотерапевтические школы широко используют метафору. Особого внимания заслуживают терапевтические метафоры, которые используются в гипнотерапии. Гениальный М.Эриксон, непревзойденный специалист XX века в области гипноза, чей метод лечения с помощью терапевтических метафор в форме рассказывания специальных историй является вдохновляющим примером для тысяч терапевтов всего мира [11], верил в скрытые возможности человеческого бессознательного. Его невероятные исцеляющие истории по сей день кажутся чудом [12; 13]. Он мог рассказать историю о чем-то, казалось бы, вовсе не имеющем отношения к болезни клиента, тот слушал удивляясь, затем уходил и начисто забывал о своей проблеме. А дело в том, что все эти истории были не случайны - они содержали зашифрованные послания в виде способов решения проблемы, успешных ментальных стратегий, которые бессознательное считывало и начинало применять, минуя рациональное критическое мышление. А выглядело все как волшебство.

Влияние терапевтической метафоры не прямое, очень тонкое и деликатное. «Смысл рассказанного «попадает в точку», но каким-то удивительно отстранённым путём» [14, с. 36]. Ученики Эриксона Кэрл и Стивен Лэнктоны на основе его метода сконструировали специальные лечебные метафоры для различных лечебных целей [15].

Вся современная гипнотерапия, предтечей которой является М. Эриксон, благодаря способности метафор в виде зашифрованных посланий вступать в диалог с бессознательным клиентов, активно использует их как средство утolenия боли, как психической так и физической, вплоть до обезболивания медицинских операций, что крайне ценно для пациентов с непереносимостью анестезии. Также применение метафор бесценно для выработки творческих решений и гармонизации внутреннего состояния. Наш современник, врач и талантливый психолог и гипнотерапевт Ж. Беккио утверждает, что «гипноз - это естественное явление» [16, с. 4], в которое мы спонтанно попадаем много раз в день. Его стиль работы, который он поначалу назвал «новый гипноз», подчеркивая, что гипноз не есть сон, а наоборот, самое продуктивное состояние нашей психики, позволяет использовать ресурсы бессознательного с помощью терапевтических метафор, которые имеют особую структуру, соответствующую глубинной структуре решения проблем. Обучение гипнотерапии включает в себя и умение составлять такие метафоры с учетом как специфики проблемной ситуации, так и особенностей характера каждого клиента. С помощью специальных приемов создаются метафоры, которые являются специфичными именно для данного клиента - с его жизненным опытом, мировоззрением, особенностями его языка, характера, типа реагирования на стрессы и конфликты, убеждениями и ценностями. С учетом всех этих факторов психотерапевт создает историю, в которую иносказательно, метафорически вплетена история возникновения проблемы, этапы ее развития и варианты решения.

Зачастую именно метод метафор позволяет излечить проблемы, которые длятся много лет. Страдания, длящиеся долго - результат того, что что-то помешало мозгу переработать болезненный опыт в момент получения травмы. Причина объясняется тем, что

на момент травмирующего события (или периода жизни) у человека не было достаточно внешних и внутренних ресурсов: физическая или психическая невозможность другой реакции (в ситуациях насилия или внешних катастроф, таких как природные катаклизмы, война, пожар, транспортное происшествие и т.п.), малый возраст пациента, его сильная эмоциональная и/или физическая зависимость от человека, ставшего источником травмы. Однако в данный момент, хотя угроза уже позади, последствия той травмы продолжают причинять боль и мешают нормально жить дальше, а прошлые страдания как бы «застряли» в теле в виде соматических болей. Однако даже пройдя страшный, разрушающий травматический опыт насилия (эмоционального, физического, сексуального), который обычно вытесняется, но продолжает отравлять жизнь, личность способна в метафорическом пространстве вернуться в него и переработать этот опыт так, что страшная ситуация из прошлого перестанет играть актуальную роль в реальной сегодняшней жизни, в порой даже может превратиться в свою противоположность - позитивный опыт преодоления и обретения силы.

Как именно работает метафора, на уровне нейронов мозга - пока что для нас тайна, хотя в будущем, с развитием нейронаук мы сможем приоткрыть завесу этой тайны, но видимо в особом состоянии сознания происходит глубинная переработка травмирующей информации, и старые воспоминания в результате либо перестают быть такими болезненными, либо вовсе уходят из актуальной памяти. Пока что мы можем судить о эффективности метафор по практическому результату - улучшению состояния пациента, нередко уже на первом сеансе. Если болезненный опыт переработан, по выходу из транса вся жизненная ситуация магическим образом меняется. Как именно протекают процессы в пространстве бессознательного и в какой именно момент произошла трансформация — можно судить только опосредованно, так как клиент, хотя он обычно во время сеанса активен, может разговаривать, отвечать на вопросы и в некоторой степени наблюдать за собой, воспринимает происходящее через яркие эмоционально окрашенные образы и пребывает в процессе всего сеанса внутри особого образного мира, похожего на мир сновидений или медитации. В целом смысл построения терапевтических метафор в том, что они позволяют достичь максимально ресурсного состояния психики, подобно детскому творческому воображению. Таким образом, язык метафор является самым успешным в общении с пациентами как при обсуждении сложных случаев, когда буквально «не хватает слов» для объяснения и понимания, а также в ситуациях настолько заряженных эмоционально, что прямой разговор не получается из-за слишком сильных эмоций, так и при проработке их проблемных ситуаций и исцелении. Несмотря на то, что техники эриксоновского гипноза не предполагают особо глубокого погружения в транс, похожего на сон, каковое используется при директивном медицинском гипнозе, тем не менее основная работа, которая происходит во внутреннем пространстве клиента, уходит из его осознания по завершению процесса. Это забывание чем-то похоже на забывание снов, которые могут быть насыщенными очень яркими эмоциями, порой тяжелыми и страшными, порой невероятно счастливыми, и сразу по пробуждению их сложно отделить от реальности, но в итоге они как бы удаляются все дальше. Так и при выходе из трансового состояния, для клиента весьма насыщенного

эмоционально, как по окончании театрального спектакля, словно бы опускается занавес, затихают звуки и приходит тишина... Возможно в этом забывании - особая мудрость нашей природы, которая закрывает наше сознание от созерцания слишком тяжелых картин нашей жизни, сохраняя нам силы рассудок для дальнейшего проживания.

### Метафоры и проблема понимания

Возникновение проблемы понимания связано с фундаментальной проблемой невозможности понимания, реальностью непонимания [17, с. 704] при постоянной, никогда до конца неутоленной страсти человека к полному пониманию. В том, что касается языка, текста, метафоры или образа, речь может идти, прежде всего, о внезапном обнаружении «разрывов» в языке (тексте) сознания (бессознательного), тем, что может быть обозначено как «прерывистость» в опыте бытия, субъективно воспринимаемая как «непереносимая пустота», «аннигиляция», «абсолютное отчаяние» и потеря. Эту проблему понимания, являющуюся ключевой как в практической психологии, так и в междисциплинарном научном дискурсе, также помогает решить грамотное применение образного языка и метафоры, что позволяет обойти необходимость долгих словесных объяснений.

Для того, чтобы более полно осмыслить познавательный опыт человека, необходимо признать, что существуют различные познавательные (когнитивные) практики. Если эпистемология исследует структуру знания и его семиотическое устройство, то герменевтика как ведущая когнитивная практика современности – искусство понимания (интерпретации) смысла, знака, симптома или текста (языка).

Естественным пределом герменевтики В. Дильтея, основанной на идее интуитивного познания, вчувствования (эмпатической совместности) и переживания, явилась проблема выразимости, предела перевода с языка чувственного на уровень общезначимого, обще-понимаемого. Онтологическая герменевтика М. Хайдеггера образовала мост между психологической герменевтикой В. Дильтея и лингвистической герменевтикой П. Рикера, который, в свою очередь, полагал, что теория психоанализа обладает значительными интерпретационными возможностями и может быть понята именно как психологическая герменевтика

Психоаналитическая традиция как глубинная герменевтика (А. Лоренцер) рождена идеей «попытки перевода» бессознательного (телесного, чувственного) опыта, создания языка понимания между двумя субъектами онтологического опыта (психоаналитик и его пациент), или автор (пациент) и интерпретатор (аналитик) для нахождения общего смыслового содержания в интерпретации [18, с. 127-135]. Поиск понимания имеет уже не только интеллектуальное, но и практическое значение, так как от того, удалось ли его достигнуть, зависит успех психотерапии.

Интерпретация в психотерапевтическом (психоаналитическом, глубинном) смысле являет собой уникальный опыт перевода интуитивного узнавания (понимания) интерпретатором вербального и/или невербального «послания» автора на понятный им обоим язык, создание ими языка взаимопонимания, благодаря которому язык бессоз-

нательного автора (пациента) становится понятен ему самому и дает толчок к изменениям и, в конечном счете, к выздоровлению от телесного или душевного недуга.

«Настоящая теория рациональности – это идея о том, что мы думаем посредством фреймов, метафор, нарративов», – пишет Б. Берген [19]. По его мнению, идея о человеке как об исключительно разумном существе должна быть дополнена новыми знаниями, показывающими роль эмоций, образов, внутренних пристрастий и метафоричности человеческого мышления при принятии решений. Работа современного практического психолога представляет собой соединение этих двух начал в природе человека, так как зачастую именно болезненный разрыв между эмоциями и рацией становится основной причиной личностных проблем.

### **Специфика языка психотерапии и понятие «чистого языка»**

Психотерапевт работает словом, используя способность слова не только отражать внутренний мир человека, но и менять его, помогать справляться с болью, исцелять. Однако неверно понятое или не так сказанное слово способно повести терапевта по ложному пути и не только не решить проблему пациента, но и нанести тому дополнительную травму. Для улучшения качества терапевтического общения важно, кроме специальных психологических навыков, умение правильно пользоваться языком, задавать нужные вопросы и внимательно слушать ответ, так как язык обладает способностью менять состояние человека, кодируя, передавая и воспроизводя информацию, скрытую в пространстве бессознательного.

Особенность психотерапевтического общения состоит в том, что язык выступает не просто как средство общения, а инструмент, позволяющий получить доступ в бессознательное, в ту область человеческого «Я», где информация существует в виде образов, телесных ощущений и где хранятся воспоминания о всех прошедших событиях, как самые болезненные, травмирующие, так и самые счастливые и вдохновляющие. Метафора позволяет получить туда доступ и использовать энергию этих воспоминаний, а также мягко преодолеть сопротивление терапии и прорабатывать травмы. Моральная ответственность психолога – тема особого исследования [20], ему необходимо быть предельно внимательным при выборе слов, выражений, интонаций. Одна из важнейших задач терапевта – говорить с клиентом на его языке, и в его ответственность входит также корректное использование языка. Многие терапевты попадают в так называемую «эпистемологическую ловушку» [21, с. 221] и совершают большую (увы, типичную) ошибку — руководствуются в интерпретации состояния клиента своим собственным опытом, полагая, что они «узнали» типическую проблему и им уже «известно», что нужно делать. Такие поспешные выводы могут не только затормозить процесс терапии, но и нанести клиенту вред. Кроме ускользания истины, которая могла бы подарить ясность видения при более внимательной коммуникации, для процесса терапии это чревато и потерей возможности исцеления: суть проблемы может потеряться и вновь уйти вглубь, симптом может вернуться и даже усилиться. Разумеется, психотерапевты поступают так не по злему умыслу, а из-за инерции мышления, которая присуща всем людям благодаря свойству мозга быстро находить соответствие нового опыта уже имеющемуся и размещению новой информации в кластер «подобное=известное». Вследствие

этого появляются преждевременные оценки, выводы и суждения, которые строятся, учитывая лишь часть новой информации, опуская и теряя остальное, порой весьма важное. Иногда подобное ускользание части информации происходит по причине неприятия психотерапевтом каких-то эмоциональных реакций клиента, его ценностей и убеждений, и тогда может произойти вытеснение и неосознанное «не замечание» неприятной или неприемлемой по моральным или другим соображениям информации. Однако психолог должен уметь абстрагироваться при работе с клиентами от собственной позиции, чувств, оценок, даже мировоззренческих установок и убеждений. Умение уважительно принимать все эмоциональные реакции клиента, независимо от его (терапевта) собственных эмоций по поводу этих реакций - одно из важнейших профессиональных и личностных качеств, необходимых психологу. Предельно спокойное и нейтральное отношение к любым, даже самым необычным проявлениям клиента - неотъемлемое качество психолога для эффективной работы.

Психотерапевту важно помнить, что он не должен допускать «загрязнения» терапии и языка своими шаблонами и мнениями. Язык психотерапевта должен быть максимально чистым. Чистота языка означает, что терапевт в коммуникации с клиентом должен использовать язык клиента, стремясь не добавлять от себя ничего: при построении терапевтической метафоры он берет лишь те слова и понятия (не заменяя их на похожие), какие использовал клиент, стараясь озвучивать их с теми же интонациями, и с такой же скоростью и громкостью. Именно это предельно чистое отзеркаливание языка клиента позволяет максимально точно отразить внутреннее пространство клиента, обойти его сопротивление и создать состояние динамического трансa. Важнейшая составляющая навыка «очищенного мышления» - отказ от эгоцентризма и привычки рассматривать других как часть своего собственного мира, и это личностное свойство редко явантроп врожденным, его необходимо сознательно формировать и постоянно контролировать.

Строгость и чистота языка - важнейшее условие успешной терапии в любой психотерапевтической школе, однако работа с эпистемологической метафорой предъявляет к использованию языка предельно строгие требования. «Чистый язык» в этой технике не означает грамматически правильный, грамотный язык. Чистота языка обусловлена тем, насколько терапевту удалось вести сеанс, в точности воспроизводя вокабулярий пациента. Научиться чистому языку непросто, это требует постоянной концентрации внимания и удержания фокуса внимания на клиенте, на его истории, его языке, а также на его невербальных проявлениях, таких как дыхание, поза, изменение тембра голоса и скорости речи, мимика и жесты, а также смех и слезы.

Вот что представляет собой «чистый язык» в рамках этого метода [21, с. 221]:

- в нем нет предположений и ожиданий терапевта, который использует только собственные слова и метафоры клиента так, чтобы не «загрязнить»;
- в ходе работы терапевт повторяет особенности поведения и речи клиента, даже если они кажутся ему странными;
- речь не идет о грамматической или стилистической правильности языка;
- используются то же время и те же формы глаголов (и местоимений), которые использует пациент;



- терапевт должен с теми же интонациями, не перефразируя, не конкретизируя, не интерпретируя и не усложняя предложения, в точности повторять то, что говорит клиент;
- если клиент находится в диссоциации относительно травматического опыта и говорит о чувствах ребенка в третьем лице, терапевт тоже говорит в третьем лице;
- чтобы тщательно отслеживать невербальные реакции, необходимы паузы, нужно ценить молчание, потому что в эти моменты созревает, усиливается и трансформируется информация.

Эпистемологические вопросы, разработанные Д. Гроувом для психотерапии, можно применять и за рамками психотерапии: их можно рассматривать как упражнение для отработки навыка «чистого мышления», которое полезно для межличностной, профессиональной, деловой коммуникации, для улучшения качества научных дискуссий. Умение слышать именно то, что говорит собеседник, не домысливая за него и не приписывая ему собственные чувства, стремление удерживать состояние незнания, поиска, вопрошания - навык, способный разрешить или предотвратить большую часть межличностных и даже профессиональных конфликтов.

### **Между философией и психологией**

Несмотря на то, что психология некогда была частью философии, и существует множество пересечений в теоретической области, зачастую две эти науки говорят на совершенно разных языках. Эпистемология как наука, изучающая процесс мышления и понимания, является наиболее близкой к «зоне обмена» [22] между философией и практической психологией и способна стать мостиком между этими важнейшими областями знания о человеке. Способность практикующего психолога увидеть за психическими явлениями экзистенциальные проблемы, такие как страх смерти или ситуацию морального выбора позволяет рассматривать человека более полно и комплексно и расширяет возможности психотерапии. Примером плодотворного обогащения практической психологии философией является эпистемологическая метафора, и этот метод чрезвычайно эффективен, позволяет работать с тяжелейшими травмами раннего детства, такими как насилие, инцест, опыт различных катастроф. Такие ситуации зачастую вытеснены в бессознательное и сам пациент может о них не помнить, страдая от той или иной психической проблемы, которые никак не поддаются лечению. Вскрытие же проблемы может оказаться ошеломительным как для самого пациента, так и психотерапевта, если он не имеет соответствующей подготовки работы с такими тяжелыми травмами, и в результате недостаточно корректной работы психотерапевта пациент может получить новую психологическую травму. Метод эпистемологической метафоры позволяет обойти эту опасность ре-травмирования, так как в нее встроен этап метафорической переработки тяжелой затяжной проблемы и эмоций, связанных с ней. На этом этапе не происходит полного содержательного погружения в травмирующую ситуацию, а благодаря активному подключению рации получается абстрагироваться от воспоминаний, связанных с чрезмерной эмоциональной и физической болью. Метод работы эпистемологической метафоры показывает, что такая возможность (при достаточной подготовке терапевта) существует, и можно тонко и в то же время ре-

шительно преодолеть препятствия, возникающие на пути терапии. «В качестве материала для эпистемологической метафоры используют собственные слова пациента, которые прошли стадию кинестетического опыта, благодаря чему они сразу достигают глубин бессознательного» [21]. Специально разработанные эпистемологические вопросы, задаваемые строго по алгоритму, позволяют построить терапевтическую метафору и сделать процесс исцеления возможным. Ситуация психотерапевтического сеанса, в котором клиент максимально глубоко переживает свои эмоции и в то же время стремится осмыслить свой опыт, сама по себе является метафорой познания и жизни в целом.

Терапевтическая метафора, которая используется в современной гипнотерапии, обращается в ресурсам творческого бессознательного, и благодаря диалогу с ним не просто появляется новое поведение и новое знание - порой меняется вся структура личности в целом, что еще раз доказывает магическую силу слова. Искусство создания динамического транса, который достигается путем поочередного сопровождения клиента из пространства его телесных ощущений в пространство творческого мышления с нагружением его рацио и далее возврат его к ощущениям в теле, с использованием правил «чистого языка» позволяет увидеть, каким образом язык может становиться материальным и обретать исцеляющую силу.

Терапевтическая ситуация динамического транса, в которой клиент находится в активном состоянии ума, но в то же время поглощен своими ощущениями, попеременно погружаясь в различные виды опыта: телесного, языкового, логического, образного, что позволяет ему получить доступ к скрытым ресурсам творческого бессознательного, сама по себе является метафорой, с помощью которой можно описать идеальный трансфер знаний и практик в обществе, в котором чувственно-материальный опыт перемежается с образным мышлением и подвергается логико-философскому анализу. Если все эти составляющие части трансфера взаимодействуют корректно и между ними есть понимание, не просто появляется новое знание - меняется вся структура в целом, и эту трансформацию описывает метафора творческого бессознательного.

Таким образом, взаимообмен между психотерапией и философией возможен в том, что не только философия обогащает психотерапию теоретическими знаниями в области сознания и мышления, но и психотерапия «возвращает долг» в виде практик, позволяющих философской рефлексии стать более эффективной.

### **Метафоры в философии**

Осмысление метафоры в философии прошло ряд этапов. Несмотря на то, что метафоричность изначально была неизменным атрибутом философской мысли, долгое время она воспринималась как свойство естественного языка, необходимый элемент коммуникации или художественный прием, поэтому в большинстве исследовательских работ основное внимание уделяется анализу метафоры на стыке философии и лингвистики. В то же время сближение философии не только с литературой, но и психологией отражает стремление философов современности постичь тайны человеческой психики и мышления, которые невозможно исследовать и описать без попыток шагнуть в пространство

бессознательного. Поэтому для философа метафора - это еще и способ познания.

Близость языка художественного и философского прослеживается именно в использовании метафор, каковые служат в философии прежде всего для более глубокой и точной передачи смысла, и тут мы говорим о языке философии и способах высказывания философских идей. Если филология рассматривает метафору как языковой феномен, то цель философии – исследовать, как через метафору реализуется мышление и познание. Философское знание выходит за пределы обыденного восприятия, двигаясь от поверхностного уровня к глубинному слою сущего, и чтобы передать этот ход мысли, античные философы широко используют возможности метафоры. Аристотель подчеркивает, что метафора позволяет, «говоря о действительном, соединять с ним невозможное» [23, с. 109]. Возможно, самое традиционное представление о метафоре, как о риторическом приеме, берущее начало от Аристотеля, нашло отражение в сравнительном подходе. Представители этого подхода говорят о метафоре как о скрытом, «стянутом» сравнении, разворачивающемся путем опоры на знания о мире, которые есть у человека [24, с. 236]. Платон, показывая рождение и ход философской мысли, использует метафоры борьбы, войны для описания спора, дискуссии, а Сократ в своих диалогах уже не воюет, а играет и охотится за истиной. Также он изображает говорящего ваятелем, а используемые им слова называет воском, из которого лепится образ [25]. Впоследствии метафора «лепить образ» вошла в повседневный язык, и сегодня заключенная в ней сила и энергия используется в гипнотерапии при создании исцеляющих метафор.

Познавательная функция метафоры отразилась в философии Нового времени с ее ориентацией на науку и рациональное познание. Ф. Бэкон видит цель метафоры в объяснении результатов познавательной деятельности, так как для понимания нового большинству необходимо поначалу сравнить это новое с чем-то известным [26]. Таким образом в философии Нового времени метафора используется как средство для риторики, метод познания, а также для популяризации науки и ее достижений.

Дальнейшее расширение использования метафоры мы видим в философии жизни, ярчайшим представителем которой является Ф. Ницше. Эссеизация философии, возобновление ее сближения с литературой и поэзией способствовало изменению стиля философствования, и в этом новом стиле метафора занимает ключевое место. Работа «Так говорил Заратустра» – это фактически метафора в метафоре. Само произведение – это уже миф, в котором разворачивается метафорическая история странствий Заратустры. Сам герой Ницше также постоянно говорит метафорами. Опираясь на эмоционально насыщенные метафоры «смерть Бога», «рабская мораль», «стадное чувство», не чураясь негативно окрашенных метафор вроде «блоха» или «ядовитые базарные мухи», Ницше использует силу эмоций для оправдания своей позиции [27], достигая взаимодействия и взаимопроникновения метафор разного уровня, и такой прием порождает новые грани смыслов.

В философии периода постмодерна метафора имеет множество различных интерпретаций, и все шаги – от применения до интерпретации метафор - становятся проявлением творчества, фантазии, что позволяет выйти на новый уровень понимания. Можно сказать, что имеет место радикализация метафоры. Р. Рорти в своей книге с ме-

тафоричным заголовком «Философия и зеркало природы» утверждает: «Именно образы, а не суждения, именно метафоры, а не утверждения, определяют большую часть наших философских убеждений» [28]. Ж. Деррида идет дальше, утверждая, что «история метафизики, как и история Запада, становится... историей метафор или метонимий» [29]. Ведущую роль метафоры в познании подчеркивает и Ф. Анкерсмит: «Возможно, что метафора вообще есть наиболее мощный лингвистический инструмент, который мы имеем в нашем распоряжении для преобразования действительности в мир, способный адаптироваться к целям и задачам человека. Метафора «антропоморфирует» социальную, а иногда даже физическую реальность и, осуществляя это, позволяет нам в истинном смысле этих слов приспособиться к окружающей действительности и стать для нее своими» [30, с. 85]. Таким образом, современное понимание метафоры в философии имеет множество аспектов: от роли в мышлении и познании глубинной сути сущего до глобального обобщения метафоричности как стиля жизни. А значит, в условиях все более увеличивающегося спроса на междисциплинарность с неизбежностью возникает проблема взаимопонимания специалистов разного направления, и метафоры играют ключевую роль в построении языка междисциплинарного общения.

В современной философии использование метафор обретает особо важную роль как для понимания философских текстов, так и, учитывая роль философии в создании междисциплинарных связей, как инструмент организации и структурирования человеческого опыта и знаний о мире [31].

### Заключение

Язык может быть точным, тонким и опасным, как оружие. Он может ранить как нож и может исцелять как скальпель. Способность метафоры проникать в самую суть нашего бытия позволяет многократно усилить эти свойства языка, доводя его порой до магии: язык может становиться материальным, проникать сквозь толщу незнания и непонимания, обретать исцеляющую силу. С помощью метафор, используя понятный каждому образный язык предметного мира, можно представить и понять сложнейшие вещи, которых не было в личном опыте. Способности размышлять и взаимодействовать невозможны без метафор. Благодаря метафорам возможна так называемая «мгновенная» передача информации, что способствует взаимопониманию и дальнейшему наращиванию знаний в диалоге. Благодаря исследованию влияния метафоры на наш язык, познание, особенности коммуникации и эмоциональные состояния мы можем сделать еще один шаг в постижении тайн нашего мозга и нашего творческого бессознательного.

### Список литературы

1. Raymond W.G.Jr. Categorization And Metaphor Understanding // Psychological Review. 1992. 99 (3). P. 572-577.
2. Потебня А.А. Теоретическая поэтика. М.: Высшая школа, 1990.
3. Аристотель. Поэтика // Аристотель. Поэтика. Риторика / Пер. с древнегреч. В.Г.

- Аппельрота. СПб.: Азбука, 2000.
4. Lakoff G., Johnson M. *Philosophy In The Flesh: The Embodied Mind and Its Challenge to Western Thought*. New York, 2008.
  5. Овсяннико-Куликовский Д.Н. Литературно-критические работы. В 2-х т. Т. 1. Статьи по теории литературы; Гоголь; Пушкин; Тургенев; Чехов. М.: Художественная литература, 1989.
  6. Бэндлер Р. Предисловие к книге // Гордон Д. *Терапевтические метафоры*. СПб, 1995.
  7. Фрейд З. По ту сторону принципа удовольствия / Пер. с нем. М.: ЛитРес, 2013.
  8. Какзанова Е.М. Метафора в трудах Зигмунда Фрейда // Вестник РУДН. Серия: Теория языка. Семиотика. Семантика. М., 2011. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metafora-v-trudah-zigmunda-freyda/viewer> (дата обращения 20 июня 2023).
  9. Юнг К.-Г. Архетипы и коллективное бессознательное / Пер. с нем. А.М. Чечиной. М., 2019.
  10. Фромм Э. Забытый язык / Пер. с англ. А.А. Александровой. М.: АСТ, 2017.
  11. Гордон Д., Майерс-Андерсон М. *Феникс: Терапевтические паттерны Милтона Эриксона*. М., 2014.
  12. Эриксон М. *Мой голос останется с вами: обучающие истории Милтона Эриксона*. / Пер. с англ. В.В. Турыгина СПб.: Петербург XXI век, 1995.
  13. Эриксон М. *Стратегии психотерапии* / Пер. с англ. Л.М. Шлионского. М.; СПб.: Ювента, КСП+, 1999.
  14. Миллс Дж., Кроули Р. *Терапевтические метафоры для детей и «внутреннего ребенка»*. М., 2000.
  15. Лэнктон К.-Х., Лэнктон С.-Р. *Волшебные истории: ориентированные на цель метафоры при лечении взрослых и детей*. Воронеж, 1996.
  16. Беккио Ж, Жюслен Ш. *Новый гипноз Практическое руководство*. М., 1997.
  17. Автономова Н.С. *Познание и перевод. Опыты философии языка*. М.: РОССПЭН, 2008.
  18. Бороненкова Я.С. Психоаналитическая герменевтика // Вестник МГЛУ. Философия и культурология. 2010. Вып.11. С. 127-135.
  19. Benjamin K. Bergen. *Louder Than Words: The New Science of How the Mind Makes Meaning*. NY: Basic Books, 2012.
  20. Майленова Ф.Г. *Выбор и ответственность психолога-консультанта*. М.: КСП+, 2003.
  21. Доморацкий В.А. *Краткосрочные методы психотерапии*. М.: Издательство Института психотерапии, 2007.
  22. Галисон П. Зона обмена: координация убеждений и действий // Вопросы истории естествознания и техники. 2004. №1. С. 64-91.
  23. Аристотель. *Об искусстве поэзии* / Пер. с древнегреч. В.Г. Аппельрота М.: Гос. издательство художественной литературы, 1961.
  24. Миллер Дж. *Образы и модели, уподобления и метафоры // Теория метафоры / Под*

- ред. Н.Д. Арутюновой. М., 1990. С. 236-283.
25. Платон. Диалоги / Пер. В.С. Соловьева, С.А. Жебелева, Я.М. Боровского. М.: ЭКС-МО, СПб, 2020.
  26. Бэкон Ф. Новый Органон // Бэкон Ф. Сочинения в двух томах. М., 1978.
  27. Ницше Ф. Так говорил Заратустра / пер. с нем. Н. Полилова, К. А. Свасьяна // Ницше Ф. По ту сторону добра и зла: прелюдия к философии будущего. К генеалогии морали: полемическое сочинение. Сборник. М.: Академический проект, 2007.
  28. Рорти Р. Философия и зеркало природы / Пер. с англ. В.В. Целищева. Новосибирск: Изд-во Новосиб. Ун-та, 1997.
  29. Деррида Ж. Структура, знак и игра в дискурсе гуманитарных наук // Деррида Ж. Письмо и различие. СПб, 2000. С. 352-368.
  30. Анкерсмит Ф.Р. История и тропология: взлет и падение метафоры. М., 2003.
  31. Лакофф Д., Джонсон М. Метафоры, которыми мы живем / Пер. с англ. А.Н. Баранова, А.В. Морозовой. М.: ЛКИ, 2017.

### **Сведения об авторе**

Майленова Фарида Габделхаковна – доктор философских наук, Институт философии РАН.

**Maylenova F. G.**

### **THE STUDY OF METAPHOR AS A SPECIAL PHENOMENON OF LANGUAGE IN PHILOSOPHY AND PSYCHOLOGY**

***Abstract:** The study of metaphor as a special phenomenon of language and its use in psychology and philosophy is an important interdisciplinary task. Without metaphor, successful communication and mutual understanding are impossible. The ability to think, reflect and interact is impossible without metaphors. Thanks to metaphors, the so-called «instant» transfer of information is possible, which facilitates mutual understanding and further builds knowledge in dialogue.*

*Metaphor is also a part of our everyday life, permeates our entire existence: folk wisdom contained in fairy tales, various rituals, proverbs, sayings, etc. is saturated with metaphors, which experts have been trying to decode for many centuries, and these fragments of deep archaic wisdom are often relevant to modern man in the age of technology and artificial intelligence.*

*Metaphor plays a special role in psychotherapy. Many psychological problems do not lend themselves to rational understanding and comprehension: often both the causes of the problem and its solution are in a space inaccessible to understanding and realisation, and in such situations the therapeutic metaphor comes to the rescue. Work with metaphors utilises the ability of language to encode with images the traumatic information hidden in the space of the unconscious and to work through it.*

*In the situation of ever-increasing demand for interdisciplinarity, the problem of mutual understanding of specialists from different disciplines inevitably arises, and metaphors play a key role in the construction of the language of interdisciplinary communication.*

**Keywords:** *language of metaphors, therapeutic metaphor, communication, psychotechnologies, ethics of psychotherapy, problem of understanding, interdisciplinarity. epistemological metaphor, pure language.*

### References

1. Raymond W.G.Jr. Categorization and Metaphor Understanding // Psychological Review. 1992. 99 (3). P. 572-577.
2. Potebnja A.A. Teoreticheskaja pojetika [Theoretical poetics]. Moscow: Vysshaja shkola Publ., 1990.
3. Aristotle. Pojetika [Poetics] // Aristotle. Pojetika. Ritorika [Poetics. Rhetoric]. Saint Petersburg: Azbuka Publ., 2000. (In Russian).
4. Lakoff G., Johnson M. Philosophy In The Flesh: The Embodied Mind and Its Challenge to Western Thought. New York, 2008.
5. Ovsjaniko-Kulikovskij D.N. Literaturno-kriticheskie raboty [Literary and critical works]. In 2 Vol. Vol. 1. Stat'i po teorii literatury; Gogol'; Pushkin; Turgenev; Chehov. Moscow: Hudozhestvennaja literature Publ., 1989.
6. Bandler R. Predislovie k knige [The Preface to the Book] // Gordon D. Terapevticheskie metafory [Therapeutic metaphors: helping others through the looking glass.]. Saint Petersburg, 1995. (In Russian).
7. Freud S. Po tu storonu principa udovol'stvija [Jenseits des Lustprinzips.]. Moscow: LitRes Publ., 2013. (In Russian).
8. Kakzanova E.M. Metafora v trudah Zigmunda Frejda [Metaphore in the Z. Freud's Works] // Vestnik RUDN. Serija: Teorija jazyka. Semiotika. Semantika. Moscow, 2011. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/metafora-v-trudah-zigmunda-freyda/viewer> (accessed 20 June 2023).
9. Jung K.-G. Arhetipy i kollektivnoe bessoznatel'noe [Die Archetypen und das kollektive Unbewussten]. Moscow, 2019.
10. Fromm E. Zabytyj jazyk [The forgotten language: an introduction to the understanding of dreams, fairy tales, and myths.]. Moscow: AST Publ., 2017.
11. Gordon D., Meyers-Anderson M. Feniks: Terapevticheskie patterny Miliona Jeriksona [Phoenix: therapeutic patterns of Milton H. Erickson]. Moscow, 2014.
12. Erickson M.H. Moj golos ostanetsja s vami: obuchajushhie istorii Miliona Jeriksona [My voice will go with you: the teaching tales of Milton H. Erickson]. Saint Petersburg: Peterburg – XXI vek Publ., 1995. (In Russian).
13. Erickson M.H. Strategii psihoterapii [Strategy of the Psychotherapy]. Moscow; Saint Petersburg: Juventa Publ., KSP+ Publ., 1999. (In Russian).
14. Mills J.C., Crowley R.J. Terapevticheskie metafory dlja detej i «vnutrennego rebenka»

- [Therapeutic metaphors for children and the child within]. Moscow, 2000. (In Russian).
15. Lankton C.H., Lankton S.R. Volshebnye istorii: orientirovannye na cel' metafory pri lechenii vzroslyh i detej [Tales of enchantment: goal-oriented metaphors for adults and children in therapy]. Voronezh, 1996. (In Russian).
  16. Becchio G, Jules S. Novyj gipnoz Prakticheskoe rukovodstvo [Nouvelle hypnose: Initiation et pratique]. Moscow, 1997. (In Russian).
  17. Avtonomova N.S. Poznanie i perevod. Opyty filosofii jazyka [Cognition and Translation. Experiments of Language Philosophy]. Moscow: ROSSPJeN Publ., 2008.
  18. Boronenkova Ja.S. Psihoanaliticheskaja germenevtika [Psychoanalytic hermeneutics] // Vestnik MGLU. Filosofija i kul'turologija. 2010. Iss. 11. P.127-135.
  19. Benjamin K. Bergen. Louder Than Words: The New Science of How the Mind Makes Meaning. NY: Basic Books, 2012.
  20. Majlenova F.G. Vybor i otvetstvennost' psihologa-konsul'tanta [The choice and responsibility of a psychological consultant]. Moscow: KSP+ Publ., 2003.
  21. Domorackij V.A. Kratkosrochnye metody psihoterapii [Short-term methods of psychotherapy]. Moscow: Institute of Psychotherapy Publ., 2007.
  22. Galison P. Zona obmena: koordinacija ubezhdenij i dejstvij [Trading Zone: Coordinating Action and Belief] // Voprosy istorii estestvoznaniya i tehniki. 2004. №1. Pp. 64-91. (In Russian).
  23. Aristotle. Ob iskusstve poezii [Poetics]. Moscow: Goslitizdat Publ., 1961. (In Russian).
  24. Miller G.A. Obrazy i modeli, upodoblenija i metafory [Images and Models, Similes and Metaphors] // Teorija metafory. Moscow, 1990. Pp. 236-283. (In Russian).
  25. Platon. Dialogi [Dialogues]. Moscow: EKSMO Publ., Saint Petersburg, 2020. (In Russian).
  26. Bacon F. Novyj Organon [Novum organum scientiarum] // Bacon F. Sochinenija v dvuh tomah. T. 2 [Essay in two volumes. Vol. 2]. Moscow, 1978. (In Russian).
  27. Nietzsche F.W. Tak govoril Zaratustra [Also Sprach Zarathustra] // Nietzsche F.W. Po tu storonu dobra i zla: preljudija k filosofii budushhego. K genealogii morali: polemicheskoe sochinenie. Sbornik. Moscow: Academic Project Publ., 2007. (In Russian).
  28. Rorty R. Filosofija i zerkalo prirody [Philosophy and the mirror of nature]. Novosibirsk: Novosibirsk University Publ., 1997. (In Russian).
  29. Derrida J. Struktura, znak i igra v diskurse gumanitarnyh nauk [La structure, le signe et le jeu dans le discours des sciences humaines] // Derrida J. Pis'mo i razlichie [L'écriture et la différence]. Saint Petersburg, 2000. Pp. 352-368. (In Russian).
  30. Ankersmit F.R. Istorija i tropologija: vzlet i padenie metafory [History and Tropology: The Rise and Fall of Metaphor]. Moscow, 2003. (In Russian).
  31. Lakoff D., Johnson M. Metafory, kotorymi my zhivem [Metaphors We Live By]. Moscow: LKI Publ., 2017. (In Russian).

Maylenova Farida G. – DSc in Philosophy, Institute of Philosophy of the Russian Academy of Sciences.