

ЧАС ЯК ВНУТРІШНІЙ ОБ'ЄКТ

Михайло Пустовойт, д-р мед. наук, професор,
психоаналітик УСП, УПТ, УАПП, УКПП завідувач кафедри психіатрії,
наркології та медичної психології
Івано-Франківський національний медичний університет
м. Івано-Франківськ, Україна

TIME AS AN INTERNAL OBJECT

Mykhaylo Pustovoyt, D. Habil., M.D., professor, Psychoanalyst of UUP, UPS, UAPP, UCPP,
head of the Department of Psychiatry, Narcology, and Medical Psychology
Ivano-Frankivsk National Medical University
Ivano-Frankivsk, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-8689-6220>
pmm2109@gmail.com

Вступ

Дай руку, переб'єм!
Як буду змушений гукнути:
«Спинися, мить! Прекрасна ти!» –
Тоді закуй мене у пута,
Тоді я рад на згубу йти.
Тоді хай дзвін на вмерле дзвонить,
Тоді хай послух твій мине,
Годинник стане, стрілку зронить,
І безвік поглине мене.
(*Й. В. Гете «Фауст»*,
переклад Миколи Лукаша)

Якось вночі мене наздогнала цікава думка: «продати душу дияволу» готовий тільки той, хто не відчув у собі її присутності. Ось уявіть собі таку ситуацію: до людини приходять незнайомець і каже: «У тебе в коморі є одна дрібничка, якою ти раніше ніколи не користувався і навіть не знаєш про її існування... тобі вона просто колись дісталася випадково, або, найімовірніше, «за традицією»: усім видавали і тобі теж видали... на кшталт того, як у радянські часи всім видавали профспілковий квиток... Так от, твоя цяцянка мені потрібна, бо я колекціоную подібні речі, і той зразок, що лишається в тебе незайманим, непогано вписується в мою колекцію. Тому за цю, так би мовити, «мізерню», яку ти раніше ніколи не помічав, навіть тоді, коли робив генеральне прибирання у своїй коморі, а навіть якби і зау-

важив – не знав би насправді, що з нею робити, я готовий заплатити будь-яку названу тобою ціну. Причому мені все одно, чи це будуть готівкові або безготівкові гроші, рухоме або нерухоме майно або щось інше – усе, на що спроможна твоя уява... Я могутній і потентний суб'єкт і можу собі це дозволити... вибір за тобою!». Думаю, приблизно так все і відбувається.

Дехто мені заперечить: диявол, пропонуючи угоду, намагається виторгувати в людини величезну цінність... однак я так не думаю! Він веде себе рівно протилежним чином! Він намагається «нав'язати» думку, що цією угодою людині надається небувала послуга: їй пропонують «виняткову ціну» – виконання будь-якого її бажання в обмін на те, що ця людина не відчувала потрібним або ж навіть більше – відчувала «тягарем»...

Через деякий час, читаючи доповідь Умберто Еко «Ембріони без царства небесного» (Еко, 2009), де він рефлектує думку Томи Аквінського, що Бог вкладає в зародок душу тільки після того, як він послідовно набуває душу рослинну і потім душу чуттєву; лише тіло, що вже сформувалося, довершується душою розумною, я раптом збагнув, що «пакт з дияволом» – це метафора стосунків дитини з матір'ю – з матір'ю, яка пропонує дитині задоволення всіх її інфантильних бажань та «ілюзію захисту від фрустрацій

реального життя» в обмін на відмову від сепараційних прагнень, увічнення непорушності їх діади й обіцянку, що дитина ніколи не буде шукати собі ніякої іншого стосунку за межами материнської любові. Отже, ціною безконечної та безумовної материнської любові стає відмова від тернистого шляху власного психічного розвитку, що, по суті, і є «продажем власної душі дияволу»!

Але перед реалізацією «благих намірів» постають дві проблеми. Першою проблемою є те, що створити ситуацію, у якій буде відсутня фрустрація реального життя, неможливо, хоча б через те, що будь-яке земне задоволення минає. І на його відновлення потрібен новий цикл взаємодії із селф-об'єктом. А для його ініціації потрібно хоча б невелике, але почуття фрустрації. Спроба ж давати задоволення «на випередження», до появи фрустрації, знищуватиме саме задоволення, оскільки воно почне реєструватися як «нейтральний стан» і задоволення викликатиметься тільки більш інтенсивними способами взаємодії з об'єктом. Людина потрапить у зачароване коло, коли «спроба нагодувати звіра буде лише розпалювати його апетит» і «годувати» його доведеться все частіше і частіше, тобто через усе менші і менші проміжки часу. Тому єдиним способом досягнення стану відсутності фрустрації є «зупинка часу в момент задоволення».

Іншою проблемою є те, що такий спосіб взаємодії між дитиною і матір'ю невідворотно перетворить їх обох на рабів цих «ідеальних стосунків», коли підтримувати «ілюзію ексклюзивності» дедалі буде все складніше, бо заперечення відчуття невідворотного краху вимагатиме все більшого і більшого ресурсу. І як би це зараз парадоксально не прозвучало, єдиним способом зберегти цю «ідилію» стане припинення її існування, себто її вбивство (психічне, або навіть реальне), а отже, зупинка часу, поки красива ілюзія не розвіялась...

Тому, я думаю, латентний сенс «нерозривної угоди» між Фаустом і Мефістофелем полягає в такому: якщо Мефістофель «намацає» (зрозуміє) емоційний дефіцит Фауста і зможе цей «більш недосконалості» втамувати, Фауст повинен відмовитися від відміряного Богом часу, який надає кожній людині шанс стати Творцем свого власного шляху симво-

лічного опрацювання «недосконалості людського буття» і через цей досвід зрости як особистість.

Теоретичне обґрунтування. «І якби нині завжди залишалося як нині і не відходило в минуле, то це був би вже не час, а вічність; нині стає часом тільки тому, що воно відходить в минуле. То як ми кажемо, що воно є, якщо причина його виникнення в тому, що його не буде! Хіба ми помилимося, сказавши, що час існує тільки тому, що він прагне зникнути?» (Августин А. Сповідь.).

Часовий вимір, як мірило сприйнятого та пережитого, як почергова послідовність – напротивагу просторовій близькості / дистанції – є одним із фундаментальних атрибутів людського мислення (Haesler, 2022). Час є непомітним каркасом і незримою системою координат нашого досвіду, які дають змогу нам відстежувати присутність і відсутність, зміни та подійність – як у зовнішньому, так і у внутрішньому світі.

Найімовірніше, що після народження переживання присутності / відсутності, континуальності / дисконтинуальності вибудовується з повторюваних циклів відчуття голоду та напруги в тілі. Ці відчуття підштовхують дитину до пошуку грудей для втамування голоду й елімінації напруження через взаємодію з об'єктом. Як пояснив на одному із семінарів Роберт Хіншелвуд (особисте повідомлення), хороший об'єкт для немовляти – це щось дуже конкретне: це приємне відчуття материнського молока в животі. Однак через деякий час це відчуття зникає, бо прекрасне материнське молоко перетравлюється і перетворюється на фекалії (поганий об'єкт). Фекалії, розпирючи живіт, викликають згадане тілесне напруження. Повертається голод, який посилює це напруження. Повторний контакт із материнськими грудьми у паралельному процесі смоктання та дефекації створюють ілюзію, що материнські груди відновлюють хороший об'єкт і забирають поганий об'єкт. Ритм і циклічність такої взаємодії з матір'ю конотують дитячі переживання своїх потреб із певними уявленнями, свідомими та несвідомими фантазіями й емоціями, тобто зі смислами. Зі смислами, які формуються в безпосередньому стосунку з об'єктом.

Вольфганг Льюх говорить, що будь-яке переживання повинно протривати деякий час, щоб спочатку стати емоційним станом. Потім емоційний стан повинен упродовж певного часу бути витриманим, щоб психіка змогла його зареєструвати й усвідомити як частину самої себе, як частину свого Я (Loch, 1981). І тут важливо, наскільки емпатичним був первинний об'єкт стосовно реакцій немовляти на тілесні стимули та напруження, наскільки адекватно він міг на них відгукуватися своєю зрілою психікою, а саме: контейнувати й альфабетизувати їх (Ferro, 1996; Bion, 1963). Цей процес взаємодії з первинним об'єктом визначає, як людина в майбутньому сприйматиме часовий континуум свого життя.

Як вказує Ютта Гутвінські-Йеггле (2007), пацієнти зі спотвореним сприйняттям часу належать до групи розладів комплексного порушення процесу символізації: у них переживання часу настільки сильно контаміноване з об'єктом або навіть невідокремлюване від об'єкта, що час ототожнюється з переживанням присутності об'єкта. І пацієнтові потрібно пройти тривалий шлях трансформації об'єктних стосунків, щоб поступово набутти константне відчуття часу.

Мета статті – висвітлити розвиток переживання часу через еволюцію об'єктних стосунків, показати, як феномен часу може виявлятися і змінюватися у клінічній практиці на різних етапах терапії.

Клінічні ілюстрації та їх обговорення. Для збереження конфіденційності наведені випадки змінені, а персональну інформацію приховано.

Частина I

Як передчасно Ти захопиш мить –
То каяття Тебе гонитиме мов хіть.
А як змарнуєш мимоволі мить крилату –
Розчарування обернеться вічним болем
втрати.

(В. Блейк, переклад з англійської автора статті – Михайла Пустовойта)

Первинне інтерв'ю з пацієнтом «Згубник часу»

Перш ніж домовитись зі мною про первинну консультацію, він написав довгого листа до секретаріату амбулаторної служби, щоб не витратити зайвого часу на розмови. Лист

починався словами: «Власне кажучи, не знаю, з чого почати, бо почуваюся зніяковілим... Тому почну суто формально: мені 40 років і я чоловік...». На другій сторінці цього формального та «сухого» опису справи моя увага розсіялася і я «загубив пацієнта»... я взяв собі паузу в читанні, щоб «повернутися до себе»... мені прийшлося повторювати подібну паузу кілька разів, щоб дістатися кінця цієї історії з багатьма обривами думки та рапотливими переходами до інших тем. Переважно в листі йшлося про його булемію, невдалу спробу здобути освіту та хороше місце під сонцем. Стилистично лист мав у собі «присмак» юнацьких скарг батькам на складність самостійного життя. Описи симптоматики та халеп переривалися несподіваними вставками: «Я у розповіді зовсім загубив той час, коли помирала моя мати...». Коли я дочитав листа до кінця, у мене сформувалося чітке бажання уникнути цієї консультації, яка, як мені здалося, принесе лише розчарування нам обом і не продовжиться у терапію... Однак після двох днів роздумів я вирішив, що наше спільне розчарування буде ще більшим, якщо я не створю можливості для «чогось іншого»...

Секретарка амбулаторної служби залишила повідомлення пацієнтові на автовідповідач, що він може прийти на консультацію... Через тиждень від нього знову прийшов лист, у якому він повідомляв, що не дуже добре говорить німецькою, тому він попереджає, що консультація може бути безуспішною... Прочитавши цього листа, мені здалося, що раз я не тікаю від нього – втікти вирішив він... Можливо, я вирішив його таки «наздогнати», тому сказав секретарці, що для нас обох німецька не рідна і це нам допоможе порозумітися... А можливо, я вже нервував, бо він, ще навіть не прийшовши, почав «забирати в мене час»...

На домовлену з ним годину він прийшов вчасно. Був дуже ввічливим і кооперативним із секретаркою, коли та записувала номер його страховки. Мав вигляд худорлявого та занедбаного «молодого холостяка», який намагається поки не думати про свій вік. Потім ми разом перейшли у приймальню. Він зупинився посеред кімнати і запитав куди йому сісти. Я запропонував йому обрати будь-яке з двох крісел. Він продовжував розгублено стояти...

Тому я вказав йому сісти в конкретне крісло. Він сів, і між нами запала мовчанка. Здавалося, він очікує, що я звернуся до його листів і почну щось коментувати. Тому я подякував йому за перший інформативний лист і попросив ще раз переповісти свою історію словами. Він сумно подивився на підлогу і сказав:

П.: Я булімік з 14 років...

А.: Як у Вас підстави так думати?

Він здивовано підняв очі:

П.: Як які? Я весь час думаю про їду... Я весь час хочу їсти... Я весь час або їм або виблювую з'їдене...

Він знову замовчав. Тому я запитав:

А.: Як Ви гадаєте, чому це почалося?

П.: Усе дуже просто: я був товстою дитиною, над якою весь час кепкували однокласники, тому в 14 років я вирішив похудати. Для цього я почав блювати після кожного прийому їжі...

Він знову замовчав. І я знову перервав мовчанку запитанням:

А.: Чи можете Ви мені розповісти щось про себе як про особистість?

Він посміхнувся:

П.: В мене межовий розлад особистості...

А.: Як у Вас підстави так думати?

Він ще раз посміхнувся:

П.: Я вже двічі був у психотерапевтичній клініці, і мені поставили такий діагноз. *(Пауза.)* В мене дуже сильний зв'язок із батьками... Коли я жив у тому самому місті, що й вони, то щодня зранку відвідував матір, а увечері – батька. Мати готувала мені їжу на цілий день, а батька я мусив розраджувати – він дуже самотня людина...

Я коментую:

А.: Ви забирали їжу з собою, але не їли у неї... Мати не повинна була знати, що у Вас булімія.

Він мляво заперечує:

П.: Ні, вона завжди знала, але поводитись так, ніби не хотіла цього помічати. Я часто впадав у гнів на неї через це, але, врешті-решт, стримувався, адже не хотів давати їй жодного приводу критикувати мене...

Він знову замовкає. Я знову продовжую.

А.: Ви також відвідували кожен день свого батька, бо він був самотньою людиною...

Він доповнює мій коментар.

П.: Батько був військовим і довгий час працював у Німеччині, навіть тоді, коли я народився. Але потім батько забрав сім'ю до себе, і я проживав у Німеччині приблизно з двох років. Батько завжди пив зі мною пиво і казав мені: «Синку, ти знаєш, що в мене в холодильнику завжди є пиво! Тож, будь-ласка, обслужи себе сам! Якщо ж ти раптом хочеш ще їсти – знайди собі щось там само – у холодильнику...». Із батьком я міг поговорити про футбол, політику, часом про проблеми з навчанням, але батько також завжди поведився так, ніби нічого не знав про мою хворобу...

Знову западає мовчанка.

У цей момент мені починає здаватися, що наш час вже минув. Однак я не можу побачити стрілки годинника, тому що годинникове скло відбиває яскраве сонячне світло... Я встаю з крісла і звіряю свій внутрішній годинник із годинником на стіні. Із жахом я бачу, що минула лише половина сесії. Я не можу повірити в те, що моє чуття часу настільки вийшло з ладу! Відчуваю, що ми несвідомо зайшли у глухий кут: немов нам більше немає що обговорювати, а я як терапевт посоромлений. Кілька хвилин я намагаюся заспокоїтися, а потім говорю:

А.: Ви прийшли сюди, щоб розповісти про себе щось дуже важливе, але зараз у мене складається таке враження, що Ви дуже заощадливо обходитеся з такою інформацією...

Він все ще стримано відповідає:

П.: Коли я щось говорив матері про себе приватне, вона завжди використовувала це проти мене і лише ображала... Потім я вже двічі робив терапію і двічі був у клініках – лише марно витратив свій час...

Я коментую, ніби «почув» його несвідомий меседж:

А.: А ще Ви зараз відчуваєте страх.

Він підтверджує:

П.: Ну... я Вас вперше бачу і зовсім не знаю, що Ви за людина...

У мене вперше за нашу розмову з'являється відчуття, що ми бодай трохи зблизилися... Тому я наважуюся на глибшу інтервенцію:

А.: Гадаю, Ви часто почуваетесь самотнім.

Він насторожившись:

П.: Дуже багато часу йде на навчання та роботу... Тому я просто не встигаю завести

собі друзів... Моя робота пов'язана з доглядом за людьми з фізичними вадами - вона займає багато часу і не дає мені відчуття себе самотнім...

Я хочу розвинути тему його стосунків з людьми:

А.: Можливо, Ви могли би розповісти про своїх знайомих чи подруг, які коли-небудь були у вас в житті, незалежно від періоду Вашого життя.

Він емоційно і відверто:

П.: У мене ніколи не було справжньої дівчини! І Ви праві, що я часто почуваюся самотнім... Коли я ввечері встигаю, то йду до бару, сідаю за барну стійку, випиваю собі пива та намагаюся зав'язати розмову з барменом... Я чую голоси інших гостей бару, слухаю музику, і моя самотність поступово тане... Час від часу в барі з'являється мій старий друг. Він – алкоголік. З ним можна відверто потеревенити, бо він добре розуміє, що таке психічна хвороба... Ми можемо собі багато випити, головне – ми розуміємо один одного... Іноді до нас доєднується наш спільний друг, який є милим геєм і ніколи не вдає із себе того, ким він не є насправді... Напевно, ці двоє і є єдиними моїми друзями... Справді, дуже прикро, що я їх так рідко бачу...

Я відчуваю, що між нами виникла велика близькість і, можливо, навіть занадто велика... Відчуваю, що не знаю, як вийти із цієї близькості на більш безпечну дистанцію... Роміруючи про це, я розумію, що зовсім забув про час... Дивлюся на циферблат настінного годинника, який вже опинився в тіні, і розумію, що вже десять хвилин, як закінчилася сесія...

Я кажу, що час сьогодні добіг кінця. Запитую його, чи хотів би ще раз зустрітися зі мною. Він відповідає «так» і продовжує стояти передо мною. Потім розгублено каже, що не пам'ятає, як звідси вийти. Я проводжаю його до вхідних дверей. Уже переступивши поріг, він повертається до мене і питає:

П.: Звідки Ви родом?

У мене спонтанно вивокзує:

А.: З України.

П.: До побачення!

А.: До побачення!

Секретарка інституту домовляється з ним по телефону про консультацію за два тижні.

Я чекаю на нього, але він не приходить і не дає про себе чути в секретаріаті. Згодом мене наздоганяє роздум, що, можливо, несвідомо він лише хотів залишити по собі довгу пам'ять?

У наведеному прикладі, на мою думку, пацієнт не має ані сформованого відчуття часу, ані репрезентації «внутрішнього об'єкта», що давало би змогу вести автономне осмислене буття. Пацієнт практично перманентно перебуває в процесі безперервного відтворення (реінсценування) «конкретної присутності об'єкта» (їжа, блювота, нескінченне і безрезультатне навчання, робота з людьми, які вимагають постійного догляду і т. ін.). Тільки так у нього виникає відчуття самого себе. Однак це переживання статичне: у ньому роками нічого не змінюється – ані у його стосунку із зовнішнім світом, ані у його світі внутрішньому, як, зрештою, не формується й ніяких нових смислових зв'язків. Отже, час у межах суб'єктивного життя пацієнта перестає існувати, адже втратив основні ознаки свого існування – текти (йти, проходити) та приносити із собою зміни (трансформації), у тому числі і конечність (Haesler, 2022). Як тільки у пацієнта виникає місце для змін, він, щоб подолати маніфестувавше (у цьому місці) відчуття невиносимої самотності, йде до бару й одразу ліквідує таку ймовірність надмірним споживанням алкоголю та злиттям зі своїми приятелями у відчутті єдності і взаєморозуміння «без слів»: тобто без обміну символічно артикульованими сенсами, що могли би привести до народження нових ідей, думок, смислових зв'язків, а із цим і принести із собою зміни. Ця теза кореспондує з гіпотезою Вілфреда Біона про те, що немовля відсутність хорошого об'єкта сприймає як присутність поганого об'єкта, що через надмірну тривогу зупиняє сприйняття часу та занурює немовля в анабіоз (Symington & Symington, 1996). Невпинно повторюючи описаний хід подій, пацієнт залишає своє життя в недиференційованому та непроявленому стані, у якому немає місця для часу...

Частина II

Бідак вдоволений – то багатий,
І бідний, як зима, отой багатий,
Що повсякчас боїться в злидні впасти.

О небо! Захисти увесь мій рід

Від ревнощів!

(В. Шекспір. Отелло. Переклад Ірини Сте-
шенко)

**Середина аналізу пацієнта «Внутрішній
лабіринт»**

П.: ... Я подібний до серійного вбивці, який
ножем вбиває свою жертву, для ТОГО ЩОБ
проникнути в плоть іншої людини і досягти
з нею близькості... Я не вбиваю своїх близь-
ких в прямому сенсі цього слова, але, підко-
рюючи їх собі, «оволодіваючи» ними, я вби-
ваю їх психологічно... я ніби людоджер, який
поїдає серце переможеного ворога, щоб наси-
титися його відвагою, щоб самому стати від-
важним... Подібним чином, я хочу з'їсти свою
матір, щоб її безмежна любов постійно пере-
бувала зі мною... я не розумію жодної іншої
любви, окрім абсолютної і вічної...

А.: Здається, Ви втрачаєте той факт, що
в момент вбивства вбивця замість близькості
з іншою людиною натикається на самотність...

П.: Можливо, це так! Але я нічого не можу
з собою вдіяти! Така моя природа! Така моя
суть! Нещодавно мама була хвора, їй було
дуже погано, але я прийшов додому після
роботи втомленим і попросив чаю. І вона,
пересилуючи свій біль, встала і зробила мені
чаю. (Пауза.) Я відчував тріумф – саме такої
самопожертви я завжди від неї чекав! Я був
неймовірно задоволений і водночас зневажав
її за таку самопринизливу поведінку! (Пауза.)
Можливо, мама повинна була в дитинстві від
мене захищатися. Інакше я б її знищив.

А.: Вона намагалася зберегти себе для Вас.

П.: Напевно, Ви маєте рацію. (Пауза.)
Я завжди дивився на проблему зовсім з іншого
боку: двоє люблячих людей утворюють одне
ціле, тому втрата іншої людини пережива-
ється як втрата себе самого... Саме тому я так
боюся когось полюбити...

А.: Нещодавно Ви міркували про те, чи
покину я Вас. Мені здається, Ваші сьогоднішні
думки пов'язані, зокрема, і з цією темою.

П.: Так, я Вам трохи став довіряти! Чи
прагну я близькості з Вами? Не знаю...
(Пауза.) Ви незвичайна людина: спочатку
я намагався Вас підім'яти під себе, потім,
коли зрозумів, що цього мені не вдасться,
спробував Вас позбутися, проте Ви виявилися

«міцним горішком»... Ви так вправно оминули
всі мої гострі кути, що я зміг Вас прийняти
й почати довіряти Вам, хоча Ви мені і не ско-
рилися. Але любити Вас... (Пауза.) Мабуть,
я Вас не люблю! (Пауза.) Я навіть маму свою
не наважуюсь любити по-справжньому! Бо
вона колись помре і тим самим покине мене!
Я наважуюся любити лише себе самого, бо
тільки так мій об'єкт любові помре зі мною
в одну й ту саму мить... і ані смерть, ані час не
зможуть нас розлучити...

А.: Здається, Ви не наважуєтеся когось
полюбити не тільки, щоб не відчувати себе
покинутим, але й тому, що не хочете зруйну-
вати того, кого любите...

П.: Однак альтернатива в мене невелика: або
втратити, зруйнувавши, або втратити, тому що
мене можуть покинути... або ж тому, що мене
обмежують у часі – ось Ви, наприклад...

А.: Час непідвладний нікому: ні Вам, ні
мені... сьогодні час закінчився.

У серединній фазі аналізу завжди настає
період, коли переживання часу в пацієнта
інтерферує з переживанням присутності
об'єкта і зазвичай являє собою описані Рональ-
дом Бріттоном (1992) різні аспекти подолання
раннього едипального конфлікту й досягнення
депресивної позиції, коли основна динаміка
конденсується навколо несвідомих прагнень
пацієнта до одноосібного (едипальний кон-
флікт) і постійного (шизоїдно-параноїдна
позиція) володіння первинним об'єктом. Опи-
сана в сесії динаміка також стосується про-
ективної ідентифікації з внутрішнім об'єктом
у розумінні Дональда Мельцера (2018), коли
дитина намагається всередині себе зберегти
втрачені ідеалізовані груди, сама стаючи
грудьми у своїй несвідомій фантазії.

Однак разом із тим у пацієнта відбуваються
процеси дозрівання, тож він починає усвідом-
лювати свої нарцисичні захисти проти сприй-
няття сепаратності об'єкта. Він часом навіть
починає злитися, що мати підтримує в ньому
регресивні тенденції. Час, проведений разом
з об'єктом, зазвичай у цій фазі аналізу ідеалі-
зується, тоді як час, проведений в сепаратному
стані, атакується або знецінюється! Часто цей
час безтурботно «викидається на вітер» заради
нарцисичних цілей, немов він «нічого не вар-
тий» або його резерв «жодним чином не обме-

жений»... Цей час поки не може бути використаний як час, про який ще нічого не відомо, а отже, сприйматися як можливість для розвитку (у розумінні Вілфреда Біона, 2023).

Частина III

Чотири зміни бачимо щороку.
Чотири їх і в смертного: весна,
Коли так легко, як вода потоку,
У душу ллється вся краса земна.
Є в нього й літо: як сита медова,
Тоді живить його хмільний запас
Юнацьких спогадів; небесна мова
Тоді чутніша. А в осінній час
Він жахає тиші, й крила згорне,
І, мерклим зором дивлячись на світ,
Минатиме прекрасне й неповторне,
Як те, до чого звук з дитячих літ.
У нього є й зима: холодні сходи
У темряву. Такий закон природи.

(Д. Кітс, переклад Василя Мисика)

Завершальна сесія після закінчення аналізу з пацієнтом «Внутрішній лабіринт»

Через два роки після закінчення аналізу він попросив про зустріч телефонним повідомленням «Ось уже тижнів зо три як міркую, чи не зустрінеться мені з Вами?» Зробив реструктурування свого бізнесу – мені так не вистачало «символічного батька» в цьому процесі! Але начебто впорався... І все ж таки, якщо Ви не заперечуєте, давайте зустрінемося? Буду дуже радий і вдячний! З повагою...».

Він прийшов вчасно. Виглядав розслабленим. Здавалося, він одягнений у домашній спортивний костюм. Сказав, що хоче поділитися зі мною деякими своїми міркуваннями з приводу останніх подій у його житті. Для нього це важливо. Сів у крісло, закинув руки за голову і подивився на стелю.

П.: Добре тут у Вас!

А.: Ви пам'ятаєте нашу роботу.

П.: Пам'ятаю... Мені здається, вона завжди зі мною... Хоча дещо, звичайно, потроху забувається... Але сьогодні я хотів би розповісти Вам про те, що знайшов місце, де мені було так само добре, як і у Вас... Почну з передісторії: я таки одружився з моєю подругою – тією, з якою зустрічався, коли ще був в аналізі. Я зміг допустити з нею близькість. Ми з'їхалися. І тепер просто провідуємо наших матерів. А я за потребою допомагаю її доньці,

яка тепер живе за кордоном... Але не це головне! Коли ми поїхали відвідати її доньку до країни, у яку вона емігрувала, зі мною щось сталося... Для мене це була моя перша поїздка за кордон. Мені сподобалися міста цієї країни та інші визначні пам'ятки. А потім ми зняли собі невеликий будиночок на березі моря в маленькому селі і провели там три тижні. Ці три тижні, напевно, змінили моє життя не менш, ніж наша багаторічна робота! Ми нічого не робили: годинами гуляли по берегу моря і просто розмовляли. Купували морепродукти в місцевих рибалок, і я неквапно готував нам їсти. Виявилось, що мені подобається готувати! Потім ми просто лежали в затінку і розповідали один одному про своє життя... І я відчув із нею з близькість без взаємної дифузії... це було дивно і незвично... я побачив, що наші життя були досить різні, поки волею випадку не переплелися між собою... Але ж могло бути й зовсім інакше – ми могли і не зустрітись... адже немає жодної визначеності...

А.: Крім тієї, яку ми самі для себе визначаємо.

П.: Я ніколи так раніше не думав... Щовечора ми проводжали захід сонця. Це так гарно – море в променях призахідного сонця! Чому я цієї краси не помічав вдома?

Під час прогулянок ми познайомилися з дуже дивним чоловіком, який ловить рибу і доглядає за дельфінами. Виявилось, він – співробітник національного центру вивчення і допомоги морським ссавцям. Інститут дав йому будиночок на березі моря, а в його обов'язки входить спостерігати за дельфінами, допомагати їм і записувати свої спостереження... Решту часу він може робити все, що забажає... Інститут платить йому невеликі гроші, але, як виявилось, йому цього достатньо... Йому просто подобається ця робота, радше навіть не робота, а те, чим він займається... Заробляти гроші для нього не так важливо... він сказав, що для нього найголовніше – отримувати задоволення від того, що він робить... Раз на тиждень до нього приїжджають його дорослі діти з онуками, і він вчить онуків ловити рибу... Я спостерігав за ним майже щовечора, часто розмовляв з ним і замислився... Здається, я вперше подумав про те, як добре мати дітей...

А.: Напевно, Вам захотілося примножити і продовжити своє власне життя в дітях...

П.: Можливо! Але не тільки це! На мене раптом нахлинуло відчуття, що я розтрачую своє життя надаремно... беру участь у якихось «гонках по вертикалі» за право вважати себе «успішною людиною»... У мене з'явилося відчуття, що останні 19 років я не бізнесом займався, а працював на каторжних роботах... Запитується навіщо? Мабуть, «бабло» і «влада» – це два наркотики, гірші за героїн... З них так важко «зіскочити»...

Я згадав свого батька, який також займався дослідженнями, і мені здалося, що його також більше приваблювала в роботі «романтика пізнання», а не зароблені ним гроші... Він був «драйвовим мужиком»... шкода лише, що помер він раніше, ніж я зміг його по-справжньому пізнати...

Повернувшись додому, після довгих роздумів я продав частину свого бізнесу, а частину – здав в оренду... Поки не працюю. Абсолютно не хочу «гарувати» з огляду на «швидкоплинність життя»... Не знаю, скільки часу мені відміряно – поки просто живу й намагаюся кожної миті отримувати задоволення від звиклого життя... Придумав собі творчий процес у вигляді побудови приватного будинку. Поки що цікаво. Потім, сподіваюся, ще щось цікавеньке собі вигадую...

А.: Нам час закінчувати.

П.: Добре! Дуже радий, що Ви знайшли час для нашої зустрічі! Хотів Вам ще сказати, що мій племінник, у якого була булімія і якому я порадив звернутися за допомогою до психоаналітика, близько року тому одружився. Чомусь, коли я про це думаю, то завжди згадую Вас. Ну гаразд, обов'язково колись ще побачимося – довгого життя нам обом! До побачення!

А.: До побачення!

В описаній сесії пацієнт через знайомство з «дивним чоловіком» ретроспективно відкриває для себе образ свого померлого батька, розуміючи і приймаючи його самотність. Водночас цей досвід є і остаточним прийняття мене в ролі психоаналітика – людини, яка практикує «дивну професію», не стільки заради грошей, скільки через цікавість до дослідження природи людського буття. Таке

ретроспективне означення батька і батьківської функції психоаналітика призводить до розуміння, що можна вивільнитися з матриці материнських (та суспільно-групових) світоглядних переконань, а отже, і залишити її (мати / групову спільноту) у спокої та праві залишатися недосконалими без його улещень чи докорів. Разом із цим прийняттям стихується його «булімія досягнень» і відкривається цінність людського стосунку, що багаторазово артикулюється у його роздумах про стосунок із дружиною, про філософію життя «дивного чоловіка» та про одруження його племінника.

Час у цьому контексті подібний до батька – спочатку ми його не помічаємо, наче його й не існує, потім, коли його існування стає очевидним, ми його недолюблюємо й намагаємося боротися з його вимогами, і лише примирившись із ним, ми починаємо його цінувати і чомусь від нього вчитися. Власне, через прийняття сепаратного існування об'єкта людина вперше здобуває «почуття часу» з властивою йому індивідуальною розмірністю і самоцінністю. Тобто час, як і батько, перестає бути атрибутом матері (первинного об'єкта) і стає об'єктом самотійним. Час, як і наявність триангулюючого батька, починає сприйматись як потенційна можливість набути свій власний досвід «буття мислячою і усвідомленою людиною у світі диференційованих об'єктів», як потенційна можливість розвинути здатність до автономного символічного мислення. Час відчиняє двері до змін, розвитку та становлення самотньою особистістю. Або ж, висловлюючись словами Мартіна Гайдеггера, час «являє собою єдиний індекс», що розрізняє і відмежовує предметні області суцього взагалі» (Гайдеггер, 2006).

Висновок

«Хто йде до Істини, на шляху не застрявай.
Духовний Дар не обертай в застиглий рай».
(Джалаледдін Румі)

Отже, щоб почати жити, потрібно «відпустити час» і «дозволити йому текти крізь свій внутрішній світ», доки він тебе коли-небудь не покине... Цей процес передбачає перехід від проєктивного до інтроєктивного стосунку зі світом об'єктів, що, по суті, означає наш «дозвіл» внутрішнім об'єктам набувати своєї власної динаміки і змінюватися незалежно від

наших на то очікувань... До того ж, я думаю, між трансформацією «внутрішнього об'єкта» (що за собою тягне трансформацію селф) і характером переживання часу існує нерозривний зв'язок: життєвий досвід, що приносить із собою зміни, притуплює або загострює почуття часу. Так, інколи нам здається, що після певної події час суб'єктивно зупинився, тоді як інші події змушують нас почувати, що ми за лічені дні подорослішали років на десять... причому ці події – завжди – значущі для нас втрати... не обов'язково важливих для нас людей, набагато частіше – наших інфантильних і необґрунтованих ілюзій, непридатних до життя уявлень... Впустимо ми ці втрати в наше життя чи ні, визначить те, чи зупинимо ми час, щоб залишатися в минулому, або ж дозволимо часові текти з необхідною йому швидкістю, для того щоб зробити крок у невідомість нинішнього, а потім – і майбутнього...

Стосовно ж соціальних потрясінь, то мені здається, що вони часто стають такими подіями, які ділять суспільство на тих, хто відмовляється приймати зміни, залишаючись жити в минулому, і тих, хто намагається встигнути змінити себе під вимогу часу. Але найцікавішим може бути той факт, що ніхто спочатку не може з точністю визначити, котра з цих двох груп пішла шляхом пристосування, а котра – тернистим шляхом набуття досвіду перетворення. Адже курчат по осені рахують... Досвід психічних змін передбачає відкритий діалог з нашими внутрішніми об'єктами і залежить від «якостей» цих об'єктів, які впливають із нашого досвіду і нашої здатності допускати їх багатогранність і неоднозначність... Від нашої здатності дозволяти їм ставати для нас «трансформаційним об'єктом» (у розумінні Крістофера Болласа, 1998)... Від нашої здатності відмовлятися від них як «консервуваних» об'єктів.

Список літератури:

- Гете, Й. В. (2021). *Фауст*. Переклад Микола Лукаш. Андронум, 452 с.
- Кітс, Д. *Поезії* (збірка). Перекладач: Василь Мисик (електронний ресурс УкрЛіб). <https://www.ukrlib.com.ua/world/printit.php?tid=3382>.
- Пудова Алла. Підбірка про румі: «Наставник з сяючим серцем, що веде караван любові...». Частина 1 (електронний ресурс) https://allatravesti.com/ua/podborka_pro_rumi_nastavnik_s_siyayuschim_serdcem_veduschiy_karavan_lyubvi_chast_1.
- Святий Августин (1999). Сповідь. Переклад з латини Юрій Мушак, Київ: Основи.
- Шекспір, В. (2019). *Отелло, венеційський мавр*. Пер. з англ. Ірини Стешенко. Київ: Знання, 206 с.
- Abram, J., Hinshelwood, R.D. (2018) *The Clinical Paradigms of Melanie Klein and Donald Winnicott: Comparisons and Dialogues*. Routledge, 256 p.
- Bion, W. (1963). *Elements of Psycho-Analysis*. London, William Heinemann Medical Books Ltd, 166 p.
- Bion, W. (2023). *Learning From Experience* (1st ed.). Taylor and Francis. Retrieved from <https://www.perlego.com/book/4196926/learning-from-experience-pdf> (Original work published 2023).
- Blake, W. (1993) *The Complete Poems*. Penguin Books, 1072 p.
- Bollas, C. (1989). *The Shadow of the Object: Psychoanalysis of the Unthought Known*. Columbia University Press, 301 p.
- Britton, R. (1992). The Oedipus situation and the depressive position. In R. Anderson (Ed.), *Clinical lectures on Klein and Bion* (pp. 34–45). Tavistock/Routledge. (An earlier version of this chapter was published in "Sigmund Freud House Bulletin," Vol. 9, No. 1, 1985).
- Eko, U. (2009). *Embrioni senza il regno dei cieli. Etica della ricerca medica e identità culturale europea / A cura di Francesco Galofaro*. Bologna: CLUEB.
- Gutwinski-Jeggle, J. Die Depression als "Zeitkrankheit". Wenn Zeiträume nicht zu Spiel- und Denkräumen werden, Forum Psychoanal 2007. 23:133–148.
- Haesler, L., Zeitgefühl, Zeiterleben, im Wolfgang Mertens (Hrsg.) *Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe*, W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart, 5. überarbeitete Auflage 2022, 914 p.
- Heidegger, M. (2006). *Sein und Zeit*. De Gruyter; 19. Edition, 458 p.
- Loch W (1981). Triebe und Objekte – Bemerkungen zu den Ursprüngen der emotionalen Objektwelt. *Jahrb Psychoanal*12:54–82.
- Meltzer, D. (2018). *The Psychoanalytical Process*. Phoenix Publishing House, 144 p.
- Symington, Joan & Symington, Neville (1996). *The Clinical Thinking of Wilfred Bion*. Routledge, p. 198.
- Ferro, A. (1996), Nella stanza d'analisi. Emozioni, racconti, trasformazioni, *Psicologia clinica e psicoterapia* (Vol. 89), Raffaello Cortina Editore, p. 228.

Анотація. Стаття розпочинається із розмірковувань автора над бажанням людини перебувати в ідеальних об'єктних стосунках, у яких вона буде захищена від фрустрацій та у яких усі інфантильні бажання будуть реалізовані – спокусою, що може бути запропонована лише дияволом. Проте того, хто погодився б на таку угоду, чекатиме невідворотне розчарування: у часовому континуумі відчуття задоволення за відсутності фрустрації досягнути (ба більше, продовжувати) неможливо, лише, як вказує автор, якщо час у момент задоволення зупиниться. Через згадану у статті угоду між Фаустом і Мефистофелем читача наче наштовхують на те, що у якійсь мірі обирати такий «ідеальний стосунок» – відмова від Себе: через плін часу внутрішні об'єкти набувають змін, а разом із ними і Селф – а лише відтак можливий ріст і розвиток особистості. Автор надає теоретичне обґрунтування своїм міркуванням, звертаючись до робіт визнаних психоаналітиків Роберта Хіншелвуда, Вольфганга Льоха, Ютті Гутвінські-Йегглі. В основній частині автор наводить три випадки з власної аналітичної практики, що їм передують епіграфи із знаних літературних джерел (Блейк, Шекспір, Кітс). Надзвичайно цікавим прийомом з боку автора є те, що подані приклади відтворені за «законами часу»: усе, що має початок, має і кінець, і терапевтичний процес не є винятком. Занурюючись у відтворені уривки сесій, ми маємо нагоду спостерігати, як тим чи іншим чином змінювалося сприйняття часу особистістю, що переживає присутність (чи відсутність) об'єкта; як особистість, прийнявши сепаратне існування об'єкта та разом із тим здобувши «почуття часу», отримала нагоду стати самобутньою і здатною до символічного мислення, як відчував час сам аналітик. Автор резюмує кожен із наданих уривків, звертаючись до співзвучних до його думок праць відомих аналітиків, таких як Уілфред Біон, Рональд Бріттон, Дональд Мельцер. Наприкінці автор робить висновки про представлений життєвим досвідом нерозривний зв'язок між характером переживання часу та трансформацією внутрішніх об'єктів, замислюючись, зокрема, над тим, яким може бути різний досвід психічних змін залежно від готовності людини дозволити їх.

Ключові слова: внутрішній об'єкт, психоаналіз, об'єктні стосунки, переживання часу, час.

Abstract. The article begins with the author's reflections on a person's desire to be in an ideal object relationship, in which he will be protected from frustrations and in which all infantile desires will be realized - a temptation that can only be offered by the devil. However, the one who would agree to such an agreement will face inevitable disappointment: in the time continuum, the feeling of satisfaction in the absence of frustration cannot be achieved (and even more so, continued), only, as the author points out, if time stops at the moment of satisfaction. Due to the agreement between Faust and Mephistopheles mentioned in the article, the reader seems to be led to the fact that, to some extent, choosing such an "ideal relationship" is a rejection of the Self: over time, internal objects acquire changes, and along with them, the Self - and only then personal growth and development is possible. The author provides a theoretical basis for his reasoning, referring to the works of recognized psychoanalysts Robert Hinshelwood, Wolfgang Löch, and Jutta Gutwinski-Jeggli. In the main part, the author cites three cases from his analytical practice, preceded by epigraphs from well-known literary sources (Blake, Shakespeare, Keats). An extremely interesting technique on the part of the author is that the given examples are reproduced according to the "laws of time": everything that has a beginning has an end, and the therapeutic process is no exception. Plunging into the reproduced excerpts of the sessions, we have the opportunity to observe how the perception of time changed in one way or another by a person experiencing the presence (or absence) of an object; how a person, having accepted the separate existence of the object and at the same time acquired a "sense of time", got the opportunity to become original and capable of symbolic thinking; as the analyst himself felt the time. The author summarizes each of the given passages, referring to the works of well-known analysts, such as Wilfred Bion, Ronald Britton, and Donald Meltzer, who agree with his opinions. In the end, the author concludes the inextricable connection presented by life experience between the nature of experiencing time and the transformation of internal objects, thinking in particular about what different experiences of mental changes can be, depending on a person's willingness to allow them.

Key words: inner object, psychoanalysis, object relations, experience of time, time.