

ОРИГІНАЛЬНІ СТАТТІ / ORIGINAL PAPERS

УДК 159.964.21

DOI <https://doi.org/10.32782/upj/2025-3-1-2>

ЦІНА ТА ЦІННІСТЬ СВОБОДИ. ПСИХОАНАЛІТИЧНИЙ ПОГЛЯД НА СТОСУНОК І СУСПІЛЬНІ ПРОЦЕСИ

Звенислава Кечур, лікар-психотерапевт, психоаналітик
Українського психоаналітичного товариства (УПТ), член Міжнародної психоаналітичної асоціації
(МПА), тренінговий терапевт і супервізор УКПП (UCPP) та УСП, груповий психоаналітик ЄАП
Українське психоаналітичне товариство
Медичний центр Святої Параскеви
м. Львів, Україна

THE COST AND VALUE OF FREEDOM. PSYCHOANALYTIC VIEW ON RELATIONSHIP AND SOCIAL PROCESSES

Zvenyslava Kechur, M.D., a psychoanalyst of the Ukrainian Psychoanalytical Society (UPS),
member of the International Psychoanalytic Association (IPA), training therapist and supervisor
of the UCP (ECP), UUAP, group psychoanalyst of the EAP
Ukrainian Psychoanalytical Society
St. Paraskeva Medical Centre
<https://orcid.org/0009-0005-4738-1458>
zvenyslava.kechur@paraskeva.eu

*Не даємо ми тобі, о Адаме,
ні певного місця, ні відповідного образу,
ні особливих обов'язків,
щоб і місце, і образ, і обов'язки ти віднайшов
за власним бажанням, згідно із власною
волею і твоїми рішеннями.
Піко делла Мірандола, 1496*

Вступ. Отримавши пропозицію поділитися своїми роздумами про свободу, я була зворушена, бо вважала цю тему все ще субтильною в моїй персональній історії, нарративах моїх пацієнтів і досвіді моєї країни. Та тоді я й гадки не мала, яких трансформацій вона зазнає. І зараз, коли Україна вкотре захищає своє право на свободу та незалежність у цій безжалісній жорстокій війні, думаю, я все ще не можу досягнути ту ціну, яку мій народ платитиме за ці беззаперечні і навіть трохи банальні для більшості європейців цінності.

Впродовж століть поняття свободи залишається в полі досліджень філософів, істори-

ків, політологів, психоаналітиків та перебуває в процесі певної трансформації й досі. Тож розпочинати дискусію на цю тему – це завжди виклик чи, як писала Ганна Арендт, є чимось навіть безнадійним: «Так, ніби давні як світ суперечності й антиномії затаїлися й чатують на розум, щоб заштовхнути його в нерозв'язну логічну дилему, і байдуже, за який її кінець ви вхопилися – ви однаково не зможете збагнути, ані що таке свобода, ані що таке її протилежність, бо це те саме, що розуміння квадратури кола» (Арендт, 2005: 235).

Тож, щоб не втонути у дебрях філософії, теології, лінгвістики чи логіки, я все ж намагатимусь слідувати власним свідомим та інтуїтивним спостереженням, переживанням та відчуттям, що супроводжують мене впродовж усього мого життя. Очевидно, що сформувався цей мій нарратив завдяки сімейним історіям, неодноразово переказаним членами нашої родини.

Частина покоління моїх батьків належала до покоління шістдесятників – покоління української радянської інтелігенції з яскраво вираженою громадянською позицією, яке найповніше проявилось на початку 60-х рр. минулого ст. внаслідок послаблення комуністичного тоталітаризму і являло собою моральну опозицію до тоталітарного режиму СРСР. Багато молодих людей були досить сміливими та радикальними, щоб підтримувати і розвивати нові паростки свободи, які так яскраво входили у всі сфери культурного та політичного життя. Думаю, на той час нерозсудливо сміливими. Бо, як відомо, час так званої «хрущовської відлиги» тривав недовго, і після усунення Микити Хрущова у 1964 і придушення «Празької весни» у 1968 р. творча, ліберальна та демократична інтелігенція, очевидно, стала однією з основних перешкод на шляху відбудови тоталітаризму. Ціла плеяда українських істориків, поетів та прозаїків, художників, перекладачів та філософів зазнала репресій 1965–1972 рр. (арешти, вбивства, заслання, звільнення з роботи і т. ін.) і була загнана у «духовне підпілля».

Тема свободи і зв'язку між поколіннями асоціюється мені зі словом *liberty*, яке сягає латинського *libertas*, корінь якого відсилає мене до лат. слова *liberi* – «діти», що, ймовірно, говорить про генеалогічну передачу права бути вільним від батьків до дітей. Отож, я зростала у СРСР у ситуації «духовного підпілля» і у свої 18 разом з багатьма моїми ровесниками вже чекала, як зауважив Тарас Прохасько: «... що декорації заваляться дуже скоро. Що моїм вибором може бути цікаве життя заради прискорення завалу» (Прохасько, 2021).

Тому ні для кого не було дивним, що вже наступне покоління студентів опинилося на площі Жовтневої революції 2 жовтня 1990 р., започаткувавши першу акцію протесту, що носить назву «Революція на граніті», акцію студентського голодування, яка стала одним із передвісників розвалу Радянського Союзу. Тоді студентами було висунуто 5 вимог (недопущення підписання нового союзного договору, перевибори Верховної Ради УРСР на багатопартійній основі, жодної участі українців у війнах на чужих територіях, націоналізація майна Компартії України та Ленін-

ської комуністичної спілки молоді, відставка голови Ради Міністрів УРСР Віталія Масола), які були виконані Верховною Радою України 17 жовтня, а 18 жовтня голодування було завершено. «Що це було? – не раз ставила я собі питання – сміливість чи нерозсудливість?». Напевно, і одне, й інше.

Як написав відомий філософ зі Львова Андрій Дахній: «Одна справа, коли людина виростає у свобідному суспільстві, й інша – коли в тоталітарному. Якщо є досвід несвободи, то перехід від несвободи до свободи переживається особливо, екзистенційно. Добра половина мого життя минула в Радянському Союзі, і мені особисто добре відомо, що таке несвобода і яким є цей перехід до свободи соціальної, громадянської» (Дахній, 2018).

Щоб логічно продовжити генеалогічну лінію, згадаю одну з наших улюблених історій, що відбулася під час «Помаранчевої революції» 2004 р. Діти наших друзів влаштували між собою гарячу суперечку щодо того, чи бувають верблюди одnogорбими, яка завершилася пафосним вигуком 5-річного хлопчика: «От ми у садочку зберемо мітинг і доведемо, що верблюди таки бувають одnogорбими!». А 10 років потому 17-річна сестра цього хлопчика написала у шкільному творі¹:

«Коли я піросла, мама якось у розмові сказала мені, що сучасне молоде покоління, мабуть, не дуже розуміє та цінує власну свободу – свободу слова, вибору, дії. Хвилину подумавши, я спробувала тоді їй заперечити.

А тепер не стала б.

30 листопада 2013 року – побиття студентів. Обурення, злість та нерозуміння.

18 лютого 2014 – штурм Майдану «Беркутом». Більше 30 полеглих, сотні жорстоко побитих.

19 лютого у Верховній Раді не зібрано більшість для офіційного засудження насильства.

22–23 лютого – більше 80 вбитих. Сотні замордованих і зниклих безвісти.

18 березня – анексія Криму Російською Федерацією.

Квітень 2014-го – вторгнення російських військ на територію України. Початок АТО. Десятки вбитих і сотні поранених українських

¹ Тексти подаються з дозволу дітей та їхніх офіційних опікунів.

військових. Сьогодні сусідня держава посягає на нашу цілісність, незалежність і свободу, якій тепер ми знаємо ціну.

Цієї зими для цілого народу настала мить, яка змінила все. Світогляд, цілі, нас самих».

Відтоді минуло ще 10 літ. Тепер ці слова й для покоління батьків цих дітей мають іншу ціну та особливу цінність. Звертаючись знову до Джованні Піко делла Мірандола (1486), знаходимо, як доречно звучать у його текстах ідеали раннього гуманізму: «...щоб ти міг свobodно виражати себе, як вільний майстер і творець, у тій формі, якій віддаси перевагу перед іншими. Ти можеш перетворитися на примітивного звіра чи через рішучість свого розуму на вищу та божественну істоту».

Мета цієї статті – поділитися власним психоаналітичним поглядом на питання: що ж визначає той чи інший вибір людини чи спільноти щодо свободи? Соціальні міфи формують різні соціальні матриці, що створюють відповідні передумови для розвитку тоталітарного чи демократичного стилю взаємодії. Традиція успішної боротьби зі свавіллям зберігає надію, готовність до самообмежень (і, відповідно, усвідомлення обмеженості власного знання), підтримує відчуття сили і впевненості. Невдачі ж у цій боротьбі неминуче актуалізують тоталітарні міфи, що впливають на реальність і призводять до трансгенераційних травм.

Американський психоаналітик ірландського походження Майкл О'Лафлін, апелюючи до ірландської історії, задається питанням: що відбувається з народом, який пережив катастрофічні втрати в результаті голоду та поневірянь, а також втратив мову свого корінного населення і фольклорну спадщину, в яких були закодовані культурна ідентичність, пам'ять предків, досвід раніше подоланих втрат і страждань (O'Loughlin, 2012). Його цікавить, що відбувається з цим болем, і якщо він витісняється, то чи не повертається у формі божевілля або певних форм депресії, залежності чи іншої важкої психічної симптоматики (O'Loughlin, 2012).

З подібними роздумами я часто стикаюся у своїй психоаналітичній практиці та деякими своїми спостереженнями з однієї з таких історій я б хотіла з вами зараз поділитися. Коли

ми тільки починали, я мала велику надію, що робота з цією пацієнткою відобразить ідею, висловлену польським теологом, філософом та публіцистом, першим капеланом «Солідарності» Юзефом Станіславом Тішнером у 1995 році, який зауважив, що людська свобода може прийти лише разом із зустріччю з іншою вільною людиною: коли невільник зустрічає вільну людину, він або за цю свободу її зненавидить, або сам стане вільним.

Клінічний випадок. Коли ми вперше зустрілися у січні 2015, Анастасія² справила на мене враження розгубленої, загубленої у великому чужому місті дитини. Вона наче заціпеніла від страху в очікуванні порятунку і я прийняла її під свою опіку з відчуттям надмірної відповідальності та хвилюванням, зважаючи на особливі її потреби та складний анамнез.

Своє захворювання Анастасія пов'язувала із «переселенням» у січні 2013 р. із м. N (мегаполіс на Сході України) до м. Львів. Тут вона опинилася в певній соціальній ізоляції, почувалася чужою, відстороненою та розгубленою. Тужила за своїм колективом у N, комплексувала з приводу своєї української, бо вважала, що соромно не знати мови країни, в якій живеш. Говорила російською, але напружено.

Поступово стала наростати тривога, розладнався сон, з'явилася невпевненість у професійній компетентності, депресивні думки щодо власної неспроможності, зниження апетиту, швидка втомлюваність, «камінь» в епігастрії, дратівливість, внутрішнє напруження. З лютого 2014 р. отримувала медикаментозне лікування з помірним ефектом. Наприкінці січня 2015 р. психіатр скерував Анастасію на стаціонарне лікування.

Запит пацієнтки. Вона поступила в клініку у важкому депресивному стані із суїцидальними думками і, коли гостра фаза минула, потребувала психотерапії, свідомо шукаючи підтримки та супроводу в чужому місті загалом, не тільки в час хвороби.

Первинне інтерв'ю. Вислухавши вищезгадані скарги пацієнтки, забарвлені ненавистю до української мови і настирливими думками

² Ім'я та інші важливі деталі випадку змінені для збереження конфіденційності.

повернутися в N., я спіймала себе на суперечливих почуттях до Анастасії, оскільки поряд із симпатією відчувала здивування та обурення її нетерпимістю і зневагою до того, що вважала материнським, – до моєї мови й мого міста.

Я мала відчуття, наче на руки мені впало мале дитя, розгублене, крихке й вразливе, що змушувало мене весь час перебувати в несамовитому напруженні, щоб втримати його і не завдати болю.

Анастасія справляла враження дуже дисциплінованої пацієнтки. Вона зростала у м. N єдиною дитиною у люблячій і підтримуючій сім'ї. Кілька перших місяців мама годувала її грудьми, а далі віддала в ясла, де незадовго вона захворіла. Після одужання Анастасія знову повернулася до своєї групи. Зі слів пацієнтки у садочку їй усе подобалося, хоча дітей змушували до багатьох неприємних речей (їсти те, що не смакує, спати, коли не хочеш), кричали, карали і т. ін. Та вона завжди була слухняна, тому її це ніяк не стосувалося.

У школі (з 6 р.) була старостою, відмінницею. Пам'ятає лише добре, хоча однокласники розповідали, що вчителька кричала, ображала, могла вдарити. В шкільний період Анастасію час від часу турбували гастроентерологічні та дерматологічні проблеми, які з часом набули хронічного перебігу. Школу та університет закінчила з відзнакою. Одружена, мають спільну доньку, яка з раннього віку хворіє на atopічний дерматит та бронхіт з астматичним компонентом.

Батько Анастасії – етнічний росіянин, який навчався на Півдні України. Її мати – українка із села у Східній Україні, яка розмовляла зі своїми батьками українською, а з донькою та чоловіком – російською. Мамина родина пережила голодомор 1932–1933 рр., та про це родичі ніколи не розмовляли. У сім'ї сформувався культ їжі і традиція великих родинних застіль, під час яких ніколи не співали. Анастасія часто була у селі на канікулах, згадує їх з теплотою і ніжністю, та завжди хотіла звідти повернутися додому в N.

Ми працювали в психотерапевтичному сеттінгу двічі на тиждень впродовж пів року у супроводі медикаментозного лікування. Анастасія потребувала виходу з емоційної ізоляції, тому прагнула зберегти наш стосунок.

Оскільки вона була здатна до самоспостереження, розуміла мову метафор і формулювала необхідність у моїй підтримці, ми домовилися про тривалу терапевтичну роботу.

Літню відпустку, під час якої ми продовжували терапевтичні зустрічі по скайпу, Анастасія провела у м. N. Після повернення у Львів стан її знову загострився, і я відчула сум, розгубленість, тривогу й безпорадність від безуспішності наших з її психіатром зусиль.

Моя тривога та розпач, думала я тоді, можливо, відображають перешкоди у контейнеруванні, з якими Анастасія стикалася не раз у своєму житті. Ймовірно, йшлося про можливі її проблеми у ранньому стосунку, що призвели до психосоматичних проблем, нарцисичної вразливості та її незавершеної сепараційної історії.

Несвідомий запит. Впасти на руки комусь, хто міг би витримати і розділити невимовний жах її покинутості, несучи всю відповідальність за її життя, чи подорослішати у супроводі підтримуючої особи та стати вільною і незалежною – це, здається, був її несвідомий запит і конфлікт.

Початкова фаза (перша фаза) аналізу. Через пів року психотерапії я продовжила працювати з пацієнткою на кушетці чотири рази на тиждень. Її фантазії, асоціації, спогади були наче оповиті страхом. Анастасія будувала «правильні» асоціативні зв'язки, та її мова була наче «зледеніла». Довгі монотонні та одноманітні описи страждань створювали відчуття бар'єру, за яким, здавалося, приховувалася ціла гама нерозпізнаних почуттів. Зате сни були живописними, багатомовними і звабливими. Вона швидко зрозуміла, що це благодатна тема для наших бесід, і безліч неймовірних історій заповнили наш спільний простір, що так невпевнено зростав між нами.

Сни, в яких її переслідують і хочуть відібрати якісь цінності, Анастасія бачить з дитинства. Вважала, що не варто довіряти іншим свої думки й почуття. Вона була не впевнена і в мені, і коли я звертала увагу на латентно присутню в її текстах тривогу, іронізувала, порівнюючи мене зі своєю тривожною мамою, яка завжди очікувала небезпеки.

Анастасія важко реагувала на наші перші перерви, які щоразу викликали у неї заго-

стрення. Я трактувала тоді це як негативну терапевтичну реакцію, що унеможливило просування вперед і підкріплює її залежність від мене та інших. Ми розмовляли різними мовами в прямому (вона – російською, я – українською) і в переносному сенсі, й було цікаво, як вона використовує цей мовний контекст, час від часу вживаючи окремі українські слова, цитати чи мовні звороти. Анастасія наголосила, що їй важливо відчувати мою автентичність завдяки українській, оскільки вона сама почувалася доволі загубленою щодо власної ідентичності. Українська, як і сни, часом служила взаєморозумінню, а часом створювала бар'єр, як тільки ми наближалися один до одного. Було враження, наче в мові, яка так дратувала Анастасію після її переїзду у Львів, була захована якась таємниця, наближення до якої викликало майже панічний страх. В її бажанні зберегти мою українську було протиріччя її запиту до аналізу – наблизитися до того, хто від початку мав би викликати відразу та роздратування. Тож, перш ніж відкрити двері до своїх скарбів, Анастасія мала впевнитися у моїй доброзичливості, надійності та стабільності. А я, наче підштовхувана якоюсь силою, трохи надмірно вербально її підтримувала, компенсуючи також і її потребу в тілесному контакті. Я ж згодом вловила відчуття, що наче частіше говорю *про* неї та уникаю можливості зустрітися з нею.

Джил Стауффер (Stauffer, 2018) у таких випадках використовує поняття «етична самотність» щодо почуття покинутості, яке відчують психіатричні пацієнти, коли установи, створені для надання допомоги, не слухають їх. Етично налаштоване слухання, скероване на розплутування особистих і сімейних труднощів, є необхідним, однак, на думку О'Лафліна, недостатнім для розплутування складної етіології психозу, де важливою є робота з фантомними залишками – несимволізованими наслідками вимушеної міграції, рабства, ув'язнень, згвалтувань, фізичного та культурного геноциду, війн тощо (O'Loughlin, 2020).

Наприкінці першого року аналізу у мене з'явилося неприємне відчуття, яке було дуже складно витримувати і яке я визначила для себе як «болотяне». Воно стало маркером

небезпеки, яку ми щоразу контролювали обоє, загрузаючи, наче в трясовині. Ми намагалися вилзти з цього болота у звичні інтелектуальні розмови про літературу, мову, політику чи сни. Вона, наче маленька дівчинка, ховалася в цей казковий світ, що оберігав її від небезпеки неконтрольованих неназваних почуттів. У цій фазі аналізу сильні негативні почуття (персикуторні сновидіння, мовне відчуження і обережність у стосунку до мене) компенсувалися і маскувалися ідеалізацією міцно скріпленою «інтелектуальністю» наших розмов. Відстороненість з меланхолійним шлейфом супроводжували мертвість і поверхневність її переживань. Їй так важко було дозволити собі вільні асоціації, бо вони могли б виявитися фрагментованими і роз'єднаними. Несамовита тривога зустрічі з безіменним жахом, захованим за боєм у грудях, віщувала ментальну катастрофу, рівноцінну божевіллю.

У своїй роботі Кханна (Khanna, 2003) особливу увагу присвячує меланхолійному залишку, який зберігся після колоніалізму, і закликає досліджувати, як минулий неасимільований досвід утворює фантоми, що проявляються у формі меланхолійного афекту і критичного образу майбутнього. Посилаючись на книгу Абрагам і Торок (Abraham & Torok, 1994) «Оболонка і ядро», Кханна особливо цікавиться тим, як збереження меланхолії призводить до демегафоризації афекту (Khanna, 2003). Абрагам і Торок (Abraham and Torok, 1994) описують процес, за якого фантом травми блокує здатність до інтроєкції і призводить до більш грубої форми інкорпорації, за якої травма приймається як неасимільоване ціле. Як наслідок, відбувається ніби замурування травми у сховках, де вона залишається недоступною для пропрацювання і передається натомість з покоління в покоління. Психоданаліз же, на думку Кханни, має потенціал рятівника знищених значень через відновлення здатності до метафоризації.

Аналізуючи складні мовні перипетії наших з Анастасією стосунків, я уявляла, наче опиняюся разом з нею, наляканою маленькою дівчинкою, в її україномовній автентичності, перед хаосом її думок та почуттів, що повертали спогадами в дитинство. Туди, де часто вона залишалася сама в україномовному селі

у Східній Україні й тужила за домом, намагаючись говорити про це українською зі своєю україномовною бабусею. Так, імовірно, сформувався тригер на українську мову, що згодом стало супутнім переживанням поряд з її покинутістю і самотністю у Львові. Щоб не торкатися цього, їй треба було стати дорослою і вести розумні розмови про серйозні речі, переховуючи тим часом свої скарби у засіках своєї душі й оберігаючи від тих, хто міг би подолати її захисти і зіштовхнути з божевільним світом почуттів. І водночас здавалося найбільшим скарбом, який вона сама шукала, було намагання знайти того, хто міг би вислухати її і зрозуміти, як це жахливо втрачати.

У одній зі своїх статей Джудіт Батлер писала, що найважче – це втрата самої втрати, коли щось колись було втрачено, але про це неможливо розповісти жодної історії, відновити це в пам'яті; тоді вимальовується зламаний горизонт подій і примарна самоідентичність (Butler, 2003).

Друга фаза аналізу. Після повернення з відпустки і чергового загострення, в якому я була поряд з нею, Анастасія, впевнюючись у моїй безумовній підтримці та стабільній присутності в її житті, поволі виявляла більшу довіру до мене. Хоч і надалі, намагаючись ідеалізувати наш стосунок задля уникнення страху та агресії між нами.

Вона з усіх сил намагалася зберегти наші добрі стосунки, намагаючись бути чемною, сумлінною пацієнткою. Я ж відчувала певний тиск, супроводжуючи її вербально, все ж надто часто надаючи розмові форми і скеровуючи, що змушувало Анастасію приєднатися до моїх думок замість того, щоб формулювати власні. Вона відчувала певне полегшення і заспокоєння, прислухаючись до моїх ідей, та одночасно я, імовірно, залишалася для неї тиснучим і навіть розчавлюючим об'єктом, який таким чином руйнував її Self.

Її покірність наче обеззброювала мене. Я згадувала тоді висловлювання Віктора Франкла про те, що, на його думку, є два фактори, які зупиняють розвиток людини й обмежують її свободу – тоталітаризм і конформізм.

Переді мною була дилема. Сказати Анастасії про її намагання все зберегти таким чудовим між нами і зустрівся з її звичним

чемним прийняттям моїх думок чи не сказати і тоді чемно чекати часу, коли приховане стане явним? Я несміливо намагалася тоді прояснити, як вона мене переживає: як строгого критика та переслідувача чи як людину, яка її супроводжує і намагається розділити всі незгоди подорожі?

Третя фаза аналізу. Чим ціннішими ставали наші стосунки, тим більшою ставала тривога, що вони луснуть, як бульбашка. Анастасія щоразу підкидала дров у вогонь, щоб втримати моє зацікавлення нею, та їй усе важче було стримувати «брудні» почуття, які виринали невідомо звідки. Тому вона щоразу намагалася впевнитися в моїй стабільній присутності і безумовному прийнятті.

І з часом з'явилася «нова» відвертість з першими словами критики, що уможливили для Анастасії її окремішність із збереженням стосунку зі мною вже без звичного страху переслідування, але з новою тривогою перед появою чогось, що вже давно потребувало викриття.

Тим часом Анастасія фантазувала, що дуже весело хуліганити, робити непорядок у головах людей і одночасно вбачала у бавленні відсутність контролю та небезпеку руйнації.

Вона потребувала когось контейнеруючого і когось здатного до гри, бо тоді це могло б стати веселощами та змаганням. Так, це була б рівновага веселого і деструктивного. І це потребувало безпеки, яка б залежала від аналітика.

Я згадувала тоді роздуми відомого соціолога, філософа та есеїста Зигмунта Баумана (2017):

«Є дві істотні, необхідні і неминучі умови гідного життя, що приносять задоволення. Це безпека і свобода. Вони не можуть жити один без одного. Безпека без свободи є рабством і свобода без безпеки є анархією.»

Відносини між ними є грою з нульовою сумою – більше безпеки ви можете отримати лише за рахунок частинки своєї свободи. І більше свободи ви отримаєте тільки за рахунок втрати безпеки, збільшення невідзначеності».

Її асоціації час від часу, здавалося, натякали на те, що Анастасія тепер має відчуття, наче щось у ній – важливе, справжнє, беззахисне

і небезпечно – знаходиться у сховку і може бути викрадене чи викрите. Кожен з нас міг бути переслідувачем чи злодієм, що передчуває щось заховане, і тим, хто ховається, щоб зберегти ці, можливо, «брудні» і незрозумілі скарби на «задньому дворі» її психічного світу.

Вона все ще намагалася контролювати ситуацію, та, ймовірно, несвідомо вже «знала», що зустрітися з «брудними» почуттями означає зруйнувати зв'язок між нами. Її сни свідчили про відчуття катастрофи, що насувається, та вона вже могла роздумувати про свої суперечливі почуття – неймовірну потребу довіритися і страх, що стримував вже привідкриті двері.

Усвідомлення паніки, здається, було для неї рівноцінно краху. В липні 2017 під час перегляду фільму про зруйновані долі «переміщених осіб» зі Сходу Анастасія знову відчувала біль у грудях, що, імовірно, свідчило про наближення її до «небезпечних» почуттів.

Вона згадувала тоді про Донецький аеропорт, де на місці колись прекрасного залишилися тільки каркас та руїни. І я відчувала її як дитину, що пережила катастрофу – голод, емоційний холод, руйнацію, покинутість... Смерть і божевілля поряд... Говорити з нею про її психіку, яка так сильно зайнята смертю та руйнується як Донецьк, означало б загрузнути наче в болоті – в емоційній ямі, в її «пустці», в її «ніщо». Як важко було усвідомлювати тоді, що, власне, сам аналіз був для Анастасії таким небезпечним і загрозливим, бо наближав її до власних почуттів.

Біль пройшов після наших намагань озвучити її тривогу перед розставанням і літню перерву Анастасія зустріла, як завжди, трохи маніакально із саркастичними зауваженнями з приводу моєї надмірної тривожності.

Четверта фаза аналізу. Цієї осені з Анастасією вперше не сталося вже звичного й очікуваного загострення, їй уперше наснився позитивний сон про Львів, вона вперше тільки подумки спілкувалася зі мною в час перерви.

Аналізуючи наші стосунки, вона цікаво описала динаміку того, як переживала мене впродовж усього нашого з нею спілкування – «вначале со страхом, потом со страхом и уважением, потом с уважением, с уважением без

благодарности, а потом с уважением и благодарностью».

Анастасія завершила аналіз раніше, ніж я того очікувала. Мені було шкода, що вона не скористалася з цієї можливості сповна та водночас я довіряла її інтуїтивному відчуттю балансу між мірою її свободи та безпеки.

Я пояснювала собі компромісне рішення Анастасії і наше прощання такими словами Д.В. Віннікота: «Важливо розуміти, що обоє, і пацієнт і аналітик, справді хочуть завершити аналіз, але, на жаль, кінця не може бути, допоки не буде досягнуто дна провалля, допоки не буде пережито в досвіді те, чого пацієнт боїться. І, насправді, єдиний вихід для пацієнта – це пережити крах (фізичний або ментальний), і це може добре спрацювати. Однак таке рішення не зовсім вдале, якщо воно не супроводжується аналітичним розумінням та інсайтом з боку пацієнта. Багато пацієнтів, яких я маю на увазі, є поважними особами, які не можуть дозволити собі зірватися, у сенсі потрапити в психіатричну клініку» (Winnicott, 1974).

На завершення цієї історії хочу процитувати слова її земляка – відомого українського історика, громадського діяча, релігієзнавця та письменника Ігоря Козловського: «Гідність, небайдужість, право вільного вибору внутрішньої позиції і зовнішньої її репрезентації, свobodного вибору способу життя, творчість та відкритість до інших смислів – усе це складники мого розуміння свободи. І внутрішня свобода важливіша за зовнішню» (Козловський, 2018). Ці слова належать чоловікові, який виріс і сформувався в радянській системі, якийсь час працював у радянських органах місцевого управління й водночас ніколи не приховував своєї свободололюбивої позиції, яка привела його на Донецький Євромайдан. За свою проукраїнську позицію 27 січня 2016 він був захоплений бойовиками ОРДЛО (окупованої частини Донбасу) й утримувався в полоні близько двох років, де неодноразово піддавався тортурам. «У мене є свої смисли жити далі, рухатися вперед. Саме смисли, на мою думку, і перетворюють просту біологічну волю на людську свободу. Це необхідний шлях від рефлекторного прагнення волі до рефлексивного переживання смислової свободи людини, яка несе відповідальність за

цю свободу не тільки перед собою, а й перед іншими», – писав Ігор Козловський після свого визволення з полону 27 грудня 2017 року (Козловський, 2018).

Роздумуючи над історією цих двох людей, які належать до двох різних поколінь із, на перший погляд, подібним культуральним бекграундом, я ставлю собі питання: чому такі різні ментальні матриці вони сформували для себе? Що створило умови для творення свободолюбивого усвідомлення себе у світі для одного з них і які перешкоди зустріла на шляху свого розвитку моя пацієнтка?

Ігор Козловський, замислюючись над подібними питаннями та аналізуючи вплив тоталітаризму і конформізму на формування особистості, писав, що тоталітарна система створює і контролює порядок «ціною змертвіння духу, притуплення серця і спустошення життя», що тоталітаризм обмежує людину «згори», а до конформізму вона пристосовується «знизу», втрачаючи волю і креативність, що «конформізм «заганяє» людину через страх перед системою, через самообман та свідому чи несвідому брехню в пастку масової свідомості і стереотипів пристосування» (Козловський, 2018).

Впродовж своєї роботи з Анастасією я стикала з її і своїм страхом, зі своєю та її владою, притупленням серця її і моїм. І як би мені не хотілося пережити себе «вільною» поряд з нею – «невільною», я, врешті, розуміла, що це лише намагання втримати контроль над почуттями безпомічності та самотності у наших кволих спробах виплутатися з пастки «несвободи».

Імовірно, не тільки я, моя пацієнтка чи Ігор Козловський, але й багато з вас зазнали цього досвіду в процесі свого особистісного формування. Де і в який спосіб кожен з нас зустрічає чи втрачає свої шанси на свободу? Хтозна, можливо, той факт, що Ігор Козловський походить зі старовинного козацького роду, історія якого сягає XVI–XVII століть, і ще дитиною його уяву заповнили родинні історії та сімейні міфи про роль його пращурів у державотворчих процесах українського народу, мав визначальне значення для творення його вільного пориву та формування смислів його життєдій?

Львівський філософ, етнолінгвіст, поет та антрополог Роман Кісь писав, апелюючи

до нарису Ганни Арендт «Що таке свобода?», що ані свобода, ані діяльність не є можливими без наділеності смислами людських вчинків (Кісь, 2019). Отже, і свобода, і діяльність опосередковуються сенсокінесісом. «Той внутрішній діалог із самим собою і «наказ», який людина віддає самій собі, потребує не тільки сили воління; але й мужности кинути виклик тим непереборним обставинам, що можуть паралізувати волю...», – пише він у своєму есе «Свобода і рух смислів», опублікованому в інтернет-газеті «Збруч» (Кісь, 2019).

Він також окреслює важливі моменти, які можуть обмежувати свободу:

1) наш досвід і накопичені нами знання; когнітивна обмеженість мовленнєвих структур у намаганнях відтворити невербальну реальність;

2) занадто велика гетерогенність та багатоваріантність топиків (як кажуть у Німеччині, «хто має вибір, має муку») і певний тиск домінантних чи соціопрестижних значень (*preferred meaning*);

3) переважання «Ми» над «Я», що веде до зодноріднювання, шаблонізації сприймання та мислення;

4) конформізм та фанатизм;

5) надмірна регресія і так зване «повернення в материнське лоно» («*Regressum ad uterum*») та ін. (Кісь, 2019).

Ці, здається, не нові, але так доречно сформульовані ідеї допомагають зрозуміти мою пацієнтку та інших людей, для яких поняття свободи і шлях до неї й досі залишається досить примарним та болісним. У будь-якому випадку це завжди право вибору тієї міри свободи, яка формується етичними компромісами між собою та світом і визначає долю відповідальності у власних діях та смислотворенні.

Може трохи дивним здаватися в контексті останніх подій моє звернення саме до російського філософа і публіциста Олександра Рубцова, який ще у 2014 р. розмірковував над динамікою російського суспільства:

«Знову рубом встає питання: чи є кінець в історії зривів у соціальну дикість і політичну архаїку, чи ж під кожною майбутньою відлигою і далі буде проступати вічна мерзлота? Навіть якщо завтра раптом знову свобода – будь-який новий акт російської модернізації, лібералізації та ін. тепер довго буде сприйма-

тися як ще один ненадійний і минулий екскурс у заповідник майбутнього. А це вже проблема не відрізки маршруту, а самого графіка руху країни в історії» (Рубцов, 2014).

Зараз ці його пророчі слова звучать особливо моторошно. Вони дивним чином перегукуються зі снами й фантазіями моєї пацієнтки в очікуванні й прогнозуванні катастрофи. В історичному, політичному і психодинамічному контекстах ці катастрофи вже відбулися. Та катастрофа відбувається знову. Знову в Україні, яка перебуває на перехресті двох ментальних матриць – тоталітарної і демократичної, на перетині свободи та авторитаризму. Та, здається, тепер це дискурс не лише моєї країни, а й усього ліберального світу.

Я писала свою доповідь у розпал великої війни з Росією за право мого народу жити і жити вільно. Продовжуючи працювати, якийсь час я відчувала себе, наче в капсулі, у моїй взаємодії з пацієнтами, що видавалося мені неймовірно рятівним. Я намагалася спостерігати за своїми колегами та пацієнтами і помічала, що багато з них несвідомо вибирали подібну стратегію. Це нагадувало мені нотатки зі щоденника Анни Франк, яка описувала кількарічне своє перебування у замкненому просторі свого сховку як найкраще та найбезпечніше місце в цілому світі. Це єдино можливий ілюзорний компроміс свободи, думала я, аналізуючи трохи піднесений настрій своєї колеги-психотерапевтки, яка, перебуваючи у підвалі свого будинку в окупо-

ваному ворогом місті, продовжувала працювати онлайн і стверджувала, що це найнадійніший для неї сховок.

Вілфред Біон (Bion, 1940) у своїй статті «Війна нервів»: реакція цивільних, моральний дух і профілактика» писав так: «Війна нервів» – це атака, скерована на людину персонально. Якщо вона здатна відмежуватися від масового руху нації, яка веде війну, то, ймовірно, уникне деяких впливів цієї атаки. Та тоді, з точки зору ворога, вона буде виведена зі строю. Або ж вона може залишатися членом своєї спільноти і в цьому випадку чим більш емоційно зв'язані члени спільноти, тим сильніше людина буде відчувати, що атака здійснюється на неї саму. Тільки якщо вона одночасно залишається і членом свого товариства, і все ж незачепленою ворожою атакою так, як того хоче ворог, можна сказати, що психологічно людина залишається у строю».

Мільйони тимчасово переміщених українців залишаються у строю завдяки цій психологічній стратегії. Завдяки всім небайдужим громадянам цілого світу, які створили і підтримують для нас можливість протистояти ворогу ментально. Те, що світ робить для України, зараз важко переоцінити. Бо так важливо сьогодні, щоби був хтось, хто міг би витримати і розділити невимовний жах загроз, втрат і самотності. Війна триває, та я вірю в нашу спільну перемогу і сподіваюся, що всім нам вистачить духу свободи не тільки для боротьби, а й на життя.

Список літератури:

- Abraham, N., & Torok, M. (1994). *The Shell and the Kernel: Renewals of Psychoanalysis, Volume 1 (Vol. 1)*. University of Chicago Press.
- Bion, W.R. (1940). The 'War of Nerves': Civilian Reaction, Morale and Prophylaxis. *The Neuroses in War. Social Service Review*. Vol. 15, No. 3 (Sep., 1941), pp. 569–573. Published By The University of Chicago Press.
- Butler, J. (2003). After loss, what then? *Loss: The politics of mourning*, 467–473.
- Khanna, R. (2003). *Dark continents: psychoanalysis and colonialism*. Durham & London, Duke University Press.
- O'Loughlin, M. (2020). Ethical loneliness in the psychiatric clinic: The manufacture of non-belonging. *Ethics, Medicine and Public Health*, 14.
- O'Loughlin, M. (2012). Trauma trails from Ireland's great hunger: A psychoanalytic inquiry. In B. Willock, L.C. Bohm, & R.C. Curtis (Eds.), *Loneliness and longing: Conscious and unconscious aspects* (pp. 233–250). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Stauffer, J. (2018). Building worlds/thinking together about ethical loneliness. *Philosophy Today*, 62(2), 717–731.
- Winnicott, D.W. (1974). Fear of breakdown. *International Review of Psycho-Analysis*, 1, 103–107.
- Арендт, Г. (2005). Джерела тоталітаризму. Київ.
- Бауман, З. (2017). Про все, що найважливіше. *Збруч*, Січень, 10, 2017. URL: <https://zbruc.eu/node/60860>
- Дахній, А. (2018). Свобода: учора, сьогодні, завтра. *Збруч*, Вересень, 29, 2018. URL: <https://zbruc.eu/node/83313>
- Кісь, Р. (2019). Свобода і рух смислів. *Збруч*, Травень 20, 2019. URL: <https://zbruc.eu/node/89394>
- Козловський, І. (2018). Лекція Свободи. Детектор Медіа. URL: <https://detector.media/withoutsection/article/137617/2018-05-18-igor-kozlovskyy-lektsiya-svobody/>
- Піко делла Мірандола, Дж. (1496). Промова про гідність людини.
- Прохасько, Т. (2021). Свобода свободна висвободжуватися. *Збруч*, Липень 18, 2021. URL: <https://zbruc.eu/node/106235>
- Рубцов, А. (2014) Свобода і барикади. *Збруч*. URL: <https://zbruc.eu/node/29231>

Анотація. У цій статті наведено психоаналітичний погляд на питання свободи та переживання її як цінної. Запропонований мною матеріал поєднує соціальну проблематику свободи у контексті вибореної Україною незалежності, огляд теоретичного внеску дослідників свободи та матеріал із клінічної практики. Теоретичний огляд посиляється на напрацювання психоаналітичних і неаналітичних авторів: культурологів, істориків тощо. Клінічну ілюстрацію, представлену в цій статті, також слід розглядати в особливому контексті сьогодення – в контексті війни в Україні. Сьогоднішні травми актуалізують спогади – повторне переживання минулого пацієнтами та психоаналітиками. Таким чином, жахливе минуле окремих людей і цілих народів знову стає реальністю. Трагізм індивідуальних і колективних травм множить у взаємному посиленні та повторенні. Це травматична історія, яка атакує не лише нашу здатність мислити, але й нашу здатність існувати: історія психоаналізу, який об'єднав двох людей, що прагнули свободи.

Томас Огден у передмові до українського видання «Творчого прочитання» пише про онтологічний вимір травми та її кореляцію з потребою реновації втраченого життя: «Я гадаю, що травма у своїй суті є атакою на здатність індивіда бути та ставати. Травмованому індивіду не просто доводиться інтенсифікувати свої захисти; окрім цього, його чи її здатність генерувати відчуття, що я живий чи жива для власного досвіду, пошкоджена або знищена залежно від важкості травми». Такий погляд не лише на персональні історії пацієнтки та психоаналітикині, але й на історію нашої спільноти робить можливим інше прочитання цих історій. Це інше, нове, «творче прочитання» і є завданням цієї та інших терапій. Такий погляд на психоаналітичний стосунок є суголосним з думками Дональда Віннікота про справжню Самість як актуалізацію і реалізацію здатності особистості бути присутньою у власному житті.

Відновлення цих потенцій «бути та ставати», а також присутності у власній екзистенції є завжди болючим процесом становлення суб'єкта та, імовірно, одним із найцінніших досвідів психоаналізу. Представлений психотерапевтичний стосунок змінив не лише життя пацієнтки, але й погляд психоаналітикині на її життєву історію та історію її країни.

Ключові слова: свобода, травма, Україна, тоталітаризм, конформізм.

Abstract. The clinical illustration presented in this paper should be viewed in the special context of the present, in the context of war in Ukraine. Current traumatic experiences bring past memories to the forefront – the patients' and psychoanalysts' re-experiencing of the past. In this way, the horrific past of individuals and entire nations resurfaces as a present reality. The tragedy of individual and collective traumas amplifies in their mutual reinforcement and repetition. It is a traumatic history affecting both our ability to think and our very existence: the history of psychoanalysis bringing together two people in their longing for freedom.

In his foreword to the Ukrainian edition of *Creative Readings: Essays on Seminal Analytic Works*, Thomas Ogden writes about trauma's ontological dimension and its correlation with the need of rebuilding a shattered life: “I believe that trauma is essentially an disruption to the individual's ability to be and become someone. The traumatized person not only has to strengthen their defenses – they also suffer a diminished or destroyed sense of being alive, depending on the trauma's severity”.

This view on both the patient's and the psychoanalyst's personal stories, as well as on the history of our community, allows for a new perspective on these stories. It is this different, new, “creative reading” that becomes the ultimate goal of this and other therapies. This view of the psychoanalytic relationship is consistent with Donald Winnicott's ideas about the true *Self* as the fulfillment and recognition of individual's ability to be fully present in their own life.

The restoration of “being and becoming” potentials as well as presence in one's own existence, is always a painful journey of becoming a subject and, probably, one of the most valuable experiences of psychoanalysis. The psychotherapeutic relationship presented in the proposed research changed not only the patient's life, but also the psychoanalyst's view of her life story and the history of her country.

Key words: freedom, trauma, Ukraine, totalitarianism, conformism.