



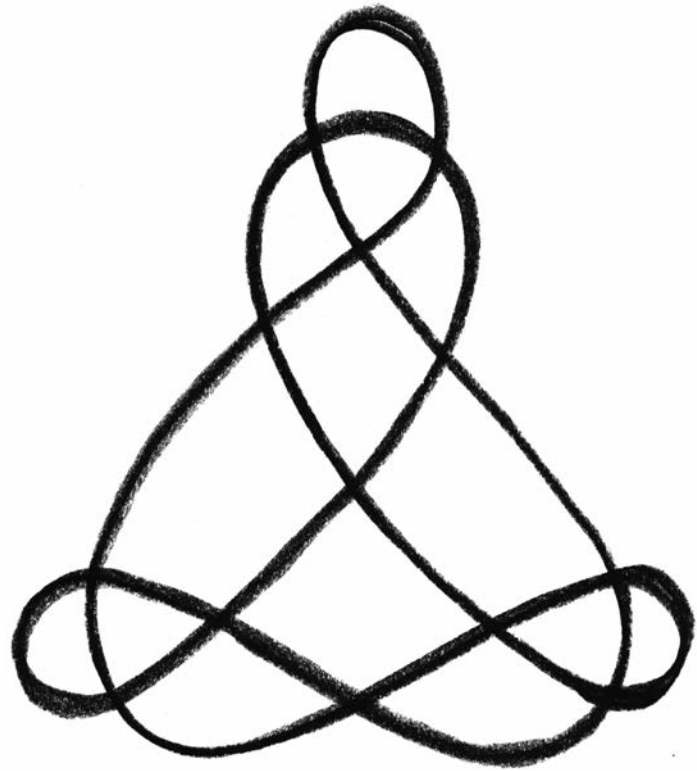
Петер Бюхи



Терапия рисованием форм

ТЕРАПИЯ РИСОВАНИЕМ ФОРМ

Peter Büchi



Anregungen zum
Formenzeichnen
in erziehung und **Therapie**

Петер Бюхи

Терапия рисованием форм

Перевод с немецкого
Людмилы Деменковой



Киев
«НАИРИ»
2014

УДК 373.5.016:74
ББК 74.268.51
Б98

Перевод с издания:

Peter Büchi.

Anregungen zum Formenzeichnen in erziehung und Therapie, 2013

Бюхи П.

**Б98 Терапия рисованием форм. — К.: Изд-во «НАИРИ», 2014. — 144 с.
ISBN 978-966-8838-91-0**

Вторая книга Петера Бюхи о рисовании форм открывает новые, терапевтические стороны в преподавании этого известного только в вальдорфских школах предмета. Представлен более полный набор заданий для рисования и образцов форм, чем в предыдущей книге «Развитие и укрепление чувств с помощью рисования форм». На этот раз, кроме главных мотивов, автор рассматривает и свойства отдельных форм, и различные методы их использования, а также указывает на терапевтический эффект упражнений — как для ребенка, так и для взрослого. Благодаря тому, что в изложении материала автор опирается на собственный опыт работы в школе, ему также удается передать настроение и мотивацию учителя, задающие положительный тон в работе с рисующим учеником.

ББК 74.268.51

ISBN 978-3-033-04012-0
ISBN 978-966-8838-91-0

© Peter Büchi, 2013
© «НАИРИ», 2014

Содержание

Введение	6
Концентрация: точка и окружность	16
Полукруги: прорыв большими прыжками	22
Четырехчастный круг: игра вокруг четырех точек	33
Навстречу центру: спирали	44
Пути в лабиринте: labor intus, внутренняя работа	53
Прорыв: путь к новым горизонтам, выворачивание	58
Изменение формы: вдавливания, метаморфозы	76
Треугольник как исходная форма — выход из него — прорывы	84
Разрезы куба	95
Круги: деление на части, соединения	100
Живая работа с треугольником: три точки и Я	107
Шестиконечная звезда — гексаграмма	117
Пентагон, пентаграмма	128
Использованная и рекомендуемая литература о рисовании форм в терапии	140

Введение

Рисование форм в терапии. Основы

Эта книга адресована терапевтам, которые хотят применять рисование форм в своей практической работе. Я исхожу из наличия определенной подготовки и уже имеющегося собственного опыта. Для того чтобы иметь возможность использовать широкие возможности рисования форм, я рекомендую выдающийся труд Рудольфа Кутцли «Раскрытие творческих сил через живое рисование форм». Этот богатейший источник предлагает хорошую основу индивидуальных упражнений в рисовании форм для арт-терапевтической практики. Для погружения в психологические и медицинские аспекты темы я указываю соответствующую профессиональную литературу и сознательно ограничиваюсь практической стороной рисования.

В терапии рисование форм предлагает множество ни с чем не сравнимых возможностей. Несмотря на то, что на бумаге остается видимый след работы, я, тем не менее, причисляю рисование форм к «временным искусствам», таким как эвритмия, музыка, пение или искусство речи. Результат зависит от терапевта — будет ли работа происходить в движении, удастся ли нахо-

диться в процессе, или же произойдет застывание в более статичных формах. Всегда суть заключается в заботливом взвешивании, в нахождении правильного баланса между формой и движением.

Рисование форм позволяет в созданном, законченном переживать становящееся. Все формы, все вокруг нас является застывшим, пришедшим в покой движением. Когда-то это была лишь идея, мысль. Претворившись в видимое, движимая и формируемая космическими и земными образующими силами, она стала формой. Когда в рисовании форм мы заново вводим в законченную форму движение, мы овладеваем новым, живым подходом. Мы начинаем смотреть на все другими глазами.

Самым главным мерилom является и остается рисующий человек. Когда мы рисуем формы, мы можем и хотим формировать их. Результатом терапевтического рисования форм является рисующий человек, приведенный в движение внутренне — при этом и на бумаге может возникать нечто красивое. Активность, рожденная в себе, направленная как изнутри вовне, так и наоборот, при восприятии производимой деятельности, заставляет «Я» человека по-новому смотреть на все его окружающее.

В моих рассмoтрениях я умышленно выбрал простые формы и показал их вариации. От них позже всегда можно перейти к более

сложным. При этом нужно обращать пристальное внимание на то, чтобы форма какое-то время интенсивно двигалась, прежде чем она найдет свое завершение в красивой картинке. Срисовывание и копирование красивых форм могло бы быть хорошей трудотерапией, но с настоящим рисованием форм имеет мало общего.

Рисование форм как чувственное переживание. Уход за чувствами

Рисование форм охватывает всего человека. Потому очень важно наблюдать и соответственно планировать терапевтическую ситуацию во всей ее целостности. Лучше всего рисовать стоя, на слегка наклоненной большой плоской поверхности (~ 2×2 м). Тогда интенсивно может быть задействовано *чувство собственного движения*. При этом должно быть удовлетворено и *чувство жизни*, когда движения не только широки и гармоничны, но и приятны, т.е. бумага, мелок для рисования и подкладка должны тактильно, а также и акустически хорошо подходить друг другу; поверхность должна обеспечивать спокойное скольжение (например, благодаря нескольким слоям бумаги) и бумага должна быть плотной (больше 80 г/см²), чтобы не сминаться при сильном движении вверх.

При рисовании на столе будет вполне достаточно одной рукой прочно держать бумагу в уголке, чтобы не нужно было ее приклеивать. Все терапевтическое занятие должно быть тщательно продумано, пронизано ритмом напряжения и расслабления, концентрированной работы и выдоха. Также важно следить за дыханием.

В рисовании задействован также *слух*! Иногда при рисовании твердым графитовым стержнем по твердой подкладке на одном слое бумаги возникающий жесткий звук может так раздражать пациента, что он больше не сможет свободно рисовать. Если рисуют на настенной доске, обратите внимание на мягкие мелки. Нужно стараться избегать специфического звука скрипящего мелка.

Всегда рисуя формы из полного широкого движения, мы также активируем *чувство равновесия*, которое очень скоро и немолимо заявляет о себе во всевозможных недостатках и асимметричностях рисунка. Если исходить из того, что наши клиенты «потеряли равновесие», то рисование форм предлагает широкие возможности исцеляющих упражнений. При подобных проблемах мы всегда обращаем внимание на постановку ног пациента. Если обе ноги стоят рядом и равномерно опираются на пол, то и формы удаются намного лучше. Лучше никогда не рисовать с перекрещенными ногами.

В процессе всегда задействовано и *чувство осязания*, и я обращаю внимание на то, чтобы во время рисования часть руки ри-

сующего контактировала с бумагой — гладила ее. Поэтому важно, чтобы бумага обеспечивала приятное соприкосновение. Глянцевая, слишком гладкая бумага кажется мне менее пригодной, тогда рука не может свободно скользить. Бумага из вторсырья или обычные бумажные обои хоть и дешевы, но более шершавы для приятного тактильного ощущения. Внутренние ощущения рисовальщика, опирающегося всегда исключительно на карандаш или мелок, без непосредственного контакта с бумагой, совершенно иные, чем у того, кто соприкасается с бумагой.

Особо внимательно следует отнестись к вопросу леворукости. Левша должен рисовать рукой, привычной к рисованию. Возможно, если он начнет рисунок с другой стороны, а не с той, с которой обычно начинает правша, то будет рисовать в ином направлении, но это не имеет большого значения. Истинные левши часто страдают от того, что в школе их «переучили». Не стоит стремиться к рисованию обеими руками одновременно, этим занимаются только ради усиления интенсивности движения и «отключения» головы. Тогда возникает полное погружение в движение, волевое, без отвлекающих мыслительных процессов.

Очевидно, что в обычное, широко известное учение о чувствах закрадывается нечто сомнительное — говорят: глаз видит, ухо слышит, нос нюхает и т.д. При этом возникает явная схема «раздражение и реакция». При этом человек незаметно попадает в категорию совершенно пассивных су-

ществ! Хотя вообще-то слово «восприятие» предполагает определенную активность...

Когда мы переживаем чувственный опыт, мы явно *принимаем* нечто. Поэтому в учении о чувствах Рудольфа Штайнера этот процесс имеет сознательный аспект (!) — *Я слышу! Я нюхаю! Я вижу! Я выхватываю* нечто своими глазами — там, где сходятся оси фокусирования, — помещая его в свое сознание. Чувственное восприятие всегда является высшей активностью «Я». Терапевтическое рисование форм — это постоянное обучение восприятий и воспитание чувств.

Рудольф Кутцли — опытный мастер в рисовании форм — назвал свой главный труд «Раскрытие творческих сил через живое рисование форм». Современные люди по разным причинам лишены этих сил, они редко пробуждены в них. Терапия позволяет заново оживить, разогреть эти образующие эфирные силы. Среди различных видов искусств рисование форм связано с теплом, солнцем и вместе с музыкой являет собой «золотую середину» терапевтических искусств. Схема на следующей странице является кратким обобщением, и ее можно рассматривать разносторонне. Пусть она даст побуждающие импульсы для терапевтической работы!

Я сознательно отказываюсь от указаний о воздействии отдельных упражнений. В собственной терапевтической ситуации они должны быть всякий раз заново оживлены и применены и никогда не могут быть использованы как «рецепт». Тесное сотрудничество с лечащим врачом или лечебным эвритмистом может воздействовать целена-

Таблица 1. Составители – Петер Бюхи, Ева Меес (по различным источникам)

Сатурн	Юпитер	Марс	Солнце	Венера	Меркурий	Луна
Верхняя часть всего астрального тела	Мышление	Речь	Я	Посредничество между астральной и ритмической деятельностью	Деятельность эфирного тела	Активатор воспроизведения
Архитектура	Пластика	Живопись	Музыка	Речь	Танец / Эвритмия	Социальное искусство
Предметное рисование	Геометрическое рисование	Рисование «светлое/темное»	Рисование форм	Рисование настелю	Динамическое рисование	Штриховка
Отдача вовне подпитывает внутренний мир	Переживание космических закономерностей	Переживание темного и пронизывание светом	Свет и тепло планетарного равновесия. Порядок	Согревает человека изнутри	Оживляет / растворяет фиксированное. Призывает к внутренней подвижности	Утонченный ритм / сверху вниз / все сущностное живет в видимом
Расстояние, наглядное, различие, конценрация	Упорядочивающее, логичное, точное, объективное, закономерное	Переживание светлого / темного, света/тени; моральность	Ритмичное, вторяющееся, создающее вступление, текучее	Мягкое, чувствительное, цветное, нежное	Подвижное, свободное, игривое, соединяющее	Овладевающее, равномерное, направляющее, прозрачное
Свинец	Олово	Железо	Золото	Медь	Ртуть	Серебро
Селезенка	Печень	Желчный пузырь	Сердце	Почки	Легкие	Органы размножения
Фобии, истерии, болезнь Паркинсона, псориаз	Воспаление, стресс, зависимость, депрессия	Эпилепсия, анемия, истощение, невроты	Сердечные недуги, мигрени, гипертензия	Базедова болезнь, метеоризм, астма, проблемы с почками	Ангина, склероз, запор, ревматизм	Женские болезни, болезни мочевого пузыря, проблемы с суставами
Физическое тело	Эфирное тело	Астральное тело	Я	Самодух	Жизнедух	Духочеловек

Составители – Петер Бюхи, Ева Меес (по различным источникам)

правленно. А непосредственное наблюдение терапевтического занятия даст возможность сделать конкретные указания для дальнейшего развития.

В 10-м выпуске серии «Персефона»* (Рабочие материалы медицинской секции Гетеанума, издательство Гетеанума, Дорнах, 1997) помещено обширное собрание указаний по арт-терапии. С дружеского позволения издательства Гетеанума ниже опубликованы важные цитаты из введения «Искусство как терапия — терапия как искусство».

Мысли из «Терапии душевно-духовными средствами» Пауля фон Хайде

«Многие пациенты, вынужденные долго лежать в клинике, ощущают скуку и внутренне падают духом. Занятие искусством может и заполнить время осмысленной деятельностью, и пробудить внутреннюю активность, которая позитивно подействует на процесс выздоровления. Хорошо проведенная терапевтическая деятельность помогает время не только заполнить, но и дать ему содержание»...

«Творческое действие может действовать оздоравливающе и живительно. Верно прове-

денное, наполненное радостью деятельности, оно освобождает от угнетающего комплекса успешности и стремления к полезности, может гармонизировать душевную жизнь, благотворно воздействовать и регулировать вплоть до вегетативных процессов. Односторонности могут быть ослаблены и снова вовлечены в здоровую жизнь»...

«Многие образованные арт-терапевты в наше время находят для себя возможным работать в становящейся все более важной гигиенически-профилактической сфере. Но это не терапия искусством в непосредственном смысле слова, в которой познается сущность и динамика специфических болезненных процессов и потом на них оздоравливающе влияют посредством умелого использования творческих процессов. Применение искусства может стать терапевтическим только тогда, когда динамика действующих в ходе болезни сил сначала распознается сопереживающим мышлением. В то же время, воздействие искусств должно быть легко просматриваемым и подлежащим корректированию, что может позволить применять их целенаправленно и сознательно. ... Когда пережитый искаженный образ болезни снова должен быть приближен к прообразу здоровья, в осознанном переживании арт-терапевта должны ожить основные жесты здорового тела и душевных процессов. Содействовать им и постоянно дальше оживлять — задача антропософского учения о человеке»...

* *Persephone*, Arbeitsberichte der Medizinischen Sektion am Goetheanum, Verlag am Goetheanum, Dornach, 1997.

Кінець безкоштовного уривку. Щоби читати далі,
придбайте, будь ласка, повну версію книги.