

«Школа жизни». Семинары «библиотерапии» в Лондоне

В Лондоне открылась «Школа жизни» [School of Life] — своеобразная психотерапевтическая консультация, использующая разнообразные культурные средства, в том числе «библиотерапию», для избавления от стрессов современной жизни и решения личных проблем.

Лондонский район Блумсбери издавна считается центром литературной жизни британской столицы. Именно там 33-летняя писательница и искусствовед, бывший куратор общественных программ галереи Tate Modern Софи Хауарт [Sophie Howarth] открыла книжный магазин, на базе которого была организована «Школа жизни». Ее основательница предпочитает называть школу «культурной аптекой». Школа предлагает решить ваши душевные или духовные проблемы с помощью разнообразных видов «культурной терапии» — книг, художественных произведений, путешествий, семинаров и даже кулинарных изысков. Вокруг «Школы жизни» группируются философы, писатели, культурологи, социологи, психотерапевты, которые работают и с индивидуальными «пациентами», и ведут групповые семинары, проходящие в помещении школы. Но самым популярным лекарством от переживаний, вызванных, скажем, кризисом среднего возраста, семейными неурядицами или разного рода депрессиями, стала «библиотерапия». Именно это средство призвано вернуть человеку ощущение полноты жизни и душевное равновесие. Писательница Сюзан Элдеркин, занимающаяся в «Школе жизни» библиотерапией, рекомендует список книг из 55 названий для решения жизненных проблем. В ее списке, в частности, «Колокол» Айрис Мёрдок, «Хендерсон, король дождя» Сола Беллоу, «Великий Гэтсби» Скотта Фицджеральда и «Джазовые духи» Тома Роббинса. Каждая такая книга — это «интеллектуальное снадобье», помогающее при определенном душевном недомогании. Предлагается также пятимесячный курс регулярных телефонных консультаций или консультаций по электронной почте по выбору литературы. Такой курс стоит 50 фунтов. Нетрудно догадаться, что рекомендованные вам книги можно приобрести в книжном магазине «Школы жизни», где ассортимент подобран теми же книготерапевтами.

Основатель и директор «Школы жизни» Софи Хауарт в интервью РС объясняет, что побудило ее основать это уникальное заведение: «Главным побуждением было поставить культуру на службу обыденной жизни. Существует традиционный разрыв между такими культурными сферами, как художественный и литературный миры, и тем, с чем люди ежедневно сталкиваются в своей жизни, — проблемами на работе, отношениями в семье, социальными и экономическими вопросами. Мы хотели, чтобы культура пришла на помощь людям в решении всех этих проблем».

Сотни людей, которые обращаются в «Школу жизни», приходят туда с самыми разными вопросами и с огромным числом не только невротических, но и интеллектуальных и духовных проблем. «Школа» не только лечит, но и учит. Софи Хауарт рассказывает, чем ее питомцы занимаются на вечерних семинарах: «Мы специализируемся в пяти областях: любовь, работа, семья, досуг и политика. Поясню на примере раздела "любовь". Вот типичные вопросы, с которыми к нам обращаются по этой теме: как наладить отношения с мужем или женой, как выбрать подходящего партнера, как решить сексуальные проблемы, стоит ли мне выйти замуж за этого человека. Кстати, многие предпочитают политический семинар, где обсуждаются, в частности, такие проблемы: в чем состоит ответственность государства, должен ли я подчиняться закону, насколько эффективна демократия, наилучший способ изменить мир. Так что наряду с личными проблемами мы решаем и глобальные. Наша задача отыскать ответы на все эти вопросы, многие из которых будоражат человеческий ум сотни, если не тысячи, лет».

Однако самый популярный метод обретения душевного спокойствия и удовлетворения интеллектуальной любознательности — библиотерапия. На эту идею организаторов «Школы жизни» мог привести английский писатель 18 века Лоренс Стерн — автор знаменитого романа «Жизнь и мнения Тристрама Шенди, джентльмена». Один из персонажей этого романа во всех случаях жизни, когда нуждался в совете, открывал наугад «Робинзона Крузо» Даниеля Дефо и всегда находил там нужный совет. Примерно на этом же принципе построена и библиотерапия: правильно подобранная книготерапевтом книга (чаще всего речь идет о художественной литературе) призвана успокоить клиента, наставить его на путь истины или снять стресс.

Софи Хауарт поясняет: «Нас окружают миллионы книг, всё прочесть невозможно. Одна из проблем, с которой мы сталкиваемся, — это правильный их выбор. У нас так мало времени на чтение, и так много людей нам доверяют! Приходится заниматься проблемной систематизацией литературы. Существует составленный нами список выдающихся книг, но наряду с ним есть и списки книг, которые должен прочесть каждый наш консультант. Выбор книг зависит от проблем, с которыми сталкиваются наши клиенты. Нередко приходится решать проблемы, связанные с обстоятельствами, препятствующими чтению: скажем, у вас возникли личные неприятности или вы меняете работу, или вы едете в отпуск и вам нужна просто занимательная книга на две-три недели, или вы беременны и не можете сосредоточиться на чтении дольше пяти минут. Во всех этих случаях мы выписываем персональные рецепты. Обычно это книга, которая должна захватить человека. Чаще всего мы прописываем художественную литературу, но бывает, что вместо книг предлагаются и другие вещи».

Услугами «Школы жизни» пользуются люди самых разных профессий и уровня образованности. Средний возраст посетителей семинаров — около сорока лет, хотя много и молодежи. Софи Хауарт лелеет мечту, что ее начинание выйдет за границы Великобритании и услугами «Школы жизни» начнут пользоваться жители других европейских стран: «Сейчас нас посещают в основном жители Лондона, но мы рассчитываем на международную аудиторию. Европа интегрируется, всё больше континентальных европейцев приезжает в Лондон и живут здесь. Мы надеемся, что уже в ближайшее время сможем предложить свой сервис и жителям других стран, — тем более, что многие наши услуги мы можем оказывать по электронной почте или телефону. Что касается возрастного состава наших клиентов, то это люди от 25-ти до 55-ти или даже 60-ти лет. То есть речь идет о людях работоспособного возраста».

Автор: Наталья Голицына © Би-Би-Си КУЛЬТУРА, МИР 👁 8165 17.10.2008, 17:54 📄 225

URL: <https://babr24.com/?ADE=48124> Bytes: 6110 / 6110 Версия для печати Скачать PDF

👍 Порекомендовать текст

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: [@tomsk24_link_bot](https://t.me/@tomsk24_link_bot)
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: [@babrobot_bot](https://t.me/@babrobot_bot)
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)