

Аналитическая психология К. Г. Юнга дает теорию и метод, позволяющие делать бессознательное сознательным, а возможное – реальным.

И те, кто страдает от психологических проблем, и те, кто идет по пути индивидуации и развития внутренней автономии, могут извлечь пользу из юнгианского подхода – ведь он поддерживает символические процессы, ведущие к целостной личности.

Психологические процессы и творческая энергия являют себя в символах. Особенно важны взаимосвязи символов с аналитическими отношениями, переносом и контрпереносом.

Верена Каст описывает различные аспекты символов, комплексов, архетипов и тем самым мастерски увязывает теорию и практику аналитической психологии.

Верена Каст (род. 1943) изучала психологию, философию и литературу, защитила докторскую диссертацию по аналитической психологии. Была профессором психологии в Цюрихском университете, юнгианским тренинг-аналитиком, вела частную практику в Санкт-Галлене.



935.00

ISBN 978-5-98712-790-2

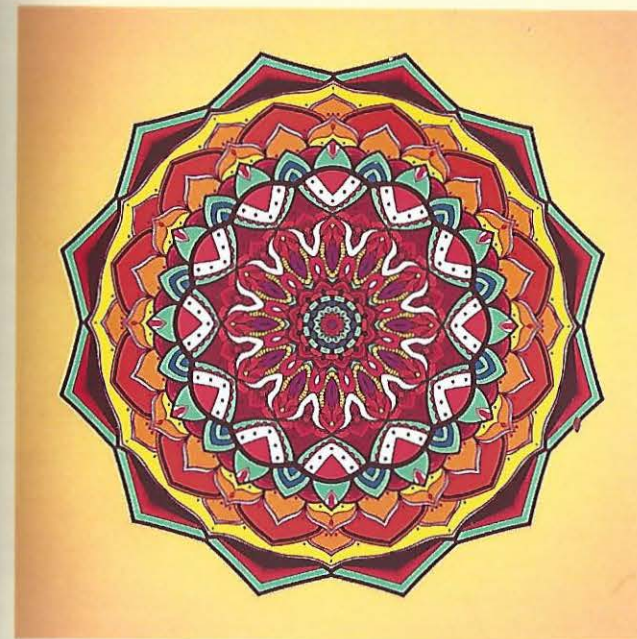


9 785987 127902 >

Верена Каст

ДИНАМИКА СИМВОЛОВ

ОСНОВЫ
юнгианской психотерапии



Центр гуманитарных инициатив

Верена Каст

ДИНАМИКА СИМВОЛОВ

ОСНОВЫ
юнгианской психотерапии



Центр гуманитарных инициатив
Москва–Санкт-Петербург
2020

ББК 88.48
УДК 159.9
К 29

Перевод с немецкого языка
М. Булычевой
Научная и литературная редакция
Н. А. Серебrenниковой

Каст В.

К 29 Динамика символов. Основы юнгианской психотерапии. —
М.: СПб.: Центр гуманитарных инициатив, 2020. — 232 с.

ISBN 978-5-98712-888-6

Психологические процессы и творческая энергия являют себя в символах — видимых знаках невидимой реальности, у которых есть смысл, выходящий за пределы внешнего, чувственно-воспринимаемого мира. Символы переживаются в образах сновидений и фантазий, сказок, мифов и произведений искусства. Символы могут возникать спонтанно и становиться очень значимыми в определенных жизненных ситуациях.

Верена Каст описывает различные аспекты символов, комплексов, архетипов и тем самым мастерски увязывает теорию и практику аналитической психологии. Работа с символами составляет сердцевину юнгианской психотерапии. Особенно важны взаимосвязи символов с аналитическими отношениями, переносом и контрпереносом. Автор наглядно показывает, как в психотерапии происходит встреча с символами роста и созревания личности, как символ привносит творческий порыв бессознательного в сознание. И те, кто страдает от психологических проблем, и те, кто идет по пути индивидуации и развития автономии, могут извлечь пользу из юнгианского подхода — ведь он поддерживает символические процессы, ведущие к целостной личности.

Эта книга может быть полезна как специалистам, так и всем тем, кто интересуется глубинной психологией. Она является обязательной к прочтению при подготовке аналитических психологов.

ISBN 978-5-98712-888-6

© 2016 Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern
© Новгородова Ю.С., 2020

Содержание

Предисловие	5
АСПЕКТЫ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЧЕЛОВЕКЕ	7
Процесс индивидуации	7
Самость	11
АСПЕКТЫ СИМВОЛА	15
О понятии «символа»	17
Возникновение символов	19
Символические действия	20
Установка на символизирование	21
Податливость символу	23
Формирование символа как процесс	25
Символ и терапевтическая цель	38
АСПЕКТЫ КОМПЛЕКСА	42
Переживание под воздействием комплекса	45
Описания комплекса	48
Комплексы с поддерживающим влиянием	64
АСПЕКТЫ ЭГО-КОМПЛЕКСА	67
Эго-комплекс и переживание личностной идентичности	68
Эго-комплекс в психологии развития	75
Эго-функции	87
Конstellация эго-комплекса	89
Компенсация с помощью фантазий о величии	91
Компенсация с помощью идеализированных, могущественных родительских образов	92
Компенсация с помощью «отзеркаливающей» идентификации	93
Жажда разрушения как компенсация	94
Компенсация с помощью обесценивания	96
Компенсация как привычная позиция	98

Фрагментирование	101
Психотерапевтические размышления о восстановлении когерентности эго-комплекса	107
АСПЕКТЫ АРХЕТИПА	112
Критика юнгианского учения об архетипах со стороны Эрнста Блоха	118
Архетипическая констелляция и отношения	121
Влияние понятия архетипа на способы обращения с символами	126
Архетип Самости и процесс индивидуации	129
Мандава как символ	132
Процесс индивидуации	137
Заметки о синхронистичности	150
Синхронистичность и психосоматика	160
ПЕРЕНОС-КОНТРПЕРЕНОС И ФОРМИРОВАНИЕ НОВЫХ СИМВОЛОВ	175
Поворотные моменты в анализе	178
Эмоциональное понимание в терапевтических отношениях как предпосылка символаформирования	179
Коллюзивный перенос-контрперенос и символаформирование	189
Архетипический контрперенос как инсайт по поводу сказки	208
Сказка «Синяя Борода»	220
Литература	228

ПРЕДИСЛОВИЕ

Творческий аспект занимает центральное место в юнговской психологии. Цель юнгианской терапии состоит в том, чтобы человек начал экспериментировать со своей сущностью, чтобы он мог творчески обходиться со своими проблемами и своими сущностным особенностям. На место психической зажатости должны заступить возможности творческого изменения.

Изменения становятся заметными не только когда мы пытаемся вести себя по-новому, переживаем больше смысла, можем строить отношения более осознанно и получать от них больше удовлетворения, но и когда в нашей жизни становятся значимыми новые символы. Психика создает символы (Юнг, Собр. Соч., т. 5, пар. 344). Подвижки в психике можно переживать с помощью символов или воспринимать как бы со стороны, видеть их. В символах проявляется творческая энергия, которая пропитывает все на этом свете.

В своей психологии Юнг предлагает нам техники, необходимые для того, чтобы сделать творческие зачатки бессознательного доступными сознанию и таким образом актуализировать потенциалы личности. Эти «техники» в равной мере важны в терапии для психического развития на пути к большей автономии и взаимосвязанности с другими, а также для процесса воспитания, способствующего более творческому жизненному стилю. Одним из последствий творческого жизненного стиля является то, что человек может ощущать связь с окружающим миром и с близкими, а также собственную глубину при решении жизненных задач, а также принимать всерьез проявления обеих противоположностей, находить творческие решения, которые являются выражением его самобытности.

Творческое развитие проявляется в символе и доходит до сознания с помощью символа. Работа над символом и с символами является сердцевинной юнгианской психотерапии.

В этой книге я стараюсь показать сущностные аспекты юнгианской психотерапии в контексте того, каким образом можно обращаться с символами. Я также покажу, как клинические размышления взаимосвязаны с теоретическими концепциями. Для меня особенно важной является взаимосвязь формирования символа с аналитическими отношениями, переносом и контрпереносом.

Наблюдение за символическим процессом и его поддержка, восприятие переноса и контрпереноса и их проработка не являются конкурирующими техниками в терапевтическом процессе. Они переплетаются друг с другом, так же, как процесс индивидуации является не только внутриспсихической интеграцией, но и выстраиванием отношений. Вот почему именно в современных условиях мне представляется важным обратить внимание на то, что человек устроен символически, что существуют не только факты. Факты влияют на нас, и мы реагируем на них в нашем внутреннем мире, но верно и обратное: психический опыт в значительной мере определяет то, каким мы видим мир.

Я очень рада, что этот базовый текст переиздается с изначальными цветными иллюстрациями, и я сердечно благодарю Кристиану Нойсен и издательство «Патмос» за эту идею.

Санкт-Галлен, апрель 2016

Верена Каст

АСПЕКТЫ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ЧЕЛОВЕКЕ

Создание психологической теории начинается с формирования представления о человеке. Юнг видит человека тем, кто должен как можно полнее проживать процесс индивидуации, то есть должен стать тем, кто он есть на самом деле. Такова задача человека, таковы способности человека, но в то же время это является основой теории терапевтического процесса. Юнговская психология примечательна представлением о человеке, при котором его видят существующим во всевозможных взаимосвязях, имеющих смысл, и пребывающим в творческой трансформации, а отсутствие такой трансформации переживается как тягостное. Кроме того, человек должен понимать себя так, что все происходящее обладает не только явным, но и скрытым измерением, и поэтому остается таинственным. Чувственная реальность всегда взаимосвязана с духовной реальностью.

ПРОЦЕСС ИНДИВИДУАЦИИ

Под процессом индивидуации понимают диалог в ходе противостояния сознания и бессознательного. Сознательные и бессознательные содержания объединяются в символах.

Цель процесса индивидуации состоит в том, чтобы стать тем, кем мы на самом деле являемся. «Стань тем, кто ты есть», — говорил уже Пиндар, так что эта идея не нова. Аристотель подчеркивал, что каждое сотворенное существо несет в себе образ, присущий лишь ему, и жизнь должна приблизить его к этому образу самого себя. Это значит, что данная нам полнота жизненных возможностей станет во многом доступной для проживания; и то, что нам дано — и, вероятно, только нам — проявится в нас.

В этом смысле процесс индивидуации является процессом дифференциации: должны найти свое выражение особенности человека и его уникальность. При этом очень важно принимать себя — вместе со всеми вытекающими из этого возможностями и трудностями. Трудности являются сущностными: во многом наши особенности состоят из трудностей. Принятие себя вместе со своими возможностями и трудностями — это фундаментальная добродетель, которая может воплощаться в процессе индивидуации.

С процессом индивидуации часто сопоставляют образ дерева: семя попадает в землю и должно стать тем деревом, которое в нем «заложено», должно взаимодействовать со своим местом, с погодой, климатом, и так далее. Если подумать, то ведь шероховатости и покоренность, изгибы деревьев являются в них чем-то характеристическим.

«Стать тем, кто ты есть», «стать той, кто ты есть» ни в коем случае не означает стать «гладким», гармоничным и «отшлифованным», напротив, это значит все больше воспринимать себя таким, какой есть, воспринимать то, что соответствует собственной личности, вместе со всеми своими «углами» и «краями». В этом смысле процесс индивидуации — это процесс приближения к себе. Ведь, в конечном счете, мы не знаем, кто мы есть, и аналитик этого не знает. Любое приближение, каждая трансформация, которую мы переживаем, при необходимости могут быть откорректированы, являются преходящими.

Еще один аспект процесса индивидуации — более практический, но столь же важный и переплетенный с задачей становления собой — нацелен на достижение большей автономии. Человек должен стать отдельным существом, отделиться от родительских комплексов и, соответственно, от коллективного, от норм и ценностей общества, от ролевых ожиданий, от того, «что скажут люди». Стать самим собой также означает обрести свой «голос».

В рамках юнговской философии картина мира также вбирает в себя представление о том, что внешнее является внутренним, а внутреннее является внешним. Поэтому мы должны освободиться не только от захваченности коллективными ценностями, нормами и ролевыми ожиданиями, которые мы интернализировали в нашу

персону, но и от захваченности бессознательным — и осознанно вступить в отношения с ним. Нас не должны определять ни бессознательное, ни ценности, которые имеются в обществе. Освободиться от захваченности бессознательным означает, например, не позволять себе не замечать, что какой-либо архетип просто определяет нашу жизнь.¹

Приведу один *пример*: мужчина сорока двух лет был «взят в оборот» архетипом героя. Он повсюду и сразу хотел быть героем и чувствовал себя плохо, если не мог им быть. Ему говорили, хваля или порицая, что он всегда очень сильно геройствует. Ему всегда поручали очень много работы, потому что он никогда не жаловался и хорошо со всем справлялся. Ему часто снились герои. Со временем он сам понял, что его жизнь в основном определялась тем, что он должен быть героем. Во многих жизненных ситуациях он стал задаваться вопросом, имеет ли смысл быть в них героем — для него и для дела. Начался диалог между Я и его геройской стороной. Геройская сторона в человеке — не просто нечто проблематичное. Скорее, нужно определить место этого аспекта в жизни, где он имел бы смысл. Такой процесс стал бы отделением от бессознательного. Такое отделение не означает, что бессознательное перестанет оказывать свое прежнее влияние, но, по крайней мере, мы сможем вступить в отношения с этим аспектом и он перестанет просто определять нас.

Таким образом, рассматривая сознание и бессознательное в их взаимосвязи, Юнг видит человека полно проживающим процесс индивидуации, который происходит в терапии; человек должен стать тем, кто он есть на самом деле, и все меньше определяться силами коллективного бессознательного. На место такого влияния извне заступают диалоги между сознанием и обществом, между сознанием и бессознательным. В процессе индивидуации это в дальнейшем приводит к большей автономии — хоть и не навсегда.

С одной стороны, Юнг описывает процесс индивидуации как внутренний субъективный процесс интеграции — человек находится в этом процессе и узнает все больше своих сторон,

¹ Jung, Zur Empirie des Individuationsprozesses, in GW9 I §530 (названия переводов работ Юнга на русский язык см. в списке литературы — *прим. перев.*).

вступает с ними в контакт, увязывает их с образом себя — например, возвращая себе свои проекции. С другой стороны, Юнг говорит, что процесс индивидуации — это межличностный, интересубъективный процесс отношений, «...поскольку отношения с Самостью в то же время являются отношениями с людьми, и взаимосвязи с ними не возникает, если до этого человек не установил взаимосвязи с собой».² Или: «Человек без отношений с другими не целостен, поскольку целостности можно достичь только через душу, которая, в свою очередь, не может существовать без другой своей стороны, которую находит в «Ты»».³

Процесс индивидуации одновременно является процессом внутренней интеграции и внешними отношениями, поэтому в юнгианской терапии символы интерпретируют на субъектном и объектном уровнях. Например, если в сновидении встречается авторитетная фигура, то ее можно рассматривать как внешний авторитет, который в сновидении подчеркнут определенным образом. Тогда наше поведение в сновидении может сообщать о том, как именно мы ведем себя в повседневной жизни с такими авторитетными людьми. Это является толкованием на объектном уровне. При толковании на субъектном уровне такой авторитет считают внутренним образом, аспектом самого себя и, соответственно, собственной авторитарностью. Если не упрощать подход Юнга, то я полагаю, что необходимо интерпретировать обоими способами. Процесс индивидуации ни в коем случае не должен вести к тому, что люди становятся одиночками, наоборот, он должен делать людей более общительными и сотрудничающими. По Юнгу, «процесс индивидуации приводит к осознанной человеческой общности, потому что он делает более осознанным бессознательное, общее для всех людей и взаимосвязывающее их. Индивидуация — это становление единства с собой и в то же время — с человечеством, которому мы принадлежим».⁴ Иными словами, происходит не только развитие автономии, с ним всегда рука об руку идет развитие способности быть в отношениях.

² Jung, Die Psychologie der Übertragung, in GW 16 §445.

³ Там же §454.

⁴ Jung, Die Psychotherapie in der Gegenwart, in GW 16 §227.

Индивидуация — это цель. Становление целостным — это утопия, и мы можем, в лучшем случае, быть на пути к нему. Пока жизнь длится, путь к цели наполняет ее тем или иным смыслом.⁵

САМОСТЬ

Если мы обратим свое внимание на Самость, то станет ясно, что за процессом индивидуации стоит утопическая цель. За становлением собой стоит как раз Самость. Индивидуацию понимают, как становление единством с самим собой и становление собой. Юнг говорит, что Самость — а для него это самый главный архетип — это ориентирующий принцип, таинственный *spiritus rector* (движущая сила — лат.) нашей жизни, который воздействует таким образом, что мы существуем и развиваемся.⁶ Юнг говорит о влечении к становлению собой. Самость воздействует на нас как априорный принцип, придающий форму и управляющий тем, как выстраивается эго-комплекс. Далее Самость рассматривается как причина саморегулирования психики: по Юнгу, психическая система является саморегулирующейся системой, так же как живое тело. Он видит эту саморегуляцию, прежде всего, в том, что в бессознательном возникают закономерные реакции на односторонности сознания, и поэтому сохраняется целостность всей структуры, однако при этом человек также способен трансцендировать свою текущую позицию.⁷ Самость является основой и истоком индивидуальной личности и объемлет ее в прошлом, настоящем и будущем.⁸

По Юнгу символы Самости возникают в глубине тела и поэтому выражают в себе как нашу материальность, так и структуру воспринимающего сознания.⁹ Символически Самость также очень часто проявляется в образах, соединяющих противоположности, зачастую — в символе любящей пары. Именно этот

⁵ Jung, Die Psychologie der Übertragung, in GW 16 §400.

⁶ Jung, Die alchemistische Bedeutung des Fisches, in GW 9 II §257.

⁷ Jung, Die transzendente Funktion, in GW 8 §159.

⁸ Jung, Die Konjunktion, in GW 14 II §414.

⁹ Jung, Zur Psychologie des Kindarchetypus, in GW 9 I §291.

символ кажется мне крайне важным, поскольку в нем выражено переживание любви, целостности, соединения противоположностей, страстной тоски по безграничности.¹⁰ Мы снова и снова замечаем, что люди едва ли могут различить тоску по любви и тоску по Самости. Когда мы захвачены любовью, к этому состоянию добавляется еще одна страсть, выходящая за пределы любовных отношений. В таких ситуациях констатируется Самость. Также она может быть представлена абстрактными символами, такими как круг, шар, треугольник, крест, то есть фигурами, указывающими на целостность, которые, по сути, могут содержать в себе множество различных противоположностей, каким-то образом уживающихся между собой.¹¹ Когда нам становится доступно переживание архетипических образов Самости, у нас складывается впечатление, что мы задуманы абсолютными. У нас также появляется ощущение собственного центрирования, переживание неопровержимой собственной идентичности, переживание судьбоносности той жизненной ситуации, в связи с которой переживается символ Самости. В течение всего процесса индивидуации присутствует такая утопия как инкарнация, то есть воплощение Самости в жизнь.

Однако Юнг говорит еще об одном уровне Самости. До сих пор я говорила о Самости, которую можно обозначить как «собственная самость», то есть, то, что может стать моей целостностью, чем я могу стать в течение жизни, что может развернуться во мне, если я смогу позволить себе как можно больше. Отношения Самости и эго являются взаимозависимыми: за развитием эго стоит Самость — Самость, сильно превосходящая эго-комплекс; однако Самость может осуществляться в реальной жизни только через эго.

Юнг также говорит о той «Самости», которая является вечным или универсальным человеком внутри нас, попросту *человеком*, «круглым, то есть, полным человеком начала и конца времен, причиной и целью человека» как такового.¹² Это значит, что самореализация и работа над собой являются не толь-

ко личной необходимостью, которая может приносить умиротворение и осмысленность, за этим можно видеть и стремление к человечности как таковой.

В своей последней работе «*Mysterium Coniunctionis*» Юнг упоминает в связи с Самостью, как антропосом, еще один этап индивидуации. В этом он опирается не на собственный опыт, а на труды алхимика Герхарда Дорна. Я расскажу здесь, как он мыслил, потому что считаю, что по ним можно хорошо понять, каким, собственно, образом Юнг видел мир и человека. Алхимик Дорн полагал, что целостный человек может быть связан еще и с *unus mundus* (единым миром — *лат.*), то есть с потенциально целым миром первого дня творения. Однако это значило бы, что Самость, которая изначально является интрапсихическим центром и обладает большой силой саморегуляции и самоцентрирования, также может переживаться как единение с космосом, с целым. В этом отчетливо проступают черты утопии, в которой речь идет о том, что все более осознающий человек может быть «связан» со всем космосом, или, наоборот, весь космос может переживаться в человеке. Человек может влиять на космос, и, с другой стороны, космос влияет на человека. Таким образом, все живое понимается как единый организм. Благодаря экологическому движению эта идея, значимая в эпоху Возрождения, сегодня вновь «встает на ноги» внутри нас: космос понимают, как единый организм, а человека — как часть этого организма, в котором происходят самые разные взаимодействия. Эта идея целостности и имплицитных взаимодействий стоит, в конечном счете, и за принципом индивидуации; в контексте экологического мышления в ней проявляются мысли о спасении. Идея Юнга состоит в том, что Самость способствует развитию нашего эго-комплекса, а наше эго и сознание дают Самости возможность воплотиться. Воплощение себя могло бы стать процессом спасения.

Индивидуация — это утопия. Смысл утопий состоит в том, чтобы стимулировать нашу страстную тоску, расшевелить нас, дать нам понять, чего же мы жаждем в глубине души. Индивидуацию следует рассматривать как утопию еще и потому, что становление абсолютно целостным, которое снова и снова представляется нам

¹⁰ Cp. Kast, Paare.

¹¹ Jung, Psychologische Typen, Definitionen, in GW 6 §891.

¹² Jung, Die Psychologie der Übertragung, in GW 16 §416.

в воображении, вообще невозможно. Юнг утверждает в письме некоему Рудольфу Юнгу:

В конце концов, каждый где-то застревает, ведь мы все смертны и остаемся лишь частью того целого, которым мы являемся. Целостность, которой мы можем достичь, очень относительна.¹³

Терапевтический процесс, понимаемый как процесс индивидуации, состоит, по сути, в том, чтобы в сфере активных психических содержаний сознание и бессознательное были связаны одно с другим с помощью символов. Благодаря такому символизированию становится возможным творческое развитие личности.

¹³ Jung, Briefe III, S. 24.

АСПЕКТЫ СИМВОЛА

Для начала я приведу пример того, как предмет становится символом. — В суете уборки женщина теряет обручальное кольцо. Сначала она не может найти его. Женщина думает, что после окончания уборки она уже точно его найдет. Она закончила убираться, но не нашла кольцо. Она взволнована и обеспокоена: не выплеснула ли она его с грязной водой? Она начинает рассуждать: «Что могла бы значить потеря обручального кольца? Как же я скажу об этом мужу?» Она пытается успокоить себя: это всего лишь кольцо! Но ведь это не просто кольцо: это обручальное кольцо! Она боится рассказать об этой утрате мужу, и странным образом у нее возникает чувство вины. При этом она считает мужа очень понимающим.

Случайно к ней заходит подруга. Женщина сразу рассказывает ей, что произошло. Подруга, человек прямой, тут же говорит: «Все ясно: ты только и делаешь, что убираешься, вот и потеряла отношения с мужем».

Женщина задумывается о своих отношениях с мужем, вспоминает, какие чувства, какие ее ожидания были связаны с этим кольцом. Она спрашивает себя, действительно ли ей больше не хочется быть в этих отношениях, не хочется ли ей, так сказать, «выплеснуть» их, как грязную воду. И, конечно, она задается вопросом, почему ей стало так страшно.

Потеря кольца неотделима от его значения. На это также явно указывает страх женщины перед реакцией партнера, которая обычно не вызывала опасений. Это страх того, что она могла потерять или потеряла ту связь и ту целостность в отношениях, которую символизирует кольцо; но даже если купить новое кольцо, то тема расставания уже возникла — а расставание пугает. Поэтому стремление расстаться часто проецируют на партнера — и боятся его реакций, а не собственного порыва к расставанию.

В этот момент другие значения или толкования не приходят женщине на ум, хотя она могла бы подумать, что необходимость нового кольца могла бы выражать желание обновить отношения с партнером, ведь прежнее кольцо уже стало ей явно великовато.

Теперь вся жизнь этой женщины «пропитана» символом «кольца»: другие женщины рассказывают ей, что с их кольцами происходило всякое... Нередко бывает, что кольцо остается в стиральной машине или цепляется за белье, да и вообще, чего только не случается с этими кольцами. Мужчины рассказывают истории о том, как кольцо лежало в жилетном кармане, а потом вдруг его было не найти, потому что, например, они надели другой жилет.

Я выбрала этот пример, чтобы наглядно показать, что при символизации поначалу речь идет о самом обычном предмете — воспринимаемом чувственно, но намекающем на подоплеку, на смысл и на избыток значений, которые поначалу невозможно заметить. Этот обыденный предмет и его значение неотделимы друг от друга. Кольцо является обычным предметом в нашей повседневности, но также содержит в себе нечто скрытое, то есть смысл, связанный с какой-либо идеей, с чем-то всеобщим или с чем-то абстрактным.

Каждый раз, когда мы вступаем в связь с символами, мы встречаемся с актуальной экзистенциальной ситуацией.

Неотъемлемым от глубинной психологии является то, что в актуальной экзистенциальной ситуации, в повседневной реальности, с которой она связана, всегда задаются вопросом о значении происходящего, а также о том, с чем по смыслу связано происходящее. Такой символический взгляд соответствует представлению о человеке, при котором повседневная реальность человека понимается как нечто укорененное в очень глубоких взаимосвязях; при этом подоплека происходящего влияет на повседневную реальность, а реальность влияет на эти скрытые смыслы.

О ПОНЯТИИ «СИМВОЛА»

Слово «символ» происходит от греческого *symbolon*, «опознавательный знак».¹⁴ Когда в Древней Греции расставались двое друзей, они разламывали монетку, глиняную дощечку или кольцо. Когда один из друзей или кто-то из его семьи возвращался, он должен был предъявить свою половинку. Если она подходила ко второй половине, оставшейся у другого, то его признавали, как друга, и он получал право быть гостем. Совпадение двух половин (*symbállein* — смешивать, соединять) является мотивом во многих романах. Опознавательным знаком также могут служить, например, половинки перламутровой ракушки, которые точно подходят одна к другой.

Этимология этого понятия восходит к тому, что символ есть нечто «соединенное». Только когда нечто соединяется, предмет становится символом, символом чего-то: он может олицетворять собой духовную реальность дружбы, и, выходя за рамки личной дружбы, представлять собой дружбу семей, а также право на гостеприимство. В данном случае — и это верно для любого символа — символ является видимым знаком невидимой реальности идей. Таким образом, в символе всегда видны два уровня: в чем-то внешнем может открыться нечто внутреннее, в видимом — невидимое, в телесном — духовное, в частном — общее. При толковании мы всегда ищем невидимую реальность, стоящую за видимой, и их соединение. При этом символ всегда обладает избытком значений — мы никогда не сможем исчерпать его смыслы.

Символ и то, что он репрезентирует, обладают внутренней взаимосвязью, они неотделимы друг от друга, и в этом состоит его отличие от знака. Знаки — это договоренности, установленные гласно, они не обладают избытком значений, их также можно заменить другими знаками. Например, рассмотрим знак «нож, скрещенный с вилкой», указывающий на ресторан: нож и вилку в качестве знака ресторана можно было бы заменить на тарелку и ложку, если об этом договориться. Знак не выражает ничего скрытого, речь идет о простой функции замещения, об

¹⁴ Здесь и далее ср. ключевое слово «символ» у Lurker, S. 551 и далее.

указании на что-то. Знаки можно заменять, что и происходит, и приспособлять к духу времени (например, когда-то появился знак «железная дорога»).

В отличие от знаков, символы нельзя заменить один на другой по общей договоренности. Например, возьмем красный цвет — различные цвета, помимо своей основной функции, являются также носителями значений. Мы связываем красный цвет с красной кровью, которую переживаем экзистенциально, поэтому красный получает значение жизни, жизненной силы, страдания, страсти и так далее. Невозможно представить себе конвенциональную договоренность, согласно которой все, что связано со страданием, страстью, теплыми эмоциями, будет символизировать, например, зеленый цвет. Мы не можем, условившись, придать символу новое значение, поскольку это значение непосредственно связано с образом.

Знак является рационально постижимым в гораздо большей степени, чем символ, он обращен к интеллекту и поэтому используется и в математике, и в естественных науках, при обработке информации. Символ является намного более иррациональным, он очень сильно связан с эмоциями и поэтому в большей степени относится к истории культуры, к религии и искусству, и так далее.

Тем не менее, знак может обладать свойствами символа. Возьмем, например, цифру: цифра — это знак, ведь существует договоренность, что двойка обозначает две единицы, то есть количество. Но цифру можно рассматривать и качественно: например, тринадцать является знаком для тринадцати единиц в десятичной системе счисления, но в качественных терминах мы можем сказать, что 13 — это число, предвещающее несчастье. Цифре приписывается содержание, качество. Таким образом, знаки могут легко становиться символами, особенно если мы подходим к миру с символизирующей установкой.

ВОЗНИКНОВЕНИЕ СИМВОЛОВ

Мы переживаем символы в образах сновидений, в фантазиях, в поэтических образах, в сказках и мифах, в искусстве. Символы могут возникать спонтанно и могут быть представлены в образах.

Приведу *пример символа, возникшего спонтанно*. — Во время обсуждения доклада об отношениях в паре один из слушателей рисовал на листке бумаги козла, затем еще одного. Он рисовал их снова и снова, делая это очень энергично. В какой-то момент он откинулся назад и посмотрел на последнего нарисованного козла с довольным выражением лица. Теперь ему кажется, что козел вышел то, что надо.

В ответ на мой вопрос, почему он именно сейчас так увлеченно рисовал козлов, он удивленно посмотрел на меня (как будто только что узнал от меня о том, что делала это), и мы с ним сошлись во мнении, что произошло спонтанное формирование символа. Но символа чего? Символа докладчика? Какого-либо участника дискуссии? Символ вытесненной части доклада? (В докладе осталась незатронутая сфера сексуальности). Конечно, козел мог символизировать самого слушателя в данный момент: возможно, он чувствовал себя капризным и упрямым, как козел. Мы попытались обыграть этот символ и соотнести его с конкретной повседневностью. Вдруг он сказал: «Теперь я понял, откуда это взялось: сегодня утром я видел картинки к сказке про волка и семерых козлят». Я посмотрела на него с недоумением, потому что на рисунке был козел, а не волк. Он заметил это: «А, ну да, вообще-то вряд ли... это же не волк».

Что касается сказки про волка и семерых козлят, то сразу возникает вопрос, почему у козы не было козла и где вообще находится отец семерых козлят. Ведь он-то мог бы защитить своих детей. Я поделилась этими размышлениями с автором рисунка, и он рассказал мне, что утром ссорился с женой — речь шла о том, что он, отец, слишком часто отсутствовал. Теперь ему стало понятно, что символизирует «козел».

Конечно, для него на тот момент, вероятно, существовали разные уровни значений. Но, как правило, мы довольствуемся тем уровнем, который приносит нам эмоциональное облегчение.

Какое-то время символы сохраняют свою важность, и жизнь становится значимой в связи с этими символами. Затем они отступают на второй план, а другие — выходят на первый. Когда люди живут, взаимодействуя с символами, по ним можно реконструировать жизненные истории, причем выясняется, что у символов бывают периоды зарождения, расцвета и увядания.

Символы возникают не только во время длительного психотерапевтического процесса, они могут спонтанно прорываться в тех или иных жизненных ситуациях. Вопрос только в том, ожидаем ли мы этого и обращаем ли на них внимание.

СИМВОЛИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ

Для начала приведу *пример*: женщина очень хочет вставить в свое обручальное кольцо бриллиант. Это символическое действие. Пара пережила тяжелый кризис, они ходили на психотерапию, которая продвигалась очень тяжело — и под конец выяснения отношений обоим стало ясно, что они хотят и дальше жить вместе (не просто из формального компромисса или потому что так удобнее, а потому что они действительно важны друг для друга). И вот жена сказала: «Теперь я хочу вставить в обручальное кольцо бриллиант».

Это желание было символическим в очень большой степени, но муж ответил на это: «Вечно тебе хочется чего-то материального».

Муж хуже понимал символы и символические жесты. Для него это желание означало лишь то, что ему снова придется платить, если эти отношения продолжатся. Он переживал это желание как новую версию старого паттерна отношений и не замечал его символического содержания: «Обновить обручальное кольцо, обновить союз — с помощью «звезды»», — как выразилась его жена. Для нее это означало выход из тьмы, обретение «звезды» заново, осмысление старых отношений «в свете новой звезды».

Этот пример наглядно показывает, что в символе можно видеть лишь конкретный предмет. Если это происходит в рамках психотерапии, задача терапевта состоит в том, чтобы привнести эмоциональное отношение к символу, указать на скрытое в нем. Совершенно бессмысленно утверждать, что человек не способен пони-

мать символы, не попытавшись приблизить его к символическому смыслу. Конечно, бывает и наоборот: есть люди, которые во всем видят символы. Символы обращаются не столько к нашему интеллекту, сколько к целостному мышлению, к взаимосвязям с невидимой реальностью, которая нас трансцендирует. У человека, который допускает существование лишь того, что видимо, возникают большие сложности с символами и символическим мышлением; он пытается любой символ сделать знаком.

УСТАНОВКА НА СИМВОЛИЗИРОВАНИЕ

Существуют символы, которые нам навязывает жизненная ситуация; символы, которые мы воспринимаем как образы сновидений; фантазии, перед которыми мы беззащитны. Но, как показывает следующий пример, существует и такая активность эго как установка на символизирование.

Пример установки на символизирование: мужчина ведет машину и в то же время разговаривает со своей партнершей о своих профессиональных планах. Он увлеченно говорит и эмоционально ведет машину. Движение становится все плотнее, он продолжает говорить, затем начинает ругаться. Они встают в пробке: «Ну, все, теперь мы застряли надолго. Какого черта опять садиться за руль, если известно, что застрянешь надолго». Вдруг он задумался и сказал: «Как же я не понял, что это же символ! Теперь мне совершенно ясно, что это значит: если я буду делать все на работе по-прежнему, то в итоге я «встану в пробке», застряну, мы застрянем — в наших отношениях — потому что у нас не будет больше свободы передвижения. Это очень мерзко».

«Пробка» на дороге имела для него смысл — обратить внимание на то, что планы, который он строил, могут также нести в себе некоторую опасность.

Символизировать — означает искать смысл, стоящий за конкретной ситуацией. Получается, что конкретная повседневность всегда обладает скрытой стороной и всегда связана с нами самими. Многие заходят в этом слишком далеко, особенно если человек размышляет, что хорошего должен принести ему символ. Символ

обладает аспектом, указывающим на будущее, но, как правило, этот аспект слишком сильно скрыт, чтобы напрямую сообщать человеку, чем для него полезна данная ситуация.

Однако встает вопрос, все ли конкретное обладает неким скрытым значением. «Пробка», безусловно, является символом «узких мест», которые мы, люди, сами себе создаем. Вопрос состоит только в том, не больше ли смысла в том, чтобы рассматривать коллективные ситуации как символы коллективных проблем, а также считать себя самого в такой ситуации «вписанным» вместе с тематикой своей жизни в коллективную ситуацию, и стремиться к изменениям в данном контексте. Вопрос о скрытом значении — это и вопрос о смысле. Юнгианскую психологию снова и снова упрекают в том, что она «одержима смыслом». Установка на символизирование и в самом деле является сердцевинной юнгианской психотерапии, а также находит свое выражение в теоретической концепции о толковании на объектном и субъектном уровнях и в идее о том, что внешнее есть внутреннее; то, что есть в макрокосме, есть и в микрокосме. Однако установка на символизирование совершенно естественна для людей. Например, если мы стоим у моря, то обычно сначала воспринимаем море всеми доступными нам чувственными способами; возможно, мы также воспринимаем, какие эмоции мы при этом переживаем. Потом, чаще всего, мы думаем, что море — не просто вода, что оно передает нам, например, переживание «бесконечности». Нас начинает занимать тема «Я и бесконечность» или «Я и вечные ритмы приходящего и уходящего». Если продолжать наблюдать за морем, то психика начинает ощущать и другие аспекты, и, в конце концов, мы довольно много сможем сказать о море.

При такой установке на символизирование речь идет о процессе проецирования: мы проецируем наше бессознательное на наблюдаемую реальность. Но мы не проецируем что угодно, мы проецируем только темы, которые внутренне взаимосвязаны с нашим существованием, те, которые соответствуют символу. «Символизировать» означает обращаться к наблюдаемой реальности и задаваться вопросом о скрытой реальности, и, с другой стороны, — рассматривать наблюдаемую реальность в «зеркале» неизвестной нам скрытой реальности.

ПОДАТЛИВОСТЬ СИМВОЛУ

Чтобы по-настоящему переживать символы как символы — в конечном счете, все зависит от переживания — а не видеть в них лишь знаки, мы должны быть готовы к тому, чтобы «впустить» их в себя на эмоциональном уровне.

Чтобы показать, как это происходит, я приведу *пример того, как зарождается готовность «впустить» символ в себя*. — Мужчина (35 лет) находится в психотерапии; однажды он рассказал сон: «Мне приснился кусочек сна про ребенка лет семи, который плакал. Во сне я был нетерпелив — он должен был прекратить плакать». Как бы между прочим он заметил, что этот фрагмент сна ничего не значит, ведь все так и есть, дети всегда плачут, поэтому он и не хочет их иметь. Он не женат. Про свое сновидение он больше и знать ничего не хотел.

Поначалу сновидец не установил никаких отношений с символом, и конечно, это пришлось делать мне. Если бы у него были дети такого возраста, можно было бы задаться вопросом, не обращается ли он с ними столь же нетерпеливо. Возможно также, что по соседству с ним у кого-то был ребенок лет семи, который постоянно плакал.

Для того чтобы вступить в контакт с символом, сначала нужно расспросить и подумать о конкретной жизненной ситуации, и лишь потом задумываться о подоплеке.

Так что же олицетворял собой этот ребенок? Собственное детство сновидца и/или идею бытия ребенком? Связь сновидца с его детством я установила, задавая вопрос: «А каким Вы были ребенком, когда Вам было лет семь?»

Он: Ну, знаете... я был очень плаксивым мальчиком, даже мальчиком-то не назовешь. Давайте лучше не будем об этом.

Я представила себе этого мальчика и сформулировала: «Могу себе представить, что Вы были таким немного хмурым ребенком. Ему так и хочется купить мороженое».

Он: Вам нравятся мальчики, которые плачут?

Я: Они вызывают во мне желание утешить их и развеселить.

Он: Ах вот как!

Эти вопросы и моя фантазия побудили его почувствовать в себе этого семилетнего ребенка, а также почувствовать, что этот ребенок есть в нем и сейчас.

На протяжении нескольких недель мы старались оставаться в контакте с этой его стороной, и это стало возможным благодаря тому, что я сопереживала семилетнему мальчику, которым когда-то был анализанд. Так мы вошли в контакт с символом.

Когда мы вступаем в отношения с символом, то все, что с ним связано, вдруг оживает. В случае с «ребенком» как символом ожидают воспоминания: каким я был ребенком? Как было то или это, когда я был ребенком? Как я обращаюсь с собственными детьми? При этом пробуждается и то жизненное ощущение, которое было у человека, когда он был ребенком: у меня еще есть будущее, оно впереди, оно ждет, пока я вырасту. Однако этот символ подразумевает не только собственное детство, это еще и символ открытости будущему, воли к жизни, постоянного обновления. Даже если мы знаем, что мы уже взрослые и многое для нас предопределено, «ребенок» как символ передает нам жизненное ощущение становления чем-то новым, прорыва к чему-то и угрозы этому прорыву. Переживать такое жизненное ощущение особенно важно тем, кому в жизни приходится тяжело.

Символ, которому активно поддаются, может оживить целую палитру психических переживаний — от воспоминаний до ожиданий — но это происходит, только если мы эмоционально вступаем с ним в контакт. Если же контакта нет, то можно пролистать хоть всю мифологию, приводить любые примеры мифологемы «божественного ребенка» — воздействие всего этого будет небольшим. Но даже в таком случае понятно, что, по меньшей мере, приснилось очень важное сновидение, и это уже окажет некоторое воздействие: при этом передается чувство, что внезапно в жизни произошло что-то важное. Но вся та сила влияния, которая содержится в символе, энергия, которая в нем «связана», может высвободиться, только если мы сможем поддаться ему эмоционально.

Если же символ стал значимым или удалось эмоционально ему поддаться, то сначала нас занимает многозначность символа. Невозможно сформулировать простое и точное соответствие символа

и его значения. Даже если одно из толкований кажется нам очевидным, то есть было найдено относительно однозначное соответствие, в голову могут прийти и другие толкования, также почти очевидные, или другой человек найдет символу иное толкование. Все это типично для символов.

Символы — это категории «сгущения»: символ «связывает» в себе целый ряд ассоциаций, но в связи с потребностью в определенности это вызывает у нас раздражение, а в связи с потребностью в тайне и наполненности смыслом это переживается как сокровище.

Однако в связи с символом также оживают воспоминания из тех сфер нашей жизни, о которых мы не хотели бы помнить, и ожидания, которые нас пугают, потому что они не соответствуют тому образу себя, который мы выработали. Поэтому поддаваясь символам и обдумывая их, необходимо принимать во внимание защитные механизмы психики.

Несмотря на эти трудности и защитные механизмы, бесспорно, если символ стал для нас эмоционально значимым и интересует нас, то мы замечаем его каждый раз, когда он попадает в литературу, в разговорах, в искусстве, и т. п. В свете ожившего символа мы начинаем вспоминать что-то из нашей жизненной истории, в связи с символом нам становится видна большая часть прошлого — и не только нашего личного прошлого, но и прошлого человечества, которое нам знакомо из мифологии, сказок, искусства, литературы. Возникновение символа также всегда связано с ожиданием и даже с надеждой, надеждой — вопреки доводам рассудка — на то, что нам откроется новое и настанет лучшая жизнь.

ФОРМИРОВАНИЕ СИМВОЛА КАК ПРОЦЕСС

Даже если «всплывает» важный символ, его редко воспринимают и переживают как внезапное великое озарение; гораздо чаще символ приближается к сознанию в ходе процесса символизации.

Чтобы это проиллюстрировать, я приведу в пример *серию образов* одной сорокадвухлетней женщины. В основном эти рисунки возникали вне терапевтической ситуации; они указывали на *процесс формирования символов в связи с проблемами в материнской*

сфере. Я познакомилась с этой женщиной на недельных семинарах по сказкотерапии. В период между тем семинаром, о котором я говорю, и предыдущим у этой женщины умерла от рака старшая сестра. Эта утрата вызвала у нее тяжелый кризис идентичности, который достиг своего максимума в вопросе: «Должна ли я теперь стать такой же женщиной, какой была моя сестра?» Из-за смерти сестры эта женщина стала депрессивной.

Когда переживание утраты вызывает скорее депрессию, чем горе, всегда встает вопрос, не склонен ли человек в целом к депрессивному настрою. Похоже, это подтверждается одним из рисунков, который эта женщина нарисовала года за два до той ситуации (рис. 1).

Рисунок передает мрачное настроение: в центре находится темная женщина; рядом с ней ворон — символ меланхолии, а также глубокой мудрости и мистики. Рисунок ориентирован горизонтально, что может говорить о проблематичных отношениях с миром — если человек находит себе в мире «горизонтальное» положение, значит, он принижается перед ним. Бросается в глаза высота небес по сравнению с узостью земли, на которой можно жить. Таким образом, картина передает стремление к духовному, которое кажется мощным и мрачным. Женщина выглядит безликой, на деревьях нет листвы, картина производит впечатление психической «зимы».

За деревом, под которым сидит женщина, собираются облака, и взгляд наблюдателя задерживается на мрачной туче. Женщина выглядит центром какой-то проблемы. Группа деревьев слева, в области, которую мы отводим коллективному бессознательному¹⁵, передает впечатление, что оттуда ожидается стабилизация жизни, то есть, изнутри, а не вследствие активной внешней жизни.

Мы можем исходить из того, что эта женщина всегда была подвержена мрачным настроениям, и явно восприняла смерть сестры как смерть какой-то части ее самой. Ей необходимо было пройти через процесс трансформации, которым обычно бывает горевание, чтобы снова стать самой собой.¹⁶ И вот эта женщина пришла на семинар, на котором мы рассматривали сказку «Лунолобая».¹⁷

¹⁵ Riedel, Bilder, S. 38 и далее.

¹⁶ Ср. Kast, Trauern.

¹⁷ Сказка «Лунолобая» — ср. с иранской сказкой (Kast, Trauern, S. 90).



Рис. 1, 2

В этой сказке речь идет об отделении от хорошей матери, причем «хорошая мать» продолжает присутствовать в виде коровы — символе материнского архетипа, материнского в коллективном виде. Если однажды активизируется «хороший» аспект материнского архетипа, если когда-то человек переживал нечто «хорошее» материнское, то это сохранит свое воздействие и останется доступным переживанию на бессознательном уровне, а также констеллируется во время кризиса и нужды.

В сказке говорится прямо, что корова представляет собой видоизмененную «мать». Корова защищает и утешает дитя, помогает превращениям при противостоянии злодеям. Также очень важной темой этой сказки является исключенность и ее преодоление.

На этих семинарах мы читали сказки вслух и представляли кое-что в воображении. Затем участники рассказывали друг другу, какие места в сказке были для них важны, о своих переживаниях.¹⁸ Женщина, о которой я говорю, не смогла представить «корову» и идентифицировалась с покинутой и исключенной из общества девочкой, противостоящей злой мачехе. Я настаивала на том, что в сказке есть не только покинутая девочка и злая мачеха, но и корова, которая всегда приходит на помощь. Я старалась быть убедительной: «Но ведь в этой сказке есть еще и добрая золотая корова». В ответ женщина нарисовала корову (рис. 2).

Корова в сказке — светло-рыжая, что, естественно, легко наводит на мысль о золоте. Светло-рыжий цвет и золото соотносят с солнечной сферой, сферой познания, в то время как обычные коровы бывают тех цветов, которые характерны для сферы земли. Кроме того, светло-рыжая корова из сказки прямо взаимосвязана с луной на лбу девочки и звездой на ее подбородке. Это указывает на то, что корова будет посредником на пути в более светлую и легкую жизнь, больше наполненную знанием, что позволит преодолеть депрессию.

В отличие от первого рисунка, на втором земля и небо сбалансированы намного лучше. Там, где ранее была группа деревьев, теперь находятся корова и девочка, золотого, рыжего цвета. Настаивая на том, что в сказке есть корова, я указала женщине на символ, который она вытесняла, и способствовала восприятию позитивного аспекта



Рис. 3

материнского архетипа в ее картине мира. Это не значит, что это так и останется, что негативные стороны ситуации преодолены. Поначалу образ коровы вызывал большое сопротивление, однако со временем он становился для автора этих рисунков все более притягательным.

После семинара, ход которого я не хочу здесь излагать, женщина вернулась домой и продолжила рисовать. На определенном этапе семинара мы следовали за девочкой из сказки через разные воды ручья. Она должна была пройти через зеленую воду, потом через красную, затем черную и, наконец, белую. Женщина, идентифицируясь с девочкой, шла по черной воде. Она переживала ее как ужасный поток и ей потребовалось приложить много усилий, чтобы выбраться из этой воды. Это можно понять так, что она находилась в потоке матери как смерти, и встает вопрос, не стремилась ли эта женщина умереть вслед за сестрой. То есть речь идет о том, имеет ли она вообще право жить, раз ее сестра умерла (рис. 3).

¹⁸ Cp. Kast, Märchen als Therapie.

Картины, которые рисуются в нашем воображении очень мучительными, на бумаге становятся конкретнее, доступнее критическому рассмотрению. Можно установить отношения со своей творческой продукцией, дистанцироваться от своей проблемы, рассматривать ее и одновременно прорабатывать. Тогда может быть снята идентифицированность с проблемой, то есть может быть сделан первый шаг к становлению сознания.

В черноту рисунка справа прорывается светло-желтый свет, с той стороны, которую мы связываем с сознанием; еще дано «отверстие» к Ты. Слева внизу еще различимы остатки деревьев — возможно, тех, которые мы видели на первом рисунке. У автора этого рисунка ощущается страх быть уничтоженной. С одной стороны, рисунок как бы вращается, с другой стороны, в нем есть поток, устремленный налево вниз. Передается впечатление как от туннеля, прохода, родового пути, и это относится к теме возрождения, перехода от депрессии к свету. Жизнеощущение все еще омрачено или просто мрачно; здесь снова присутствует вороной цвет. Но черный — это еще и цвет, символизирующий начало, и то, что еще не окончено, и отчаяние. Эта ситуация продолжается в рис. 4.

Художница пишет по этому поводу:

Девочка в черной реке, все черное. Тоннель, в котором поток — черный с серым отверстием; девочка охвачена жутким страхом, что ее снова засосет в черный поток. Но вдруг она видит, как в туннель заглядывает рыжая, золотая корова. Я начала разговор между коровой и девочкой. Корова хотела высвободить девочку оттуда, но это не вышло. Я подумала: раз корова не смогла ее оттуда вытащить, то ей вообще не удастся выбраться.

Пока художница погружалась в символический процесс, происходящее все больше захватывало ее, и она явно идентифицировалась с девочкой и формулировала этот процесс в рисунках и в своем воображении.¹⁹ В центре этого четвертого рисунка находятся корова и девочка; взгляд на корову подобен взгляду в зеркало в глубине. Такая перспектива преобразует весь рисунок. Девочка словно отражается в корове, в облике позитивного материнского. Получается, что чер-



Рис. 4, 5

¹⁹ Ср. Kast, Imagination.

нота отчаяния констеллировала и золотую корову. Иными словами, негативный аспект архетипа констеллировал и позитивный аспект в ходе саморегуляции. Однако с переживанием еще ничего не происходит, женщина еще не переживает того, что жизнь может быть не только угрожающей, но и поддерживающей, что есть не только чернота и смерть, но и то, что поддерживает жизнь.

Потом художница вспомнила, что в одной из сказок, которые она прорабатывала, была волшебная палочка, с помощью которой можно было загадывать желание, а вместе с ней могла появиться и надежда, и новая перспектива. Это воспоминание можно считать воздействием позитивного аспекта материнского архетипа, когда художница в мрачном настроении вдруг увидела новую перспективу и вспомнила о существовании волшебной палочки — то есть, о том, что, пока мы живы, всегда существует возможность творческой трансформации. Это воздействие позитивного аспекта материнского архетипа противостоит воздействию негативного аспекта, исходом которого является только смерть. В результате мысли о волшебной палочке женщина вдруг поняла, как девочка может выбраться из туннеля (рис. 5).

Корова ощущает, что так просто девочке не помочь, и превращает ее в теленка. В образе теленка она может выйти оттуда. Будучи теленком, она обретает в корове мать одной крови, а, будучи девочкой, она снова осталась бы одна.

Благодаря «отзеркаливанию», девочка становится теленком. Архетипические образы воздействуют и таким образом, что мы вдруг видим себя в «зеркале» архетипа. В данном случае мы видим не только дитя, которое уносит черный поток, но и ребенка, который приближается к питающей «матери», поддерживающей жизнь. В этой перспективе ощущается причастность к определенной жизненной теме, поэтому женщина могла сказать, что девочка теперь не одна. Девочка трансформируется, так сказать, пока женщина смотрит на нее. На символическом уровне возникает очень тесный симбиоз.

Затем художница сказала, что следующий рисунок сразу же возник в ее воображении (см. рис. 6). Теленок сосет корову, корова облизывает теленка.



Рис. 6, 7

От этого рисунка мне, конечно, очень больно из-за регрессивных желаний, и все такое... Я сама очень удивилась последней сцене, потому что впервые при идентификации с теленком, сосущим молоко, испытала не отвращение, возражения и стыд, а очень приятное чувство, тепло, и почувствовала свою кожу вокруг носа. То, что девочка выбралась из туннеля, для меня важнее, чем чувство стыда.

Линия горизонта на этой картине отодвинута намного выше, здесь намного больше земли, намного больше мира, в котором можно жить. Родовой путь все еще прослеживается; наглядно изображен симбиоз на архетипическом уровне. С одной стороны, художница позволяет себе эмоционально переживать то, что жизнь может быть и питающей, и защищающей, с другой стороны, она стыдится этих регрессивных тенденций, причем они доступны ей только потому, что она идентифицирует себя с теленком, а меня, очевидно, — с коровой. Это означает, что даже тогда, когда такие символические процессы происходят вне терапевтических отношений, они всегда связаны с ситуацией переноса — контрпереноса, как если бы они были инициированы в терапевтической ситуации. Это тем более верно для символических процессов, которые воспринимаются, переживаются и изображаются в ходе терапии. Такие символические процессы невозможно отделить от процессов, идущих в отношениях, даже если последним иногда уделяется мало внимания при описании символических процессов. При работе над символическими процессами мы имеем дело с установками, которые поддерживают или тормозят эти процессы. Защитные установки сознания воздействуют на символизирование. Символический процесс не просто движется на одном уровне от неясного к чему-то более ясному, от хаоса к чему-то имеющему смысл; символические процессы также подвержены влиянию защитных процессов. Кроме того, происходят «откаты» к этапам, которые, казалось, уже были преодолены.

Это видно по еще одному рисунку, который был нарисован опять же в очень темных тонах. Однако с черным цветом контрастирует рыжий цвет теленка, который отходит от черной женщины, и рыжий цвет коровы-матери, которая заглядывает в небольшое отверстие справа.

Возможно, темная архетипическая мать снова констеллировалась в этом рисунке, потому что автор критиковала свой предыдущий рисунок за то, что она колеблется между индивидуальным уровнем переноса, на котором она переносила образ коровы на меня, и символическим уровнем переноса. В таком симбиозе, представленном и переживаемом на уровне архетипических образов, в безопасной, довербальной атмосфере могут быть позволено очень много желания близости, внимательного участия, когда никто никого не использует, никому не нужно стыдиться себя. Если становится заметно, что происходит и индивидуальный перенос, что этот архетипический образ переносится на человека, то активируются все те реакции, которые у нас бывают, когда мы находимся в такой зависимости от другого человека. Поэтому художница испытывала стыд — она обнаружила свое желание реализовать себя в этой благоприятной ситуации, но считает свое стремление неподходящим. Стыд всегда означает, что мы испытываем глубокую неуверенность в своей самости. Мы обращаемся с собой, как с нами обращалась бы стыдящая мать. Это одна из возможных причин того, почему эта темная фигура появилась вновь.

Другая возможная причина состоит в том, что в этой серии рисунков позитивное воздействие материнского архетипа подчеркивалось так сильно, что стала необходимой констелляция противоположности. Невозможно представить себе, чтобы архетипическая материнская сфера проявляла лишь свою светлую сторону; светлая и темная стороны этой архетипической сферы должны идти рука об руку, чтобы жизнь не была ни иллюзорной, ни депрессивной.

Таким образом, в этом рисунке изображена попытка позволить теленку родиться из черной женщины, то есть «откат» назад, чтобы убедиться в том, что нечто новое действительно родилось. Художнице необходимо, так сказать, высвободить теленка, как символ новых позитивных жизненных возможностей, вопреки своим черным мыслям и чувствам.

Как показано на рис. 9, поначалу это не удастся. Черная женщина попадает в поток, текущий налево вниз, рыжий цвет полностью исчез. Весь рисунок сделан в черных тонах и явно отражает течение потока вспять. Однако здесь есть и другое течение, противополо-



Рис. 8

ложное ему, по направлению к отверстию в туннеле или в родовом пути, которое хоть и стало совсем маленьким, но все же показывает, что по-прежнему присутствует открытость другому «Ты». Кажется, художница попала под влияние темного, поглощающего аспекта материнского архетипа, и это означает, что в этот момент она находится в большом отчаянии, очень депрессивна.

В рис. 7 показано, что происходит рождение из тьмы. На рисунке темная и светлая стороны переживаются совместно. Черная женщина выходит на поляну, с ней можно вступить в отношения. Теленок любознательно смотрит на корову, которая как-то связана с черной женщиной! Об этом рисунке художница сказала, что теленку теперь нужно уйти, потому что корова не обращает на него внимания. Весь комплекс одиночества и покинутости закрепляется за теленком, но на мой взгляд, он выглядит не покинутым, а очень задорным. Становится очевидно, что снова прорабатываются проблемы сепарации. Но этот рисунок также показывает, что произошло двойное рождение: сначала теленок родился из света, затем из тьмы. Это означа-

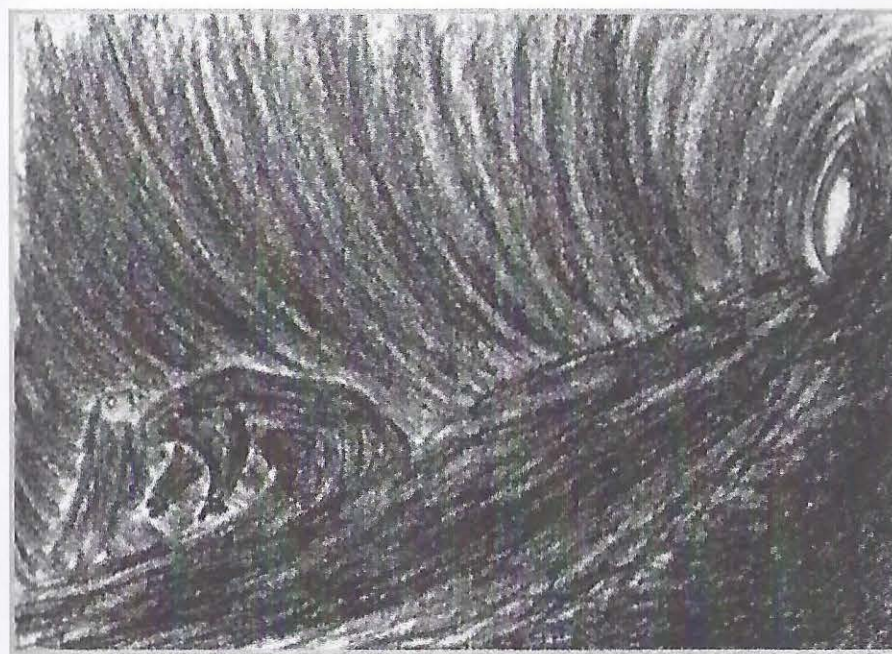


Рис. 9

ет, что архетип матери переживается как в светлом, так и в темном аспекте, то есть жизнь становится возможной, хотя темный аспект тоже существует. Таким образом достигается первая фаза этой проблематики отделения, известная нам по фазе сепарации — индивидуации детей (от 6 до 36 месяцев²⁰). Это значит, что в ходе этого символического процесса был сделан первый шаг к отделению — шаг к автономии, без страха разрушения. Но тема «сепарация» все еще остается актуальной и требует дальнейшей проработки.

В этот период создания этих символических образов женщина попросила о встрече (на создание серии рисунков ушло три месяца), поскольку считала, что в ней происходит важный символический процесс.

Этот пример наглядно показывает, что символы редко становятся доступны сознанию в ходе творческого акта. Как правило, символы приближаются к сознанию в ходе символических процессов, и речь идет о том, чтобы переживать, формулировать и, наконец, интерпретировать эти процессы.

²⁰ Cp. Mahler et al.

Каждый рисунок, представленный здесь, символизирует тот или иной аспект развития; при этом основополагающую роль играют не только защитные процессы, но и перипетии отношений, и ситуации переноса.

Теперь этой женщине доступны переживания по поводу созданных ею рисунков, то есть, так сказать, «передний план», а также по поводу темы как таковой — в ее таинственной связи со скрытыми возможностями жизни, дающими поддержку, недоступными пониманию, но доступными переживанию.

СИМВОЛ И ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЦЕЛЬ

Если символы становятся доступными переживанию в терапевтическом процессе, то мы ощущаем себя более живыми, более эмоциональными; это означает, что происходит противостояние сознания и бессознательного.

В символе выявляются не только специфические актуальные трудности, но и наши совершенно особенные жизненные возможности и возможности развития; в трудностях всегда заложены возможности развития.

Это становится понятно именно в символическом образе: в нем выражены жизненные «зажимы», активированные символом, — зачастую они показаны во взаимосвязи с препятствующими воспоминаниями из прежнего жизненного опыта. Тем не менее, они также поднимают жизненную тему, указывающую на будущее. Символ является, так сказать, поворотным моментом в развитии психики, носителем потенциала творческого развития в терапевтическом процессе. Кроме того, в символе становится доступен переживанию и восприятию процесс индивидуации.

Базовым допущением юнговской психологии является в то, что психика является саморегулирующейся системой, которой присуща тенденция развиваться, быть в движении. Из идеи развития исходит и терапевтическая цель юнгианской психотерапии. Юнг сформулировал ее в 1929 г. следующим образом:

Я стремлюсь воздействовать так, чтобы вызвать такое душевное состояние, в котором пациент начнет экспериментировать со своей сущностью, так чтобы ничто не оставалось навсегда заданным и безнадежно окаменевшим — то есть состояние текучести, преобразования и становления.²¹

Такая утопическая терапевтическая цель хорошо показывает, к чему следует стремиться: чтобы люди перестали быть фиксированными на чем-либо, становились гибкими, учились впускать в свою жизнь многие воздействия и возможности. Мне кажется, что терапевтическая цель, именно так сформулированная Юнгом, является очень вдохновляющим идеальным представлением. Другой не менее важной терапевтической целью можно назвать умение обходиться с «засухами», выдерживать стагнацию, пока не появится действительно что-то новое; выдерживать напряжение без ориентированности на успех.

Оптимистическая формулировка терапевтической цели, сделанная Юнгом, объясняется изначальной эйфорией первооткрывателя. Нам, его последователям, приходится несколько труднее. Сегодня мы мыслим конкретнее и, возможно, несколько скромнее. Однако и нашей целью терапии остается умение творчески обходиться с собственной жизнью, быть «в пути», а также работать с периодами стагнации и, прежде всего, уметь договориться и прийти в согласие с собой как с тем, кто находится в процессе становления, со всеми нашими угловатостями и крайностями, которыми мы обладаем, из которых состоим. Также нашей целью является умение взять на себя риск быть собой — и это тоже содержится в юнговском определении. Фромм формулирует это еще более радикально: «Существуют люди, которые еще не родились, а человек все-таки должен родиться, прежде чем умереть».²² По Фромму, «рождение» происходит благодаря креативности.

²¹ Jung, Ziele der Psychotherapie, in GW 16 §99.

²² Ср. Fromm, S. 53: «Быть творческим означает рассматривать весь жизненный процесс как процесс рождения, а не видеть каждую стадию жизни финальной. Большинство людей умирают, не успевая по-настоящему родиться. Быть творческим означает родиться до того, как умереть».

Творческое развитие, ведущее к этой терапевтической цели, выявляется в символе и с его помощью привносится в сознание. В работе «Трансцендентная функция» 1916 г.²³ Юнг много пишет о формировании символов. Он описывает, как бессознательные и сознательные тенденции, которые вполне могут противостоять друг другу, проявляются в символе, который является третьим; что символ может трансцендировать противоположные позиции сознания и бессознательного. В соответствии с мышлением, типичным для глубинной психологии того времени, Юнг энергично описывает этот процесс: когда противоположности сталкиваются друг с другом, когда интенции сознания и бессознательного вступают в противоречие, психодинамика замирает. Затем психическая энергия заряжает какой-либо бессознательный образ, который объединяет в себе обе позиции. В дальнейшем этот образ проецируется на актуальную жизнь и тем самым выявляется, какие тенденции противостоят друг другу. Противостояние тенденций мы обычно переживаем как напряжение.

В 1916 г. Юнг описал процесс формирования символов так, как сегодня описывают творческий процесс в принципе, особенно его фазу инкубации. Эта фаза является второй в творческом процессе. Творческий процесс начинается с первой фазы, когда мы пытаемся решить проблему прежними способами, но это не удается. Затем мы собираем большое количество информации, чтобы все-таки найти решение. В какой-то момент мы сдаемся, потому что знаем — все эти усилия не ведут к цели. Начинается фаза инкубации. Прекращаются концентрация и напряжение, на место осознанной концентрации заступает оживленное бессознательное. Сознательно мы чувствуем себя фрустрированными, тревожными, недовольными, мы цепляемся за нагромождающиеся фантазии, вспоминаем сновидения. Признаки этой инкубационной фазы можно заметить даже тогда, когда нам приходится принимать решения по мелочам: вдруг мы ощущаем, что вообще не знаем, на что нам решиться, чувствуем себя фрустрированными и сердитыми на самих себя, заметно снижается наша самооценка. В повседневной речи инкубационную фазу сопровождают такие высказывания как: «Во мне

что-то бродит» или «Во мне что-то копится, но я никак не могу ничего решить, ничего не могу сделать». И вдруг приходит идея, как мы можем поступить.

За инкубационной фазой творческого процесса следует фаза инсайта, озарения. Оно может стать доступно сознанию в виде символа.

Описание творческого процесса²⁴ полностью совпадает с тем, как Юнг в 1916 году описал процесс формирования символа. В конечном счете идея о том, что человек становится собой благодаря работе с символами, состоящей из маленьких актов творчества, тоже принадлежит Юнгу.

Процессуальные изменения в психике как в саморегулирующейся системе²⁵ способствуют трансформации эго-комплекса и тем самым воздействуют на переживания без утраты особенностей исходной личностной идентичности. Эти изменения привносятся в сознание с помощью символов и процесса их формирования, однако было бы неверно уделять в ходе этого процесса внимание лишь моменту рождения символа. При сравнении с творческим процессом обнаруживается, что наряду с тем, что суть символического процесса заключается в появлении новой идеи и переживании нового жизнеощущения, длительному процессу выдерживания неизвестности и фрустрации предшествует процесс тяжелого противостояния сознания и бессознательного. Такое «замкнутое» утверждение Юнга о том, что психика является саморегулирующейся системой, не является верным. Психика представляет собой саморегулирующуюся систему, лишь если эго-комплекс является достаточно когерентным. Я затрону эту тему более подробно в главе «Аспекты эго-комплекса».

²⁴ Cp. Matussek.

²⁵ Jung, Die transzendente Funktion, in GW 8 §159 f.

²³ Cp. Jung, Die transzendente Funktion, in GW 8 §131 ff.

АСПЕКТЫ КОМПЛЕКСА

Символы являются поворотными моментами в ходе развития человека. В них сгущаются экзистенциальные темы, затрагиваются вопросы развития, с которыми всегда связаны и вопросы препятствий развитию. Мы понимаем это, когда думаем о том, что в символах отражаются комплексы. Юнг говорит, что комплексы развивают своеобразную фантазийную активность; во сне фантазия приходит в виде сновидения, а при бодрствовании мы продолжаем мечтать на периферии сознания «в силу вытесненных или еще каких-либо бессознательных комплексов».²⁶

Уже в 1916 г. Юнг указал на эмоционально окрашенные содержания, которые являются отправной точкой для имажинаций — для формирования фантазий, цепочек образов и так далее; то есть отправной точкой для формирования символа. Эти комплексы являются энергетическими центрами, они выстроены вокруг аффективно окрашенного ядра смысла. Вероятно, они активируются при болезненном столкновении индивида с каким-либо требованием или событием в его окружении, к которому он еще не готов. Каждое такое событие толкуется через призму комплекса и еще больше усиливает его. Оттенок чувства, та эмоция, которая выражает этот комплекс, сохраняется и усиливается.²⁷ Таким образом, комплексы указывают на те аспекты личности, которые предрасположены к кризису. Но комплексы, как энергетические центры, активны и находят свое выражение в эмоциях, а также определяют значительную часть психической жизни человека. В комплексах содержится многое из того, что препятствует индивиду в развитии его личности, но в них также заложены и зачатки жизненных возмож-

ностей.²⁸ Эти творческие зачатки выявляются, когда мы принимаем существование комплексов и позволяем фантазии исчерпывать их, в том числе в символах. У каждого из нас есть комплексы — они являются выражением жизненных тем, одновременно являющихся жизненными проблемами. Они составляют психическую диспозицию, которой никто не может избежать. Таким образом, символы являются не только выражением комплексов, но и местом переработки комплексов. Комплексы невидимы, а переживанию доступна лишь та эмоция, которая им присуща; видимыми являются стереотипные способы поведения в сферах, подверженных влиянию комплекса. В символах проявляются комплексы — благодаря фантазии; где есть эмоции, там есть и образы. В символах, в ходе фантазирования комплексы как бы истощаются.²⁹

В целом про комплекс³⁰ можно сказать следующее: комплексом (от *лат.* *complexus* — охват, сочетание, объятие) называют содержания бессознательного, которые связаны между собой одинаковой эмоцией и общим ядром смысла (архетипом), и которые до определенной степени могут замещать друг друга. Каждое аффективно заряженное событие может в дальнейшем стать комплексом. Комплексы формируются не только значительными травматическими событиями, но и постоянно повторяющимися мелкими происшествиями, которые нас задевают. Если к этим содержаниям бессознательного обращаются на уровне эмоций или на уровне смысла, то активируется (констеллируется) общность всех этих бессознательных «узелков» вместе со связанными с ними эмоциями, возникавшими на протяжении всей жизненной истории, и неадаптивными способами поведения, возникшими на их основе и происходящими стереотипно. Этот процесс разворачивается автономно до тех пор, пока комплекс остается бессознательным. Чем сильнее эмоция и больше ассоциативное поле, тем сильнее комплекс, тем больше другие силы оттесняются на периферию или вытесняются. Силу комплекса можно выявить с помощью ассоциативного эксперимента, разумеется, только относительно других комплексов,

²⁶ Jung, Die Probleme der modernen Psychotherapie, in GW 16 §125.

²⁷ Jung, Über die Psychologie der Dementia Praecox, в частности: «Эмоционально заряженный комплекс и его общее воздействие на психику», in GW 3 §77–106.

²⁸ Jung, Allgemeines zur Komplextheorie, in GW 8 §210.

²⁹ Cp. Kast, Die Bedeutung der Symbole.

³⁰ Kast, Das Assoziationsexperiment, S. 19 ff., Jung, Allgemeines zur Komplextheorie, in GW 8.

которые человек продемонстрирует во время эксперимента. Если констеллирующиеся комплексы остаются бессознательными, они проявляются в проекциях. Если же это удастся установить контакт с комплексом, пережить и сформировать возникающие образы и фантазии, то энергия, заряжающая комплекс, станет энергией, оживляющей человека в целом. Комплексы также переживаются телесно, поскольку комплексам присущи эмоции, а эмоции мы переживаем телесно.

Теория комплекса обнаруживает очень большое сходство с теорией СКО (COEX), описанной Станиславом Грофом.³¹ СКО — это «системы конденсированного опыта», которые представляют собой специфические констелляции воспоминаний из «сгущенных» переживаний и фантазий, упорядоченных вокруг одной и той же базовой темы и наделенных сильной эмоцией одного порядка. Они влияют на то, как мы воспринимаем самих себя и мир, на чувства и формирование идей, а также на соматические процессы.

Сегодня каждый знает, что у нас есть комплексы, и больше всего нас мучают комплексы, связанные с самооценкой. Самооценка — это эмоция, которая принадлежит эго-комплексу; в настоящее время приобрел популярность «комплекс неполноценности». Однако было бы точнее говорить о комплексе в сфере чувства собственного достоинства, поскольку комплексы неполноценности всегда сопровождаются комплексами превосходства.

Таким образом, можно говорить о комплексах не только как о содержаниях бессознательного — нужно помнить, что эго-комплекс тоже был описан Юнгом как комплекс, что эго-комплекс является центральным. С помощью ассоциативного эксперимента можно обнаружить ландшафт комплексов человека в их соотношении с эго-комплексом.

ПЕРЕЖИВАНИЕ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ КОМПЛЕКСА

В теории комплексы рассматриваются как абстрактные структуры бессознательного; однако в переживании они являются сильнодействующими психическими компонентами. Как мы переживаем наши комплексы?

Я покажу типичное переживание под воздействием комплекса на примере комплекса «обделенности». Есть люди, которые реагируют на то, что их чем-то обделили, под воздействием комплекса и оценивают обделенность как нечто исключительно негативное, то есть ни при каких условиях они не видят, что иногда может быть хорошо быть обделенным. Юнг говорил о комплексе: «Очевидно, он появляется при столкновении требования адаптироваться и особых качеств индивида, не соответствующих этому требованию».³² По сути, требование адаптироваться может быть выдвинуто ребенку только (или по большей части) близким, значимым человеком, так что предположительно, в комплексах отражаются проблематичные паттерны отношений из детства и более поздней жизни, вместе со связанными с ними аффектами и стереотипными способами поведения. Таким образом, в центре «комплекса обделенности» стоит обделенный ребенок и переживание отношений с близкими людьми, которые обошли стороной его потребности. Архетипическим ядром такого комплекса является тема «жертва — агрессор». Обделенный ребенок якобы является жертвой, и где-то якобы есть тот, кто его чем-то обделил, то есть агрессор. Тем не менее, я говорю не о комплексе «жертва — агрессор», потому что он может затрагивать многие темы. Я предпочла бы говорить точнее — о комплексе «обделенности».

Тот, у кого есть комплекс обделенности, постоянно подозревает, что его могут снова чем-то обделить. Вся жизнь рассматривается через призму: «Обделяют ли меня?» В жизни можно задаваться и другими вопросами, исходящими из констелляции совсем других комплексов, например: «Востребован ли я? Или не востребован?»

³¹ Cp. Grof.

³² Jung, Psychologische Typologie, in GW 6 §991.

Можно рассматривать жизнь и в аспекте «незаслуженных счастливых случаев», и так далее. Бывает интересно поразмышлять: исходя из какой перспективы, со скольких точек зрения мы обычно видим собственную жизнь? Есть ли варианты? Или мы в силу ситуации и особенностей личности находимся под влиянием констелляции только одного комплекса, который дает нам только одну точку зрения на жизнь?

За подозрением следует проекция, исходящая из убеждения «Прежде всего, люди намерены меня обделить». Такая разновидность переноса жизненной ситуации из раннего детства (=проекция) может приводить к тому, что человека действительно чем-то обделяют, потому что он как бы внушает окружающим желание делать это.

Кроме того, люди с таким комплексом развивают повышенную сензитивность к ситуациям обделенности в отношении не только себя, но и других. Они знают, когда кого-то обделяют; например, они могут писать очень хорошие тексты на такие темы. Комплексы действительно управляют нашими интересами и зачастую дают нам энергию для работы над этими темами. Сензитивность к повседневным ситуациям может вести к политической активности, особенно если человек хочет оказывать помощь в какой-то области, которой пренебрегают, на коллективном уровне. То, что такая политическая активность связана с констелляцией собственного комплекса, не уменьшает ее коллективной легитимности.

То, что я описала выше, является воздействием важного комплекса, который имеется, но еще не констеллирован, не затронут напрямую. Однако комплекс может констеллироваться в результате обращения к нему изнутри, посредством сновидения или фантазии, или извне, в результате встречи с человеком, на которого легко проецируется собственный комплекс, или в результате попадания в ситуацию, в которой активируется старая жизненная тема, а с ней и старая «рана». В случае с комплексом обделенности это означает, что человек, у которого выражен такой комплекс, действительно оказывается обделенным и чувствует себя таковым. Его охватывает сильная эмоция: это может быть ярость или страх, или какое-то особое чувство, возможно, сочетание различных эмоций, которые

переживались в исходной ситуации. Впоследствии, когда происходит констелляция комплекса, аффект, давший комплексу эмоциональную основу, снова переживается с невероятной силой. Эту эмоцию сопровождает множество воспоминаний, которые могут быть туманными, по типу «вечно со мной так происходит», или более точно спроецированными на текущие ситуации, которые вызвали такое же чувство, как то, которое переживается в данный момент. Запускается тема «навязчивого повторения», ее можно также рассматривать как тему «констелляции все того же комплекса». Базовый аффект — чаще всего, ярость и страх, связанные с чувством обиды или стыда оттого, что снова и снова повторяется та же самая обида, и ничего с этим поделать нельзя — запускает стереотипное поведение и стереотипные защитные механизмы, которые также необходимо рассматривать как механизмы преодоления, как функцию эго, которую мы запускаем каждый раз, когда эго попадает в трудное положение. Тем самым комплекс вытесняется, но не прорабатывается.

Когда затронут комплекс, мы реагируем с преувеличенной эмоциональностью, демонстрируем гипертрофированную реакцию, потому что реагируем не только на актуальную ситуацию, но и на все схожие ситуации, которые мы переживали в течение жизни — особенно если комплекс нами не осознан. (В конфликтах в паре иногда это звучит так: «Вечно ты такой принципиальный!») При этом, конечно, может иметься в виду, что кто-то всегда думает категорично и принципиально, но чаще всего за этими словами стоит следующее: «Ты не реагируешь эмоционально на происходящее сейчас, ты гораздо больше реагируешь на пережитое в своей жизни»). Если человек кое-что знает о своих комплексах, он может понять, что актуальная ситуация спровоцировала его на реакцию, но появившаяся эмоция, на самом деле, предназначается также многим другим людям, с которым он ранее вступал в отношения. Интенсивность эмоции отражает компромисс между интенсивностью комплекса и имеющимися защитными механизмами. В состояниях очень сильного возбуждения уже нельзя сказать, что мы имеем комплексы, скорее, комплексы имеют нас.³³ В этом состоянии мы

³³ Cp. Jung, Allgemeines zur Komplextheorie, in GW 8 §200.

чувствуем себя несвободными, отданными на произвол какого-то внутреннего процесса, на который уже никак не можем повлиять. Обычно такая констелляция комплекса завершается чувством стыда, стыда от того, что мы вышли далеко за пределы своих возможностей контролировать себя, что мы значительно менее автономны, чем полагали.

Однако при констелляции комплекса невозможно взять ситуацию под волевой контроль, поскольку констеллированный комплекс как раз и отбирает у нас свободу воли. При этом, чем сильнее возбуждение, которое связано с комплексом, чем сильнее эмоциональная интенсивность комплекса, тем слабее наша свобода воли.

Путь противостояния комплексу не лежит ни через защиту, ни через контроль. Необходимо позволить фантазии истощить эти комплексы, увидеть их в паттернах отношений, понять их и затем интегрировать в сознание в ходе работы с символом.

Если же человек в какой-то мере осознает структуру своих комплексов, то в определенных ситуациях он уже ожидает от себя реакции, обусловленной комплексом. Уже одно только осознанное принятие во внимание реакции, обусловленной комплексом, может принести большое облегчение. Если удастся детально проследить, как происходит реакция в ситуации, стимулирующей, например, авторитарный комплекс, то попадая в такую ситуацию в следующий раз, можно сказать себе: «Сейчас, должно быть, мое тело будет реагировать так-то, сейчас я, должно быть, почувствую тревогу...» и так далее. Такое «предвосхищение» комплекса лучше всего удается при его осознании.

ОПИСАНИЯ КОМПЛЕКСА

Юнг обнаружил комплексы, проводя ассоциативный эксперимент. Такой эксперимент основан на том, что люди всегда увязывают одни представления с другими, и одно представление легко вызывает в сознании другое. Отталкиваясь от любого слова, можно выстроить цепочку ассоциаций, причем определенные ассоциативные цепочки внутренне связаны существенно сильнее, чем другие, что обусловлено языком. Во время ассоциативного эксперимента произносится слово, испытуемому нужно мгновенно произнести

то слово, которое пришло ему на ум. Изначально этот эксперимент предназначался для исследования скорости и качества реакций.

Затем Юнга заинтересовали те реакции, которые протекали с затруднениями, когда, например, люди реагировали не сразу же словом, а смеялись, делали жесты или телодвижения, повторяли уже названное слово, и так далее. При повторном вопросе выяснялось, что слово-стимул, названное экспериментатором, затронуло проблематичное жизненное переживание, то есть комплекс.

Ассоциативный эксперимент³⁴ представляет собой диагностическую возможность определить ландшафт комплексов в их соотношении с эго-комплексом. При этом было установлено, что комплексы соединены друг с другом в «сеть» и определенным образом соотносятся с эго-комплексом. То, что удалось установить в экспериментальных условиях, также является повседневным опытом. Все мы знаем, что у каждого из нас есть слова-стимулы, слова, которые активируют сферы комплексов, слова, которые заставляют нас реагировать через призму комплекса. Такое реагирование подразумевает, что мы переживаем эмоцию, принадлежащую комплексу, которая затем очень часто находит свое выражение в телесных феноменах, таких как защитные жесты, мимика и так далее. Ведь комплексы, по Юнгу, также являются «живыми единицами бессознательной психики, о наличии и устройстве которой мы можем узнать, по сути, только через них (комплексы, прим. и курсив В. К.)»³⁵. В другом месте он говорит о комплексах как о «поворотных или узловых пунктах жизненного пути души, которые не хочется упустить, которым даже *нельзя позволить* не произойти, потому что в таком случае в жизни души наступит фатальный застой. Однако они указывают на то, что не улажено внутри индивида, на то место, где он хотя бы однажды уже потерпел поражение, где нечто не может быть ни *забыто*, ни *преодолено*, то есть, бесспорно, — на *слабое место*, что бы это ни значило».³⁶ Здесь Юнг также говорит о том, что комплексы возникают вследствие «столкновения между требованием адаптироваться и особенностями индивида, то есть

³⁴ Jung, Experimentelle Untersuchungen, in GW2; Kast, Das Assoziationsexperiment.

³⁵ Jung, Allgemeines zur Komplextheorie, in GW 8 §210.

³⁶ Jung, Psychologische Typologie, in GW 6 §990.

требованием развить не подходящие ему свойства»³⁷, а далее упоминает, что первый комплекс возникает из столкновения с родителями, то есть является родительским комплексом.

В работе «Психогенез душевных болезней» Юнг пишет, что любое аффективно заряженное событие становится комплексом.

Если событие не затрагивает схожий, уже существующий комплекс и обладает преходящим значением, его эмоциональная заряженность угасает и оно тонет в массе латентных воспоминаний; оно покоится там, пока его не вызовет к жизни схожее впечатление. Однако если аффективно заряженное событие затрагивает уже существующий комплекс, оно усиливает его и помогает ему подняться на какое-то время наверх.³⁸

Юнг описывает здесь то, что впоследствии стало теорией научения, на которой основана поведенческая психотерапия. Эти факты, ставшие теорией научения, играют свою роль в том, как мы обходимся с комплексами, в том, как проходит любая психотерапия, даже если ее не называют поведенческой.

В сновидениях комплексы проявляются как персонификации³⁹. По Юнгу, комплекс также играет главную роль в понимании неврозов: то есть он полагает, что в любом неврозе содержится комплекс, который отличается от других комплексов тем, что особенно сильно заряжен и потому навязывает свое влияние эго-комплексу.⁴⁰

С этим связано и представление Юнга о том, что комплексы являются отколовшимися частями психики.⁴¹ В работе «Психологические типы» Юнг формулирует это несколько неопределенно:

Судя по тому, что нам известно о комплексах, они являются психическими величинами, которые вышли из-под контроля сознания и, отщепленные от него, существуют обособленно во тьме души, откуда могут в любой момент препятствовать или способствовать тому, что делает сознание.⁴²

И впоследствии такая «замкнутая малая психика» способствует фантазированию.

Во сне фантазия проявляется как сновидение, однако и бодрствуя, мы под порогом сознания продолжаем сновидеть, чему очень способствуют вытесненные или еще совсем бессознательные комплексы.⁴³

Здесь говорится о прямой взаимосвязи с символом. Однако не менее важно то, чтобы мы задумались об этом аспекте — об отколовшейся частичной психике, даже если и неясно, почему что-то откололось; вполне возможно, в этом ключе, считать, что нечто не было интегрировано в эго-комплекс. И поэтому речь идет не столько об отколовшейся частичной психике, сколько о психическом содержании, которое еще не было связано с эго-комплексом. Например, можно сказать, что комплекс состоит не только из того, что было вытеснено, но и из того, что еще не могло быть осознано. Существуют возрастные комплексы: так, в среднем возрасте (от 40 до 55 лет) смерть переживается как комплекс, так же переживается тема «смерть и старение». Люди, которые раньше довольно спокойно реагировали на старение и неизбежность смерти, не избегая таких экзистенциальных ситуаций, в этом возрасте реагируют преувеличенно: страхами, депрессиями. Этот комплекс в этом возрасте начинает переживаться как экзистенциальная проблема и его необходимо увязать с сознанием.

Комплексы могут возникать в течение всей жизни в связи с каждым из этапов развития.

Мне видится примечательным этот аспект — частичная психика, поскольку сегодня мы часто говорим о фрагментировании эго-комплекса, о том, что эго-комплекс теряет свою когерентность, что человек теряет ощущение собственной идентичности, и тогда у него создается впечатление, что его жизнь определяют различные психические «сущности». Такое переживание можно объяснить, или, как минимум, увязать с юнговским представлением о том, что совсем не осознанный комплекс ведет себя как частичная психика. Речь также идет о том, чтобы выстроить связи между бессозна-

⁴³ Die Probleme der modernen Psychotherapie, in GW 16 §125.

³⁷ Там же §991.

³⁸ Jung, Über die Psychologie der Dementia Praecox in GW 3 §140.

³⁹ Jung, Allgemeines zur Komplextheorie, in GW 8 §203.

⁴⁰ Jung, Die Dynamik des Unbewußten, in GW 8 §207f.

⁴¹ Jung, Allgemeines zur Komplextheorie, in GW 8 §204.

⁴² Jung, Psychologische Typologie, in GW 6 §988.

тельным комплексом и сознанием, и более того, по мнению Юнга, энергия, которая проявляется при аффективном расстройстве и заряжает комплекс, является той же самой энергией, которая необходима страдающему человеку для его дальнейшего развития. Это также указывает на способность психики к саморегулированию: в расстройстве, если оно не вытеснено, заложена возможность исцеления.

Однако для того, чтобы установить контакт с комплексами, с расстройством, необходимо обратиться к фантазиям, к сновидениям, к паттернам отношений, вообще к символам. Возможность исчерпать комплекс в ходе фантазирования помогает сделать из него не препятствующую, а поддерживающую силу. Это как раз и происходит в ходе формирования символов. Вот почему символы являются местом переработки комплекса. Именно поэтому сновидения, образы и вся имажинативная сфера⁴⁴ играют такую большую роль в юнгианской психотерапии. На практике это означает, что человек концентрируется на эмоциях и задается вопросом, какие фантазии и образы связаны с этими эмоциями. Затем эти образы можно рисовать или проработать с помощью такой имажинативной техники как «активное воображение». При этом важно, чтобы символ был пережит, сформулирован, а затем осмыслен.

В качестве примера формирования символа при конфронтации с «отцовскими» проблемами я приведу серию рисунков одной замужней женщины (41 год), у которой трое детей от 4 до 8 лет. Она страдала от очень сильно доминирующего отцовского комплекса.

Необходимо помнить, что комплексы взаимосвязаны друг с другом, образуют «сеть», поэтому я также говорю о «ландшафтах» комплексов при проведении ассоциативного эксперимента.

Отцовский комплекс и материнский комплекс возникают при дифференциации родительского комплекса, и у любого человека они всегда присутствуют. Эти комплексы внутренне взаимосвязаны. Например, при позитивном материнском комплексе, при котором мать переживается как опора и ресурс, отцовский комплекс никогда не обладает таким деструктивным воздействием, как у человека, у которого материнский комплекс не функционирует как

«несущая конструкция». Далее мы должны описывать материнский и отцовский комплексы подробнее: в них есть типичные компоненты, но они также окрашены переживаниями в связи с личным отцом и «отцовскими» фигурами, а также с личной матерью и «материнскими» фигурами, которые встречаются человеку в течение его жизни.

Эта женщина нарисовала свой отцовский комплекс (рис. 10), его символизирует петух. Она сказала об этом: «Я всегда мысленно брожу где-то далеко, когда приходит отец. Этот петух обладает властью надо мной, даже после столь долгого противостояния». У нее сложилось такое впечатление, будто всю свою жизнь она противостоит отцовскому комплексу, но все еще подвластна ему.

В детстве эта женщина подверглась сексуальному насилию со стороны отца. Отец как петух стоит в позе, демонстрирующей его сексуальность, или воплощает в себе определенную сексуальную фантазию, которая, как мне кажется, связана с большим напряжением. На него указывает фиолетовый цвет — очень напряженный, сильно контрастирующий с оранжевым, цветом эротического возбуждения.⁴⁵ Конечно, фиолетовый может также быть цветом интеграции, ведь в нем соединяются синий и красный, и это снимало бы напряжение. Но его сочетание с оранжевым делает расслабление маловероятным. Такой отцовский комплекс эмоционально заряжен возбуждением и напряжением. Эта женщина впервые изобразила свою ситуацию таким образом.

Наши глубоко бессознательные комплексы всегда находятся во взаимосвязи с эго-комплексом. На этом рисунке женщина также изобразила себя саму — без рук, без ног, с бледным лицом — рядом с таким эмоционально витальным отцом. Это значит, что в ее отцовском комплексе содержится очень много энергии и витальности, которых явно не хватает ее эго-комплексу. Этот рисунок соответствует высказыванию женщины о том, что она «бродит где-то далеко», когда отец «здесь», то есть она как бы утрачивает свою идентичность.

Похоже, второй рисунок, появившийся в тот же период, еще более отчетливо показывает, что происходит, когда у этой женщины

⁴⁴ Cp. Kast, Imagination.

⁴⁵ Cp. Riedel, Farben.

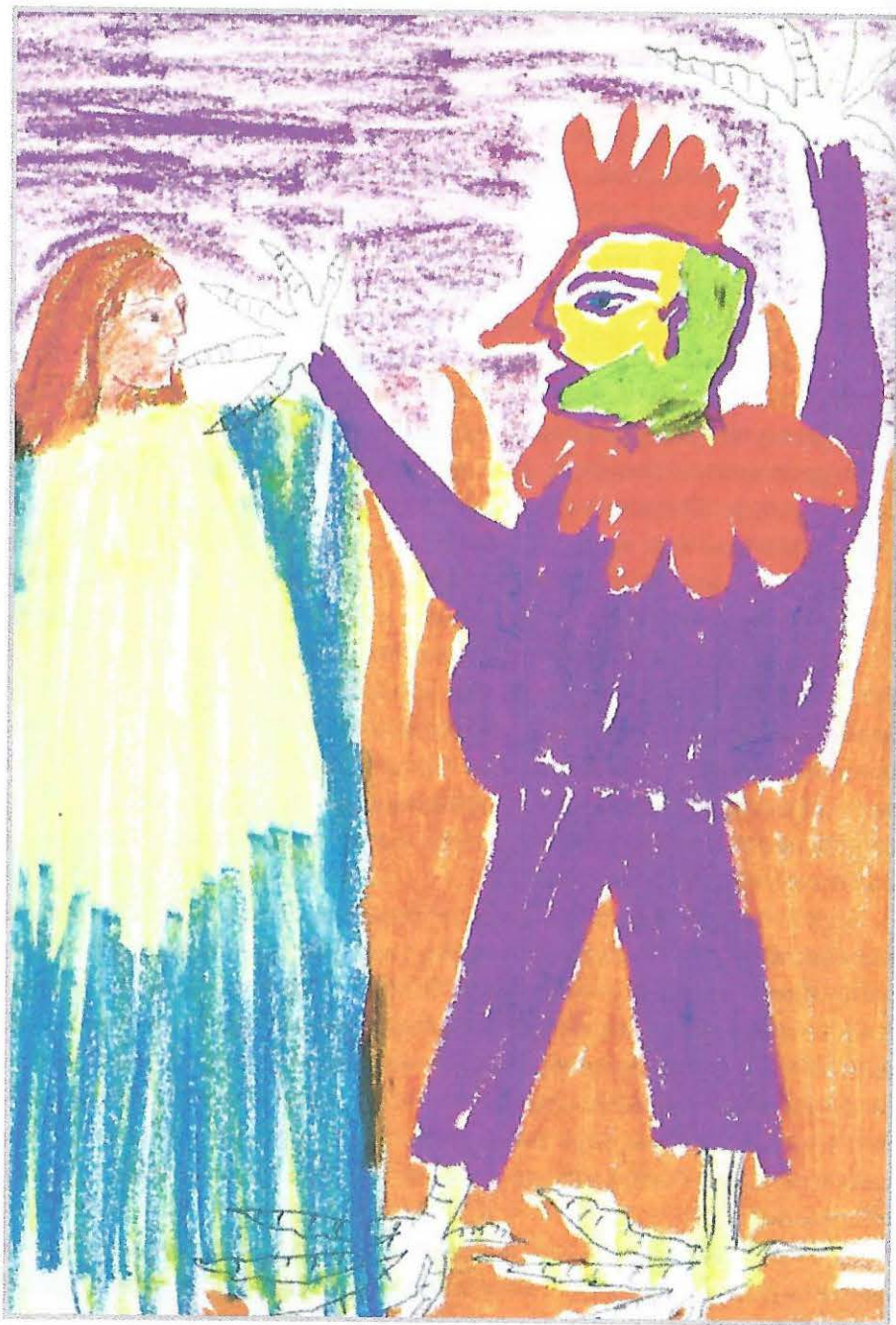


Рис. 10

конstellлируется отцовский комплекс (рис. 11). Голова отца занимает всю правую половину рисунка. Если бы ей захотелось «пойти» направо, то есть к жизненной самореализации⁴⁶, то она не смогла бы пройти мимо мыслей, фантазий, идей, которые составляют ее отцовский комплекс. Очевидно, ее это чувствует себя маленьким, «связанным по рукам и ногам». Снова «отсутствуют» руки и ноги: нет возможности ухватиться за что-то, нет возможности найти место в мире, где можно было бы «встать на ноги». Этот образ показывает, что, когда конstellлируется ее отцовский комплекс, она становится почти неподвижной, беззащитной, изнасилованной, ужасно маленькой.

Фиолетовый цвет головы опять же передает напряжение: вместе с черной агрессивной птицей над глазом он пробуждает ощущение, что отцовский комплекс связан со значительной агрессивностью и меланхолией, с агрессивностью, направленной против нее.

Это пациентки, беспомощное и истощенное, передает то, каково ему приходится при таком препятствующем комплексе. Когда конstellлируется такой отцовский комплекс (и только в этих условиях), это женское эго воспринимает себя слабым, беспомощным, истощенным. Но комплексы конstellлированы не всегда. У этой женщины отцовский комплекс конstellлировался каждый раз, когда появлялся ее реальный отец, уже очень старый человек, который заходил выпить кофе с ней и ее семьей. Однако она все еще видит в нем brutального и эксплуатирующего человека, как в детстве.

Комплексы проецируются и при этом искажают восприятие: женщина не видит старика, который, между прочим, был бы очень благодарен за чуточку внимания, с которым можно было бы и поговорить о сексуальном насилии в детстве. Но она все еще видит того отца, который ее так запугивал и притеснял. Такой образ отца конstellлировался у нее и в сновидениях. Если же этот комплекс не затрагивался ни извне — самим отцом или кем-то еще, ни изнутри, она была вполне довольна собой как матерью и женой. В целом комплексы определяют наши интересы и страхи, но мы переживаем их эмоционально как ограничивающие или поддерживающие, только если они конstellлированы. Когда конstellлируется отцовский комплекс, происходит перенос всего паттерна отноше-

⁴⁶ Cp. Riedel, Bilder.

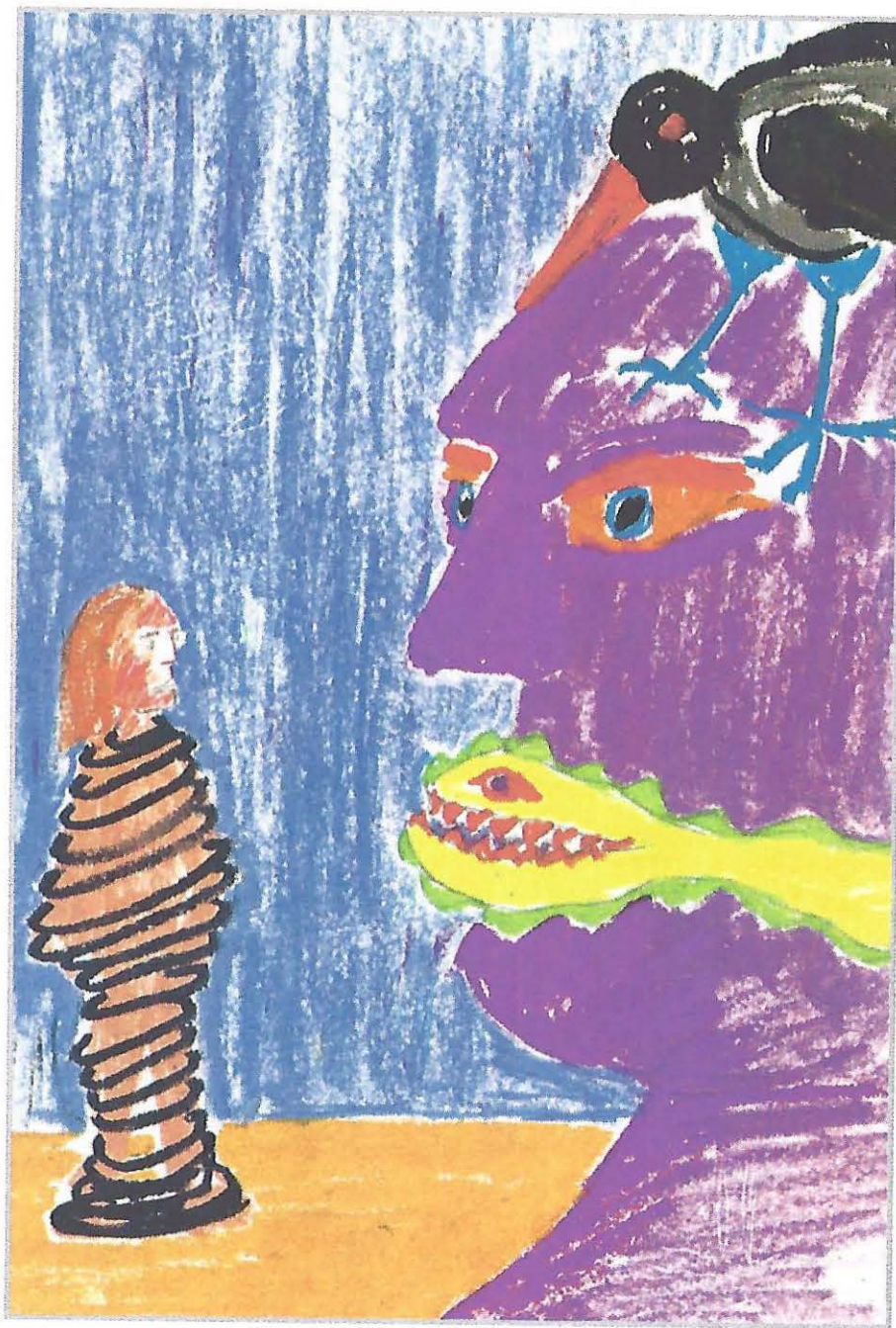


Рис. 11

ний «отец — детское Я». Когда эта женщина переносила отцовский комплекс на других людей (особенно на мужчин в возрасте 50–60 лет), то чувствовала себя беспомощной. Она не видела в них тех, кем они являются, видела только отца и себя саму как запуганную девочку, «связанную по рукам и ногам».

Нужно помнить, что в психотерапии работают с переносом, с таким искаженным восприятием реальности. Конstellации комплексов проецируют в переносе на терапевта, но переносят не просто комплекс, а, скорее, паттерн отношений, потому что любой комплекс находится в отношениях с эго. Если мы сможем понять эти паттерны отношений, то сможем понять и ребенка, страдавшего от болезненных столкновений со своим окружением.

Также и в этом анализе паттерн отношений «притесняющий отец — притесненная дочь» был перенесен на меня: она либо обвиняла меня в том, что я не даю ей места, либо сама так широко разворачивала какую-либо проблему, что я ощущала себя «зажатой». Обсуждение этих эмоционально заряженных состояний, переноса и контрпереноса способствовали тому, что ее комплекс становился более осознанным.

В ситуациях, в которых я чувствовала себя «связанной по рукам и ногам», пациентка, должно быть, идентифицировалась с отцовским комплексом. Мы ведь не только проецируем наши комплексы, но и идентифицируемся с ними. Эго идентифицирует себя с комплексом — в случае этой женщины, с агрессором. На самом деле, она является жертвой, а отец — агрессором. Если же она идентифицируется с «головой мужчины», то уже ее не обойти: каждый, кто находится рядом с ней, легко может оказаться такой «обездвиженной женщиной». Причем это может быть довольно тяжело для ее психики. При идентификации с таким комплексом переживается вся власть, которая ему присуща: человек, идентифицированный с комплексом, теперь причиняет другим людям, с которыми состоит в отношениях все то, что человек, вокруг образа которого сформирован комплекс, когда-либо причинил ребенку. Из-за этого окружающие нередко становятся похожи на того страдающего ребенка, которым был этот человек. Но именно в этом находится ключ к пониманию эмоционально травмирующей ситуации и к изменению конstellации комплекса.

На мой взгляд, такая идентификация с комплексом очень важна, потому что она, по моим наблюдениям, встречается чаще, чем проекция, ведь при идентификации с главным комплексом можно сохранить свою идентичность. При этом особенно важной мне видится именно идентификация с отцовским комплексом. К психотерапевтам снова и снова приходят люди, которые жалуются на большое страдание, но поначалу производят впечатление, что они очень хорошо функционируют в этом мире. Однако это происходит не потому, что они обладают хорошо структурированным эго-комплексом, а за счет идентификации с отцовским комплексом: они делают это, чтобы справиться со всем тем «отцовским», с которым приходится иметь дело каждый день. Чаще всего, в процессе работы они ничем не примечательны. В них все же присутствует большая пустота, потому что они проживают идентичность, обусловленную комплексом, а не свою собственную.

Комплексы переносят, и отцовский комплекс переносят, как правило, на все, что обладает «отцовскими» чертами — в первую очередь, на партнера-мужчину. По поводу своего третьего рисунка эта пациентка сказала следующее:

На этом рисунке мой партнер — он «пожирает» очень много моих сил. Крокодил отнял мою яркость и разноцветье, мои мячики для игр остаются серыми. Крокодил пожирает меня своим безразличием и мелочностью, но в то же время эта ситуация делает меня более творческой. (рис. 12)

Эта женщина считает, что крокодил пожирает ее яркость, то есть ее эмоциональную дифференцированность, ее радость от жизни, ее витальную способность работать. Но ведь этот рисунок можно увидеть и наоборот: что «крокодил» как раз привносит красочность в ее жизнь.

Когда комплекс констеллирован, все видится через его призму. Отцовский комплекс этой женщины переживается как «пожирающий ее жизнь», поэтому вначале она не может принять иную перспективу. Глядя со стороны, вполне можно увидеть этого «крокодила» как агрессивную, пожирающую сторону ее самой, которая, если ее признать и приостановить проецирование, могла бы отдать очень много жизненной силы.

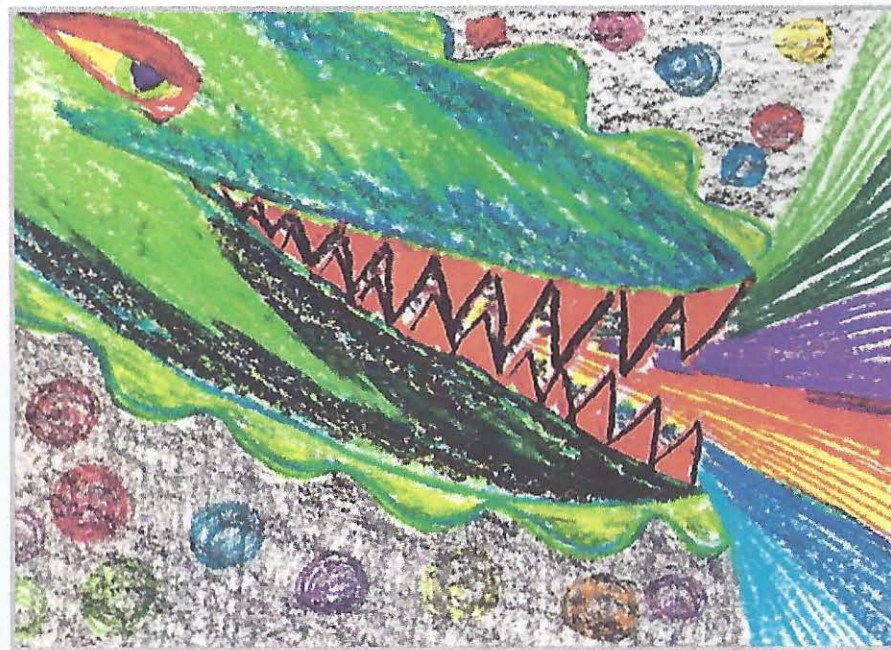


Рис. 12

Четвертый рисунок сначала удивляет, поскольку в нем почти не видно отцовского комплекса. (рис. 13)

Пациентка сказала: «Тут я обвела себя защитным кругом». Этот рисунок указывает на то, что нас не определяет только комплекс; у нас всегда есть возможности переживать собственную идентичность, когда она не находится под влиянием самых главных активированных комплексов. В любом случае, на этом рисунке отражена совсем иная идентичность, по сравнению с той, которую мы видели ранее. И это тоже очень важно: существуют различные образы нашей идентичности. Этот аспект идентичности пациентки требует защиты с помощью круга, причем круг расположен на фиолетовом фоне. Ясно, что для нее фиолетовый цвет является индивидуальным «оттенком» отцовского комплекса. Этот рисунок выражает спонтанную радость от телесности, от следов, оставленных собой. Затем она добавила: «Крокодил, ворон, отец в ледяной горе, лицо — никто не доберется до меня, не сможет меня разрушить». Это впечатление передается и в рисунке. Она продолжила: «Я развиваю в

себе те же силы, как у крокодила, ворона, отца в ледяной горе — и это замечательные силы». Это также означает, что она возвращает себе проекции различных аспектов комплекса, и она перестает обвинять отца и мать, осознает, что комплексы принадлежат ее Самости, являются частями собственной психики, что речь идет о ней самой, несмотря на то, что комплексы возникли из столкновений в отношениях с родителями. Если мы можем принять такое положение дел, то находимся в контакте с комплексом, и я считаю, это отражено в рисунке: женщина находится и внутри круга, и в контакте с крокодилом, с отцом, с вороном. Она контактирует с тем, что составляет ее отцовский комплекс, поэтому может сказать, что вся та энергия, которая содержится в нем, присуща и ей самой.

Обычно мы уделяем этой идее слишком мало внимания. Мы жалуемся на наши комплексы, сильно заряженные энергией, но недопонимаем, что они могли бы невероятно обогатить нашу жизнь, ведь в них застряла энергия, которая, если только нам удастся установить взаимосвязь это с комплексом, поможет сделать свою жизнь более «цветной». Это одна из причин, по которой интерпретация на субъектном уровне может быть очень полезной: интерпретация, при которой все, что есть в образе, в символе, в сновидении, понимают как составные части личности. Таким образом мы не только берем на себя определенную ответственность, но и ощущаем, что где-то рядом присутствует энергия, которая может сделать нас более живыми.

На следующем рисунке снова представлен отцовский комплекс, но уже в измененном виде (рис. 14): в нем еще есть нечто дьявольское, от него еще тянутся змеи, но это выглядит веселее, хотя у женщины еще «нет ног», но, по крайней мере, есть намек на «руки» и сформировано «лицо». Новым на рисунке является голубоватое, как призрак, лицо с яркими красными губами, которое смотрит из-за занавеса, — женщина определила, что это лицо матери. Серый занавес, за которым находится образ матери, немного приоткрыт. На этом рисунке особый вид «отцовского комплекса» с напряженными сексуальными компонентами снова вызывает воспоминание о ситуации инцеста в детстве пациентки. Она многое вспоминала и заново эмоционально переживала, в том числе гнев на мать, которая находилась где-то «на заднем плане», но должна была понимать, что происходило.

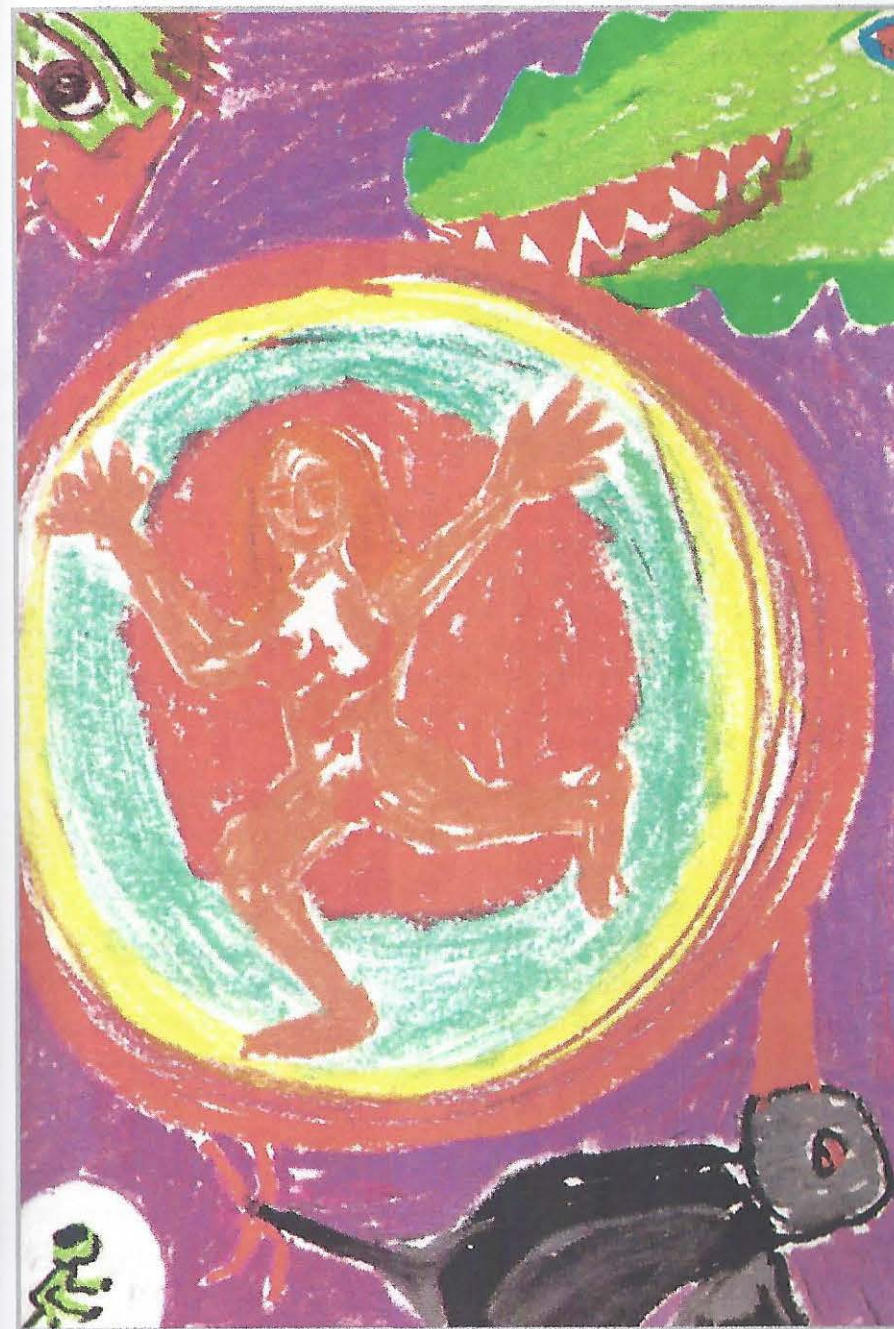


Рис. 13

Я считаю, эти рисунки наглядно показывают, как при наличии связи с эго-комплексом бессознательный комплекс изменяется, постепенно принимает другой вид, встраивается в более широкий жизненный контекст. Она до сих пор больше переживает «зажимающий» аспект комплекса и почти не замечает его поддерживающий аспект; при этом повышена ее чувствительность к притеснениям, типичным для патриархальной и эксплуатирующей жизни.

В сновидениях комплексы выступают действующими лицами. В качестве иллюстрации я хотела бы привести некоторые сновидения этой женщины, которые она видела в тот же период, когда возникали рисунки.

Сновидение 1: Отец несется в машине по автобану, я обессиленно сижу рядом, беспомощна, измождена. Я плачу, барабаню руками, плачу, как в детстве, у меня болят руки, потому что я очень сильно барабаню ими; я обмякаю.

Сновидение 2: Отец хочет съесть мой кусок пирога, я ему не даю, он приходит в ярость. Я подчиняюсь и отдаю.

Сновидение 3: Судья с отцовскими чертами приговаривает меня к смерти через утопление. Во мне мелькнула надежда: может быть, я смогу всплыть. Но я снова сдаюсь: конечно, судья привяжет камень, чтобы я не могла всплыть.

В первом сновидении не показано, как можно обходиться с таким отцовским комплексом. В этой фантазии происходит очередное осмысление имеющегося положения дел, а не исчерпание отцовского комплекса продуктивным образом. Когда эта женщина подчинена отцовскому комплексу, то ведет себя, как в детстве: плачет, как ребенок, причиняет себе боль, ранит себя, доводит себя ничтожного состояния. Это значит, что комплекс настолько деструктивен, что она вынуждена разрушать себя, если идентифицируется с ним. Очевидно, в такой момент для ее эго нет иного пути, кроме как идентифицироваться с агрессором.

Однако во втором сновидении отец чего-то от нее хочет — просит ее о сладком угощении, как обычно поступают дети. Она могла бы позволить измениться отцовскому образу, если бы она могла на это решиться.

В третьем сновидении показан перенос «отца» на другого человека. Даже будучи под влиянием доминирующего отцовского комплекса, в сновидениях можно видеть не только образ реального



Рис. 14

отца, но нередко и «отцовские» фигуры. В данном случае пациентке приснился «судья». Это значит, что она переживает отца как того, кто судит, и он, собственно, приговаривает ее к смерти. В процессе саморегулирования бессознательное дает небольшую надежду, что она сможет «всплыть», что «вода» как стихия могла бы дать ей спасение. Но эта надежда длится лишь мгновение, и она снова чувствует себя полностью во власти отцовского комплекса: «судья» сделает так, чтобы она не смогла спастись. Однако эта маленькая, но очень значимая надежда в сновидении указывает на то, что может существовать нечто «материнское», над которым отец не властен.

Саморегулирование психики происходит двумя способами: в конечном счете, за комплексом стоит архетип, поэтому препятствующий аспект может стать поддерживающим через исчерпание комплекса в ходе фантазирования. Другая возможность саморегулирования заключается в том, что ландшафт комплексов — это система, в которой может проявиться встречная реакция: например, там, где был страх, появляется надежда. Если же у человека присутствует настолько деструктивный отцовский комплекс, как у этой пациентки, то, конечно, понадобится констелляция позитивных образов материнского архетипа или материнского комплекса, что, как правило, и происходит в терапевтических отношениях.

КОМПЛЕКСЫ С ПОДДЕРЖИВАЮЩИМ ВЛИЯНИЕМ

Поскольку каждое эмоционально заряженное переживание становится комплексом, радостные переживания тоже должны формировать комплекс. Радость может переживаться не только как настроение или чувство, но и как аффект. У нас есть тенденция пренебрегать аффектами, которые нас окрыляют и воодушевляют. Мы постоянно говорим о страхе, гневе, горе и так далее, но бывают ситуации, которые вызывают не страх, а радость, и это тоже может происходить под воздействием комплекса.

Пример внезапного появления комплекса, вызывающего радость: мужчина (30 лет), с которым я проводила ассоциативный эксперимент, проявил своеобразную реакцию на слово-стимул «зеленый».

Сначала все его лицо просияло, затем он засмеялся, хлопнул ладонью по столу, затем хлопнул себя по бедру — реакция длилась довольно долго — и, сияя, сказал: «желтый». Реакция протекала очень бурно: выразительные жесты и мимика, которые он продемонстрировал, а именно — просиявшее лицо, смех, движения и так далее, являются признаками комплекса. У этого мужчины наблюдался комплекс «зеленого цвета», на который указали пять признаков: все это говорит за комплекс, сильно заряженный энергией. Поэтому я спросила, какие ассоциации вызвало у него слово-стимул «зеленый», констеллирующее этот комплекс. В ответ он, сияя, сказал, что ничего особенного ему в голову не приходит. Я спросила еще раз, он еще раз ответил, что ничего плохого ему в голову не приходит. На мое замечание о том, что необязательно должно быть что-то плохое, может быть и что-то приятное, он сказал: «Да, приятное — конечно!» Он мечтательно задумался, затем стал рассказывать, как невероятно сильно он любит первую зеленую траву весной. Он вспоминал, как однажды в детстве весной он сбежал из дома (его всегда очень опекали и никогда не позволяли поваляться на земле, потому что можно простудиться, и так далее), и тогда как раз была эта первая зеленая травка, он лег на траву, катался по ней и чувствовал себя великолепно. Это чувство всегда возвращалось к нему, когда он вспоминал эту зеленую траву; он все еще ощущал в себе потребность поваляться на такой зеленой траве.

Такое представление, обусловленное комплексом, от которого не нужно защищаться, поддерживает ощущение оживления, новой жизни. Стереотипные способы поведения никуда не деваются: например, он до сих пор каждую весну ложится на новую траву, ходит в горы, чтобы несколько раз в году испытать это переживание.

Мы можем сталкиваться с поддерживающими комплексами и по-другому: бывает, что человек внезапно испытывает такую невероятную радость от определенного события, что забывает обо всем остальном и думает только о том, что ему хотелось бы сделать, соединяет в своих фантазиях будущие желаемые события с воспоминаниями о том, как уже когда-то бывало чудесно. Это тоже воздействие комплекса, но оно мешает нам только тогда, когда ожидания слишком сильно расходятся с реальностью. Обычно такие комплексы нас прямо-таки окрыляют, поэтому мы не воспринимаем их всерьез — как комплексы.

Несколько иначе обстоит ситуация с влюбленностью. Когда мы влюблены, мы тоже захвачены комплексом. При этом наблюдаются все признаки комплекса: реальность воспринимается или переосмысливается только в контексте влюбленности. Другие комплексы отступают на задний план. Весь интерес обращен только к человеку или к предмету любви, а кроме него — разве что к стихам о любви. Влюбленность стимулирует воспоминания о любви и влюбленностях, значительно активизирует фантазии, к текущим переживаниям примешиваются все уже пережитые переживания любви, вызывая гипертрофированную реакцию и опять же очень стереотипные способы поведения. Если человек влюблен, то всегда думает, что все, что он делает, является совершенно уникальным и не пришло бы в голову никому другому на белом свете. Если же потом человеку попадутся в руки любовные письма другого человека, в которых он обнаружит, например, те же фразы, те же ласковые прозвища, те же или похожие «особенные жесты любви», то ему станет понятно, что такое поведение стереотипно не только для нашей индивидуальной жизни, но и на коллективном уровне. Даже в собственной жизни сложно придумать новые «жесты» для новой любви, а коллективно это может быть еще сложнее. Когда мы влюблены, в нас запускается «программа» влюбленности, которая хоть и чудесна, но в том или ином виде «запрограммирована».

Тем не менее, влюбленность — это комплекс, который, как правило, сильно нас поддерживает, стимулирует ощущение собственной идентичности, воодушевляет нас больше рисковать быть собой, пробовать больше нового. Но и этот комплекс может стать помехой: если требуется выполнять длительную скучную работу, требующую полной концентрации внимания и терпения, комплекс влюбленности может сильно в этом помешать. Но в плане ощущения себя живым — а это и есть главный критерий — этот комплекс будет скорее поддерживающим.

Существуют комплексы, которые нас ограничивают, и комплексы, которые нас поддерживают. Это одна сторона реальности. Другая же заключается в том, что в каждом комплексе, даже если поначалу речь идет о препятствующем комплексе, этот аспект помехи является также и аспектом развития, стимулом к развитию, если позволить ему таковым стать.

АСПЕКТЫ ЭГО-КОМПЛЕКСА

При проведении ассоциативного эксперимента могут быть выявлены комплексы, которые в данный момент затронуты и констеллированы, а также их соотношение с эго-комплексом.

Эго-комплекс занимает особое место во всем ландшафте комплексов. Справедливо ли вообще говорить о некоем эго-комплексе? Ведь комплексы определяют как «психические величины, которые вышли из-под сознательного контроля».⁴⁷

Юнг писал, что эго-комплекс занимает центральное, «особое место» в психике, но в то же время является лишь одним из многих других комплексов. «Другие комплексы более или менее часто вступают в ассоциацию с эго-комплексом и таким образом становятся осознанными».⁴⁸ При этом эго представляет собой «психический комплекс с особо прочной внутренней связью».⁴⁹ В другом месте Юнг пишет:

Эго-комплекс нормального человека представляет собой высшую психическую инстанцию: мы понимаем под этим массу представлений, имеющихся у эго, которая, как мы думаем, сопровождается мощным, постоянным, оживленным эмоциональным тоном собственного тела.

Эмоциональный тон — это аффективное состояние, которое сопровождается телесными иннервациями. Эго — это психологическое отражение целостности всех рядовых телесных ощущений, связанных между собой прочными ассоциациями. Поэтому собственная личность представляет собой прочнейший и сильнейший комплекс, который выдерживает (у здорового человека) все психологические бури. Из этого следует, что представления, которые касаются непосредственно собственной личности, всегда являются наиболее стабильными и

⁴⁷ Jung, Psychologische Typologie, in GW 6 §988.

⁴⁸ Jung, Die psychologischen Grundlagen des Geistesglaubens, in GW 8 §582.

⁴⁹ Там же §580.

интересными. Иными словами, они привлекают наибольшее *внимание*.⁵⁰

В этом очень раннем определении (впервые опубликовано в 1907 г.) Юнг проводит различие между эго-комплексом и эго. В дальнейшем я считаю эго совокупностью эго-функций, которая, так сказать, отражает в себе эго-комплекс и другие комплексы. Далее, из определения очевидно, что основой эго-комплекса считается тело и телесные ощущения. Если эго-комплекс является центральным, то по логике, все составляющие его ассоциации являются для человека наиболее существенными; эти ассоциации непосредственно связаны с собственной личностью и чувством собственного достоинства (самооценкой).

В 1946 г. Юнг еще раз дает развернутое описание эго-комплекса:

Само по себе, эго (эго-комплекс, В. К.) как содержание сознания не является простым, элементарным фактором — это сложный фактор, которому невозможно дать исчерпывающее описание. По опыту, он опирается на две [...] различные основы, а именно, во-первых, *соматическую* и, во-вторых, *психическую* [...]. Как было показано, соматическая основа эго состоит из сознательных и бессознательных факторов. То же верно и для психической основы: с одной стороны, эго опирается на *общее поле сознания*, с другой — на *совокупность бессознательных содержаний*.⁵¹

Это определение расширило понятие эго-комплекса: эмоциональный тон эго-комплекса, самоощущение, является выражением не только совокупности телесных ощущений, но и совокупности психических содержаний, то есть — представления о себе, которое воспринимается неотъемлемым от собственной личности.

ЭГО-КОМПЛЕКС И ПЕРЕЖИВАНИЕ ЛИЧНОСТНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

Ассоциации, связанные с эго-комплексом, вращаются вокруг жизненно важной темы идентичности и ее развития, а также вокруг связанного с ней самоощущения.

⁵⁰ Jung, Über die Psychologie der Dementia Praecox in GW 3 §82f.

⁵¹ Jung, Das Ich, in GW 9 II §3, 4.

Основой нашей идентичности является витальное ощущение и активная деятельность эго, тесно связанная с ним: ощущение того, что человек жив. В этом ощущении коренится возможность активно привносить в жизнь свое эго и, в конечном счете, самореализоваться.

Витальность, активность эго и самореализация обуславливают друг друга. В ходе развития к активности эго все больше присоединяется самоутверждение в противовес определению себя извне. В ходе развития маленького ребенка становится заметным нарастающее значение активности эго, то есть собственной активности. В дальнейшем, рискуя действовать по своему усмотрению и предъявлять себя другим, мы более или менее болезненно познаем собственные границы и пределы, то есть осознаем свой эго-комплекс. К переживанию собственной идентичности также относится также уверенное знание о себе, о собственных представлениях о себе, которые отделены или находятся в конфликте с представлениями о нас, которые есть у других и которые они переносят на нас. Предпосылками к такому «отделенному» эго-комплексу является то, что в определенном возрасте эго-комплекс дифференцируется от родительских комплексов и становится, таким образом, все более автономным, а также то, как человек проявляет себя в отношениях и переживаниях.

Границы идентичности необходимо рассматривать как подвижные и проницаемые. Становиться собой означает снова и снова проводить границы между собой и миром, между собой и бессознательным. Эти границы можно не только переживать, но и перешагивать. В отношениях они являются предпосылкой отношений «Я-Ты», в которых «Я» может отличить себя от «Ты». Границы также дают защиту от бессознательных содержаний, «затапливающих» изнутри. К переживанию границ в значительной степени относится переживание безграничности, когда мы полностью идентифицируемся с другим человеком, находимся в эмоциональном слиянии друг с другом — это переживается, прежде всего, в любви и сексуальности, а также и в те моменты, когда мы очень эмпатичны к другому человеку.

«Отдельный» эго-комплекс позволяет нам допускать ситуации временной утраты своего «Я» при сохранении уверенности, что мы сможем восстановить свои границы.

При наличии четких, но проницаемых границ говорят о когерентном эго-комплексе.

К переживанию идентичности также относится переживание непрерывности: знание о том, что как бы мы ни менялись и не трансформировались, мы все же остаемся собой — людьми в процессе становления. Ощущение непрерывности подкрепляется осознанием нашей связи с предками и потомками. Если по социокультурным или личным причинам такая связь теряет свою значимость, то переживание жизненной непрерывности больше уходит вглубь; острее встает вопрос о том, насколько непрерывным мы переживаем развитие в эго-комплексе. Соответственно, нехватка ощущения непрерывности переживается как подрывающая самоощущение.

Прежде всего, мы познаем непрерывность при переживании эмоций: они следуют биологическому паттерну, который почти не изменяется в течение жизни. Изменяется то, как наше сознание обращается с эмоциями. В жизни каждого человека есть палитра страхов, ярости, радости, по которой они распределены определенным образом. Если мы могли бы детально воспринять приступ собственной ярости, то заметили бы, что это переживание ощущается точно так же, как в детстве. Мы лишь научились иначе обращаться с ним.

Мы переживаем эмоции телесно. Телесные ощущения — и прежде всего, к ним относится переживание эмоций — формируют основу эго-комплекса и воздействуют на то, каким образом переживается непрерывность нашей сознательной идентичности. К переживанию собственной идентичности также относится также интерес к самому себе, интерес к тому, как мы воздействуем на что-либо, что и как воздействует на нас, что составляет нашу жизненную историю. Далее, к переживанию идентичности относится ряд фантазий, которые у нас имеются по поводу себя. Здесь тоже легко установить связь с эго-комплексом: эмоция, обусловленная комплексом, исчерпывается в фантазиях, и эго-комплекс как центральный комплекс вызывает множество «центральных» фантазий о себе — их следует понимать как дополнительное знание о себе. Фактически, очень многие фантазии вращаются вокруг того, какими мы хотели бы быть, как мы хотели бы жить, каких успехов нам хотелось бы достичь, и так далее. С ними также связаны фантазии о любви, уважении, нежности со

стороны окружающих. Эти фантазии об идеальном воздействии на наш образ себя так, что мы вытесняем те свои стороны, которые ему не соответствуют, позволяем им уйти в «тень», оставаться бессознательными. Другие фантазии не настолько относятся к образу идеального себя, насколько вращаются вокруг того, что можно было бы противопоставить неприятностям и тому, что может подорвать самоуважение или даже уничтожить эго. Здесь также действует, пусть и неявно, очень требовательный Я-идеал, претензии которого мы уже не можем удовлетворять своими силами.

Есть и фантазии, которые необязательно соответствуют представлениям об идеалах; они возникают после эмоционально впечатляющих ситуаций детства. Например, мужчина (35 лет) постоянно фантазировал о своей второстепенности и даже выработал целую философию, почему к второстепенности даже необходимо стремиться. При этом он добивался выдающихся успехов. После длительной работы в анализе он осознал констелляцию комплекса, и ему стало очевидно, что его отец всегда хотел быть на первом месте, а сыну, каким бы он ни был, приходилось быть не более чем на вторых ролях.

Эго-идеал — это компромисс между почти полностью бессознательным жизненным сценарием, который находится в согласии с нашей Самостью и витальностью, с одной стороны, и фантазиями о нас и становлении нашей личности, которые имеются у наших родителей, братьев и сестер, окружающих и так далее, с другой стороны. В течение жизни этот эго-идеал постоянно изменяется так же, как изменяются фантазии различных людей о нас. В лучшем случае эго-комплексу приходится «бродить» между эго-идеалом и «тенью» в ходе их вечного противостояния.⁵² В течение жизни эго-комплекс дифференцируется от родительских комплексов, но не прекращает противостоять отцовскому и материнскому комплексам и их кол-

⁵² Под *тенью* понимают те стороны личности, которые мы не можем принять, которые не согласуются с эго-идеалом, а также, зачастую, с общественными ценностями. Мы вытесняем их и видим их с пристрастием в других людях — в проекции, и боремся с ними. Помимо личной тени существует также коллективная тень.

О личной тени: человек, которому нравится видеть себя великодушным, видит в тени свои мелочные стороны; человек, который хочет считать себя неагрессивным, держит свою агрессию в тени и при констелляции тени становится агрессивным, сам того не замечая. Тень легко переживать, когда мы бдительны. Тогда мы, например, осознанно дружелюбно объясняем с человеком, который втайне нас злит.

Гнев слышится в резком тоне. Если заметить свой резкий тон, не вытесняя этого, то образ себя как очень дружелюбного человека изменится. А это далеко непросто, потому что мы очень хотим соответствовать нашему идеальному образу. Если мы чувствуем, что не соответствуем ему, то реагируем, в первую очередь, неуверенностью и страхом.

Тень также встречается в сновидениях: например, в них появляются воры и грабители, жадины, лентяи, садисты, убийцы, и так далее. Когда мы при переживании этих сновидений и при мыслях о них ощущаем почти непреодолимое сопротивление, то это значит, что они определенно связаны с нашей тенью — не в том смысле, что мы — убийцы, а как указание на то, что мы можем переживать в себе качества, которые ассоциируем с убийцами. Отличие между нами и убийцами состоит в том, что мы, как правило, можем сознательно контролировать свои убийственные импульсы, не позволяя им прорваться. Но очень полезно пережить то, что в определенной ситуации мы тоже можем, например, испытывать убийственный гнев или действовать очень деструктивно — то есть, что мы не настолько просты, как ожидаем от себя. Тень показывает нам, что у нас есть не только те качества, которые нам нравятся — еще мы сталкиваемся в себе с тем, против чего снова и снова осознанно выступаем, но это присутствует в нашей душе. Однако мы встречаемся с тенью не в собственной душе, а, в первую очередь, в проекции на других людей. Мы можем долго и подробно распространяться по поводу хищнического поведения и действий какого-нибудь современника, при этом не только испытывая удовольствие от описания его действий, но и осуждая их, и таким образом показывая, что мы являемся более хорошими, чем он. В интересе к человеку, который притягивает на себя проекции нашей тени, который может вести себя совершенно хищнически, мы частично переживаем свою тень. Однако морально осуждая этого человека, мы снова дистанцируемся от себя — несмотря на то, что испытываем облегчение — на какое-то время, поскольку тень не вытесняется полностью. При этом мы не берем на себя ответственность за нашу теневую сторону. Нам не приходится выдерживать моральный конфликт. Осознать свою тень означает спросить себя, почему же меня так волнуют именно хищнические действия человека, даже если они не вредят мне напрямую. Но мы редко задаемся таким вопросом. Часто мы проецируем нашу тень на людей, которые находятся далеко от нас, потому что тогда тень становится наименее опасной. Это могут быть чужаки, люди из далеких стран, люди, принадлежащие к маргинальным группам. В таких случаях мы должны подумать, где же в нашей собственной жизни встречаются такие черты, которые мы приписываем этим людям и которые могут привести к таким огульным предрассудкам, как например: «Итальянцы всегда шумят». Может быть, и в нас есть сторона, которая иногда хочет выразить себя погромче, жизнерадостнее, менее сдержанно, чем позволяет наша собственная норма. Принять тень означает увидеть, что тень — это часть нас, и таким образом избежать ее проецирования. Это также означает конфликт и то, что наша самооценка может быть задета. Однако после принятия наступает облегчение, свобода и укрепление чувства собственного достоинства. Конфликт происходит потому, что мы вынуждены принять, что в нас есть стороны, которые нам глубоко отвратительны, но мы не можем их спрятать, потому что они прослеживаются в наших действиях. Это задает нашу самооценку, если она зависит нашей идентификации только с хорошими представлениями о себе. В ходе принятия своей тени переживается облегчение, потому что пропадает необходимость постоянно вытеснять эти стороны в себе, постоянно быть лучше, чем мы есть. Эти стороны очень часто связаны с большой витальностью. То есть, тень — это не только то, что мы

лективным расширениям, например, комплексу авторитета, комплексу помощника и так далее. Эго-комплекс также противостоит «инстанциям», которые требуют воплощать индивидуальные и коллективные ценности, заложенные в образе себя идеального. Эти «инстанции» являются производными от этических требований тех, с кем мы вступали в отношения, родителей, учителей, коллективной религиозной системы, позднее — детей, которые предъявляют старшим поколениям новые внутренние ценности и требуют их реализации. Эти «инстанции» ожидают от нас приверженности определенным ценностям и требуют их воплощения в жизнь. Они формируются в связи с запретами и требованиями окружающих, значимых в детстве, но только в том, что они «требуют», а не в том, что именно они требуют. Используя фрейдовскую терминологию,

привыкли обозначать как нечто морально плохое. В тех сторонах, которые мы не принимаем, и которые, возможно, не принимает и общество, часто заложено нечто, что может быть для нас как опасным, так и очень оживляющим.

Принятие тени имеет далеко идущие последствия. Когда мы осознаем свою тень и принимаем ее существование, то принимаем и наличие тени у других людей. Мы более благосклонно относимся к слабостям и ошибкам других, становимся более толерантными. Если бы принятие тени было бы коллективно признанной ценностью, то было бы легче признаваться в ошибках. Такая толерантность или солидарность распространялась бы именно на маргинальные группы, то есть, принятие тени имело бы социально-психологические последствия. Люди из маргинальных групп часто доставляют нам много беспокойства: они воплощают в себе теневые стороны истеблишмента. Принятие тени было бы предпосылкой к демократии, а также к социальной сплоченности. На политическом уровне принятие тени также имело бы смысл, со временем мы были бы вынуждены делать так систематически. Часто мы проецируем тень на людей, которые находятся далеко, просто чтобы тень не вернулась к нам. Поэтому мы начинаем бояться этих людей и отправляем к ним целые армии, потому что они якобы могут напасть на нас. Мы боимся этих людей, чтобы не бояться своей тени. Но мир становится все меньше: мы можем без больших усилий путешествовать в далекие страны. Мы уже не можем избежать встречи с людьми из тех этнических групп, на которые мы проецируем определенные черты, не можем не видеть их, мы можем даже полюбить их, и тогда заметить: они же совсем не такие! Что тогда делать со своей тенью? Помогает только ее принятие. Решение жить «с тенью» означает не просто беспрепятственно включить в свою жизнь все теневое. Конечно, в тени часто заложено много энергии, много желания жить: подумать только, сколько всего, приносящего удовольствия, мы демонизировали, а теперь можем снова извлечь из тени. Но остается проблема морали, к которой нужно подходить ответственно. Мы в ответе за то, как мы обращаемся с тенью, которую осознаем, и за то, чтобы все больше ее осознавать. Чтобы суметь принять тень, требуются различные другие достоинства, помимо уже названной ответственности. Каждая сознательная установка указывает на другие ценности в тени: нам приходится снова и снова заново выдерживать конфронтацию эго-идеала с тенью.

можно говорить о суперэго, но я все-таки понимаю его как составную часть пары «эго-идеал — тень».

К переживанию идентичности, конечно, относится и переживание автономии в сфере эго-комплекса. В течение жизни мы не становимся полностью автономными, а достигаем лишь все большей автономии. Зависимости тоже продолжают, даже появляются новые. Там, где мы стали автономными, где мы все отчетливее воспринимаем свою идентичность, на место зависимости заступает самостоятельность, и мы перестаем быть только производными детских эмоционально впечатляющих ситуаций, сложившихся в отношениях с родителями. Если наш эго-комплекс достаточно эмансипировался от родительских комплексов, мы можем вступать в отношения с родителями, на которых обычно проецируем наши родительские комплексы, причем искажения, диктуемые комплексами, все меньше усложняют эти отношения.

Как любой другой комплекс, эго-комплекс складывается вокруг архетипического ядра — Самости, в юнгианском понимании. В связи с эго-комплексом и поиском идентичности также очень много говорилось о самореализации, самоопределении, самоощущении, становлении собой (во фрейдистской традиции «самостью» называют то, что здесь описывается как эго-комплекс). Таким образом, Самость здесь понимается как вся личность, какой она сформировалась на данный момент и какой она станет в будущем; постепенно Самость открывает нашу неочевидную цель жизни в ходе развития эго-комплекса, которое также исходит от Самости. Но это значит, что осознание эго-комплекса необходимо рассматривать в динамике: в течение жизни ожидаются все новые его конstellации — их типичное протекание описывает психология развития. На них накладывается процесс индивидуации, совершенно особенный для каждого человека, связанный только с его собственными жизненными возможностями и тем, как он противостоит эмоционально впечатляющим ситуациям.

Как любой другой комплекс, эго-комплекс и способствует, и препятствует развитию. Тема развития заключается в достижении все большей автономии, что происходит в ходе самореализации, самовыражения, нарастающего самосознания, усиления умения

себя поддержать, способности оценивать риск и все больше быть в отношениях с собой. Напротив, тема препятствий состоит в том, что нам навязывается ограничение извне, а именно со стороны социальных структур, конкретных межличностных отношений, и изнутри — со стороны отщепленных комплексов. Зачастую бывает сложно сказать, извне или изнутри навязывается такое ограничение, поскольку отщепленные комплексы проецируются — поэтому нам часто кажется, что ограничение навязывается только извне. При таком ощущении имеет смысл задуматься над тем, какое собственное психическое затруднение проецируется на внешний мир. Однако это не значит, что в обществе навязывающие структуры могут быть объяснены лишь тем, что мы так воспринимаем спроецированный комплекс. Их можно и нужно и воспринимать, и изменять — так же как мы поступаем с навязывающими структурами нашей психики.

ЭГО-КОМПЛЕКС В ПСИХОЛОГИИ РАЗВИТИЯ

В контексте развития человека Юнг понимает Самость как априорный формирующий принцип⁵³, который также управляет тем, как выстраивается эго-комплекс. Поначалу эго-комплекс не осознается ребенком, он лишь постепенно становится осознанным через переживание телесного эго — которое также называют телесной Самостью — в первую очередь благодаря тому, что люди, с которыми ребенок находится в отношениях, замечают и признают его, реагируют на него. В своей телесности как основе эго-комплекса ребенок познает, каким образом его принимают — и его существование становится оправданным. Развитие продолжается и приводит к тому, что ребенок может все лучше отличать себя от не-себя и под конец такого развития утверждается в своем эго.

Этапы развития в *детстве* описаны различными школами психологии развития.⁵⁴ Ранние стадии человечества и бытия человеком являются идеальным экраном для проецирования фантазий о

⁵³ Jung, Zwei Schriften über Analytische Psychologie, in GW7 §303.

⁵⁴ Cp. Erikson.

начале вообще и о цельности, которую мы ассоциируем с началом, о последующей утрате цельности, о становлении целостным заново как об основном процессе в жизни человека и в его развитии. Фазы сепарации и сближения заново со значимыми людьми, фазы большей автономии и фазы тревожной перестраховки, возвращений в отношения привязанности, бесспорно, перемежаются и играют большую роль в развитии.⁵⁵ Тем не менее, я считаю, что зачастую мы слишком пристально вглядываемся в период начала жизни. Самостоятельность и вступление в отношения вместе с сопутствующими эмоциями тревоги, агрессии, интереса, радости, любви являются базовыми темами при осознании эго-комплекса.

В юнгианской психологии считается, что осознанием эго-комплекса руководит Самость, поэтому такое развитие идет, скорее, спонтанно. Сначала эго-комплекс проявляет себя в телесности, в аффектах, в эмоциональных высказываниях, которые принимаются значимыми людьми. Так создается довербальная интересубъективность. Такое восприятие эмоций маленького ребенка и реагирование на них подтверждают его существование, укрепляют эго-комплекс в его экзистенции. Кажется, что такое экзистенциальное подтверждение напрямую связано с ощущением способности быть вместе с кем-либо.⁵⁶ Поначалу такое экзистенциальное подтверждение является эмоциональным принятием телесной жизни младенца, затем распространяется на все остальные его проявления, и, видимо, становится той тональностью внимания, которое позднее ребенок сможет уделять своему эго-комплексу. Подтверждение становится предпосылкой к интересу к себе, к заботе о себе, к защите себя. Однако я не считаю, что то, что пошло не так в эмоционально впечатляющей ситуации, невозможно наверстать в дальнейшем. В жизни снова и снова случаются ситуации прорыва, когда может произойти экзистенциальная поддержка, которая может проникнуть очень глубоко. Кроме того, эмоциональное подтверждение обычно исходит не от одного человека — как правило, проявления младенца воспринимаются и подтверщаются различными людьми по-разному, причем одному это удает-

ся — и младенец это хорошо понимает; другому это может удаваться хуже. Если значимые жизненные проявления малыша подтверждаются, то у эго-комплекса появляется надежная основа; если он удерживается в целостности благодаря такой эмоциональной тональности как интерес, наполненный любовью, то человек ощущает, что с ним все в порядке; как правило, он сам тоже считает себя интересным и может с любовью смотреть на себя, в том числе, на свои «острые углы» и крайности, а также на свое окружение. Возникает то, что называют когерентным эго-комплексом, то есть «Я», которое в основном уверено в своей идентичности.

У взрослого эго-комплекс может быть недостаточно когерентным по целому ряду причин: соматическое заболевание в очень раннем возрасте, нехватка сонастроенности между близкими и ребенком, отсутствие значимых людей в ранних отношениях, которые могли бы восполнить эмоциональные дефициты, и так далее. Мне представляется бессмысленным обвинять только родителей в том, что возникают ранние расстройства. Мысль, что так или иначе виновный найдется, следует за мыслью, что мы, люди, могли бы развиваться без конфликтов или даже проживали бы жизнь без болезней и смертей, если бы мы всегда все делали правильно. И это «мы» очень часто приписывается матерям — «Вот если бы матери всегда все делали правильно!» — матерям, которые рожают детей, помогают им появиться на свет.⁵⁷

За последние десять лет психология развития, которая базируется на наблюдениях за младенцами и их близкими, выработала очень ясные представления о том, насколько спонтанные действия исходят от самого ребенка — эго-комплекс может действительно активироваться Самостью — а также насколько значимы реакции на эти спонтанные действия, насколько важно вообще их замечать. Но эти реакции не всегда бывают оптимальными, ведь близкие люди тоже проживают свою жизнь, отмеченную конфликтами, надеждами, тревогами.

С точки зрения психологии развития, осознание эго-комплекса можно видеть чередой фаз прорыва и фаз консолидации. Под «фазами прорыва» понимают периоды, когда новая жизнь, новые

⁵⁵ Cp. Mahler et al.

⁵⁶ Cp. Bûrgin, Stern.

⁵⁷ Cp. Rhode-Dachser, Abschied.

инсайты, новые способы поведения становятся доступными для переживания, когда открываются новые перспективы. Под «фазами консолидации» понимают периоды, когда эти новые установки интегрируются и появляется доступ к переживанию этих установок как чего-то привычного. В развитии эго-комплекса в детском возрасте фазы прорыва и консолидации сменяются с большой скоростью. Очень сильно упрощая и обобщая, можно сказать, что в детстве эго-комплекс переживается все отчетливее — сначала во взаимосвязи и соединении с питающей и поддерживающей материнско-отцовской «почвой» (и в дальнейшем о том, как развивается эго-комплекс, я буду говорить в очень широком контексте и в идеально-обобщенном виде). Это выражается в том, что ребенок получает реакции на его эмоциональное самовыражение и самопредъявление, а также в том, что при эмоционально переживаемой неуверенности в себе для него создают ощущение безопасности в социальном контексте.⁵⁸ Сюда же относятся и эмоциональные ответы на жизненные интересы ребенка, необходимое сопровождение, установление границ там, где ребенок не может их установить сам, и так далее.

Поначалу эго-комплекс предстает сильно переплетенным с родительскими комплексами; в детстве родительские комплексы дифференцируются на отцовский и материнский комплексы.

Подростковый возраст представляет собой типичную фазу прорыва. Эго-комплекс явно выделяется из отцовского и материнского комплексов. Подросток осознает, что является самостоятельным, отдельным, не таким, как родители, а также, что особенно важно, узнает, что берет на себя тень семейной системы и включает ее в собственный жизненный план; таким образом он отделяется от семьи и противопоставляет ей себя, переживая себя как отдельного человека. На уровне комплексов подросток переживает, что именно сейчас, когда он отделяется от родителей, их голоса внутриспсихически звучат помехой в некоторых ситуациях; что в определенных ситуациях он все еще задумывается, что сказал бы на это отец, как на это отреагировала бы мать. Так он постепенно понимает, что «вытряхнуть» «родителей» из психики непросто; эго-комплекс

явно противопоставляет себя отцовскому и материнскому комплексам, а также сиблинговому комплексу. Это дает возможность осознать, как эти комплексы влияют на его жизнь. Конечно, в этом возрасте эго-комплекс продолжает отчасти идентифицироваться с отцовским и материнским комплексами.

В подростковом возрасте в эго-комплексе царит архетип героя/героини: подчеркивается «своя воля», защищается спонтанность; хочется осознать не только собственную идентичность, но и взаимосвязи с другими людьми. Важными становятся отношения, которые выбраны самим подростком, ответственность за свои поступки принимается в большей степени и более осознанно, чем в латентном периоде и препубертате. Анима и анимус — образы женщин и мужчин в нашей душе, соединяющие с нашей глубиной — присутствуют латентно и переживаются в проекции при возникновении эротической и сексуальной очарованности.⁵⁹ Самость проявляется также в утопиях по поводу собственной жизни.

⁵⁹ Ср. «Критические комментарии по поводу концепции анимы и анимуса», Kast, Raaga, S. 157–177. — В разные периоды Юнг описывает *аниму* и *анимуса* по-разному, но это всегда архетипические образы, посредничающие между сознанием и бессознательным. Определение, опубликованное в 1928 г., звучит так: «Если бы мне пришлось описать одним словом, в чем состоит различие между мужчиной и женщиной в отношениях, то есть, что характерно для *анимуса* в отличие от *анимы*, я сказал бы: анима создает *настроение*, анимус — *мнение*.» (Два очерка по аналитической психологии, собр. соч., т.7, пар.331). Это определение можно дополнить высказыванием в комментарии к «Тайне золотого цветка», 1929 г.: «И как анима мужчины состоит, в первую очередь, из неполноценных аффективных взаимосвязей, так и анимус женщины состоит из набора неполноценных суждений, или, лучше сказать, мнений.» (Исследования алхимических представлений, собр. соч., т.13, пар.60). В 1956 г. он пишет: «Анима — это же архетип жизненности без всякого смысла и ответственности.» (Mysterium Coniunctionis, собр. соч., т.14, ч.2, пар.312). В одном из писем в 1957 г. он утверждает: «Анима символизирует способность быть в отношениях. Анимус — это образ духовной силы женщины, которую символизирует маскулинная фигура. Если мужчина или женщина не осознают этих внутренних сил, эти силы проявляются в проекции.» (Письма, т.3, с.139)

Таким образом, в ранний период своего творчества Юнг видел аниму и анимус, скорее, искаженными, нарушенными, но в поздний период он больше замечал жизненные возможности, заложенные в аниме и анимусе, без патологии. Анима и анимус искажаются, когда они еще связаны с родительскими комплексами и когда вытесняются. Их вытесняют, так как часто они связаны с влечениями и мощными аффектами, поэтому мы склонны защищаться от них. Анима и анимус, от которых мы защищаемся, становятся искаженными. Как и все, что вытеснено и отщеплено, эти архетипические символы прорываются в сознание и провоцируют внезапные резкие смены настроения, которые нередко возникают, когда невозможно поддаться очарованию. Юнг пишет, что общим для анимуса и анимы является то, что эти архетипические

⁵⁸ Ср. Bûrgin.

образы посредничают между сознанием и бессознательным (как и любые другие архетипические образы), что в значительной мере творческий аспект бессознательного доносится до сознания через анимус или аниму.

Анимус и анима — это архетипические структуры, поэтому, как правило, они оказывают на сознание воздействие, характерное для архетипических образов: они навязчивы, нуминозны, их часто окружает аура таинственности, безусловности, последней эмоциональной истины. Поэтому об анимусе и аниме можно говорить, только если присутствует такое эмоциональное переживание в связи с внутренними образами или в проекции на других.

В чем же состоят различия? Юнг считал, что анимус проецируется на мужчину или на мужчин, а анима — на женщину или женщин. Кстати, то, что у женщин имеется анимус, а у мужчин — анима, Юнг объясняет тем, что первым фактором, формирующим проекции, у мальчика является мать, а у девочки — отец. Если вспомнить, что анимус и анима описывают как архетипы, а у Юнга, насколько я знаю, нигде не говорится об архетипах, специфических для каждого пола, то встает вопрос, не являются ли анимус и анима внутренними образами, доступными переживанию для обоих полов. Когда Юнг исходит из того, что первым фактором, формирующим проекции у девочки, является отец, то, на мой взгляд, он в данном случае просто противопоставляет психологию женщины психологии мужчины, а это ни в коем случае недопустимо. «Первым фактором, формирующим проекции» как у женщины, так и мужчины может быть мать или родительская пара. Поэтому я считаю, что и у женщины, и у мужчины есть и анимус, и анима, и они представляют собой маскулинный и фемининный аспекты психики.

Если исходить из наблюдаемых феноменов, то несомненно, что мужчины и женщины могут быть очарованы и мужчинами, и женщинами, что в этом притяжении есть нечто нуминозное, то есть, что происходит проекция анимы и анимуса.

Существуют типичные образы анимы, которые, по моим наблюдениям, появляются в сновидениях, влечениях и зачарованных состояниях и у мужчин, и у женщин: это, например, нимфы, очаровательные маленькие девочки, русалки, добрые феи, ведьмы, проститутки, святые, и так далее. Такие фигуры являются образами анимы, только если их появление сопровождается сильными аффектами, чаще всего, эмоцией страстного желания. Зачаровывающие фигуры анимуса также появляются в сновидениях, фантазиях и в переживании проекций у мужчин и женщин. Это может быть, например, таинственный незнакомец, чужестранец, божественный юноша, чарующий мыслитель, божество, которое мечет молнии, таинственный, подобный Христу мужчина, и так далее. В эмоциональном плане такие образы анимуса, чаще всего, передают восхищение, вдохновение, и в меньшей степени — страстную тоску в душе, как образы анимы. Опрашивая коллег, какие эмоции они связывают с анимусом и анимой, я пришла к следующему результату: все согласилось, что анима делает нас более живыми. В отношении анимы использовались такие выражения, как «душа разворачивается», «тяга к слиянию», «тяга к симбиозу и к ощущению, что полного симбиоза не достигнуть никогда». Некоторые подчеркивали, что эта тяга, скорее, восходит к религиозной сфере, причем сексуальность тоже присутствует. «Это тяга к тому, чтобы не просто заниматься сексом, а погружаться в телесность, и сексуальность при этом становится всеобъемлющей, тем, что делает целостным». Другой эмоцией, переживаемой при констелляции анимы, является изменение под воздействием искусства, живописи, стихосложения, и вообще способности забыть о себе в увлечении чем-то. В контексте направленности в пространстве, эмоция, вызываемая констелляцией анимы, сопоставляется с горизонтальным движением. Это эмоция саморасширения, существования в потоке жизни, способности отпустить, а также эмоция умиротворения. В этом саморасширении заложена возможность всту-

пи, в «больших планах» на жизнь.

То, что снаружи выглядит как зачаровывающий переломный момент, как прорыв новых ценностей, новых установок, новых интересов, изнутри является болезненным процессом трансформации. Каждое переходное состояние переживается типичным образом: все начинается с неудовлетворенности, которая может довести до почти полного обесценивания текущей жизненной ситуации. Человек начинает подводить итоги. Такое подведение итогов следует понимать как разновидность горевания.⁶⁰ Человек заново осознает то, что сделал в жизни к этому моменту, а также то, чего ему явно не хватает, что еще требуется воплотить в жизнь. Появляются новые ценности как новые идеалы. Однако еще не успели развиться ценностные установки, которые могут сделать возможной качественно новую жизнь. Человек ощущает, что захвачен внутренней перестройкой, и переживает «расшатывание» идентичности. Эго-комплекс становится менее когерентным, по сравнению с его нормальным состоянием: это не только вызывает тревогу, но и означает, что эго-комплекс может быть реорганизован, организован заново. В ситуациях, в которых прорывается наша идентичность и мы дорастаем до новой идентичности, прежде всего, возникает неуверенность в своей уже имеющейся идентичности, и это связано со значительным нарастанием тревоги. Как правило, это также означает, что вновь «вспыхи-

пать в связь с очень многим.

Для эмоции, связанной с констелляцией анимуса, использовались, в первую очередь, выражения типа «дух захватывает», «состояние вдохновения», затем «внутренняя дрожь от удовольствия при возбуждении», «установить взаимосвязи между вещами», «зачарованность словом». Эмоция, связанная с анимусом, побуждает к пониманию, к желанию понять, «что собирает воедино и держит мир изнутри», к желанию вникнуть в тему, прийти к решению, «высекать огонь из вещей и самого себя». В контексте направленности в пространстве эта эмоция отчетливо связывается с вертикальным движением. Эти стремления, а также основные человеческие потребности, связанные с эмоциями, относящимися к анимусу и аниме, на мой взгляд, являются общечеловеческими, то есть встречаются и у мужчин, и у женщин.

Как правило, мы обнаруживаем аниму и анимуса в проекции, мы бываем очарованы другими, склонны развивать фантазии о них, о наших отношениях с ними, а вместе с этим — и в этих фантазиях в том числе — выражается связь с глубинами нашей души.

Связь анимуса и анимы — внутриспсихическая или в фантазии об отношениях с реальным человеком — приносит жизнеощущение духовно-душевной вдохновенности самим собой, которое едва ли отделимо от чувства любви.

⁶⁰ Cp. Kast, Trauern.

вают» прежние психические расстройства и соматические болезни. В этот период можно приступить к их проработке. Наиболее проблематичные комплексы констеллируются; заново переживаются типичные проблемы отношений с близкими.

При каждом «переходе» у нас есть «шанс» в чем-то развить себя — подойти иначе к тому, с чем до сих пор мы обходились неоптимально. В целом, люди в переходных ситуациях больше подвержены заболеваниям. Болезнь в таком случае означает заботу о себе, когда можно стать себе питающей отцовско-материнской «почвой», чтобы эго-комплекс смог возродиться. Из-за кризиса идентичности в такие периоды защитные механизмы функционируют не так мощно, человек оказывается более открытым к развитию того нового, которое приходит к нему извне или изнутри.⁶¹ Эти новые достижения можно в дальнейшем опробовать во внешнем мире. Переходные периоды структурированы так же, как творческий процесс.

Возраст ранней зрелости (25–40 лет) представляет собой, скорее, фазу консолидирования. В эго-комплексе все еще царит архетип героя, все еще важно не допустить снижения достигнутой степени осознанности, воспринимать собственную волю и приводить ее в исполнение в соответствующем контексте индивидуации, в котором за ближними также признается право на самореализацию. Поэтапное выстраивание повседневности и переживание собственного влияния на свою жизнь заступают на место мечтаний о желаемой жизни. Однако архетип героя царит внутри уже не так безраздельно, как в подростковом возрасте. Наряду с ним influential родительский архетип, будь то воспитание и забота о собственных детях или забота о «детях» в символическом понимании. Собственное детство прорабатывается в ходе событий, переживаемых с собственными подрастающими детьми, прошлое опять становится влиятельным и эмоционально переживаемым, и это становится предпосылкой к «отпуску» прошлого. Также дети стимулируют то, что вновь или вообще впервые оживают детские части психики у взрослого. Собственная идентичность в раннем взрослом возрасте переживается как относительно стабильная, так как, чаще

всего, человек уже нашел свое место в профессии, исполняет семейные обязанности. Давление проблем в отношениях с партнером требует тщательного прояснения на уровне реальных отношений, а также возобновления отделения от собственных отцовского и материнского комплексов, которые незаметно были перенесены на партнера или партнершу. Как правило, под конец фазы ранней зрелости в таких кризисах отношений узнаются разнообразные проекции собственных анимуса и анимы, и мы нехотя возвращаем эти проекции себе: перестаем обижаться на партнера за то, что он не вполне соответствует нашему образу анимы/анимуса, за то, что он тоже всего лишь человек. Остается тоска; она выражается в том, что латентно констеллируется архетип анимы/анимуса как внутренней пары, и это вызывает тоску по более глубоким любовным отношениям, по ощущению целостности в отношениях. Также латентно констеллируется архетип божественного ребенка, который иногда слишком интенсивно проецируется на собственных детей.

Средний взрослый возраст (40–55 лет) влечет за собой значительный прорыв и переоценку ценностей. В этой фазе намечаются большие изменения, связанные именно с эго-комплексом. Если до сих пор эго-комплекс расширялся под воздействием архетипа героя и родительского архетипа, то теперь в «поле зрения» оказываются ограничения разного рода. Если человек переживает этот период как свои лучшие годы, то также он знает, что лучше уже не будет.

На основе опыта полной жизни и значительной реализации того, что заложено в эго-комплексе, происходит кризис середины жизни. В нас еще царит жизнеощущение полноты, компетентности, мы еще получаем удовольствие от «пребывания на высоте», но на горизонте уже маячит знание о том, что наступила середина жизни. Жизнеощущение полноты выражается в том, что мы многое воплотили в жизнь и теперь это необходимо продолжать или постепенно от него «отказываться». Это касается отношений, профессиональной жизни, способа обходиться с самим собой. То многое, что делается для семьи и общества, воспринимается как норма, этого ожидают и почти не замечают. Нарциссическое поощрение, которого легче добиться в молодые годы благодаря особым достижениям, блекнет или мы сами перестаем его замечать, потому что привыкли к нему. Поэтому

⁶¹ Cp. Kast, Der schöpferische Sprung.

му то, что мы делаем, должно быть само по себе подпитывающим, иначе нас будет задевать отсутствие нарциссического поощрения. В таком случае эго-комплекс получает слишком мало подтверждения и теряет в когерентности. Мы чувствуем себя неуверенными в своей идентичности и тревожно реагируем на это.

Возраст средней зрелости также является временем правды. Великие идеи юности либо воплощены полностью или частично, либо вообще не реализованы. Мы уже не можем подкреплять свою самооценку мыслями, что попытаемся когда-либо осуществить то, что еще не было сделано. Утопии о нашей жизни должны стать реалистичными.

Становятся ощутимыми ограничения, прежде всего, в связи с тем, что оставшееся время жизни не безгранично. Старение также заметно в том, что все большее количество ситуаций повторяется; повторение является структурирующим элементом времени. К старению относится переживание собственного замедления, особенно в том, как достигаются высшие результаты. Такое переживание ограничения, которое устанавливается жизнью как таковой, а не нашим бессилием, может научить нас получать удовольствие от того, что есть, примириться с тем, что мы — обыкновенные, смертные; почувствовать, что быть обыкновенным — уже более чем достаточно, примириться с тем, кем мы стали, и даже с тем, что наше тело стареет. Таким образом мы проходим через высшую точку своей жизни под диктатом эго-комплекса в смысле расширения своего Я. Если мы отрицаем это, то в дальнейшем нас ожидает капитуляция и цинизм; если сможем это принять и продлеваем работу горя по этому поводу, то с нами останется ощущение себя живым даже при таких ограничениях.

Переориентирование возможно еще и потому, что к этому возрасту эго-комплекс уже должен был стать достаточно эмансипированным. Конфликты с окружением становятся ожидаемыми — уже не каждый раз конstellляция комплексов застает нас врасплох. Уже кое-что известно о природе людей вообще и нас самих, в частности: об агрессии, зависти, с которой приходится считаться, о садизме человека, о предрассудках. Если мы можем принять, что человек таков, и тем самым отчасти признать собственную тень при-

надлежащей эго-комплексу, то мы можем реалистичнее обходиться с этими повседневными проблемами — ведь мы разработали стратегии, как с ними быть. Таким образом, эго-комплекс выглядит относительно свободным и не определяется комплексами в той мере, как раньше. Конstellляции наших основных комплексов все еще ощущаются, они представляют собой проблемы, характерные для нас, но уже не определяют нас целиком и полностью. При таком — относительно автономно действующем — эго-комплексе принимается больше ответственности за собственную жизнь и меньше делегируется; и мы можем задаться вопросом, что еще продолжает быть важным лично для нас перед лицом смерти, что, по сути и в действительности, представляет собой наша жизнь. При осознании бренности жизни креативность может переживаться более целенаправленно — креативность в смысле самореализации. Архетип божественного ребенка теперь воплощается решительным образом. Архетипы анимы и анимуса теперь являются более интегрированными; пара «анима/анимус» оживает в душе как архетипическая пара, с которой связана большая способность любить, а также большая тоска по любви — имеется в виду как любовь в отношениях, так и внутренняя целостность. Во взаимосвязи «анима/анимус», как во внутренней паре, устанавливается контакт с Самостью, так что она становится переживаемой.⁶² В этом возрасте усиление способности любить и любовь как таковая в меньшей степени нацелены на утверждение собственной идентичности или существования эго-комплекса, хотя и это присутствует. Теперь важнее становится связь с чем-то большим и целостным. По моему мнению, одно из практических воздействий такой любви состоит в том, что становится заметна растущая способность заботиться о потомках и предках — что-то отдается без ожиданий получить что-либо в ответ; в этой деятельной заботе нам открывается, что будущее принадлежит молодежи, что мы должны быть готовы отказаться от всякой власти. Если человек сможет это принять, то сумеет порадоваться молодости других и тому, что подрастают люди, которые привносят в жизнь что-то свое, что им можно дать то, что есть у старших, и нет необходимости вязнуть в соперничестве и зависти.

⁶² Cp. Kast, Paare.

Забота о пожилых родителях обычно присутствует в этом периоде жизни и пробуждает ощущение собственного немалого возраста, архетипически подпитываемое либо образом мудрого старика или мудрой старухи, либо ужасающими образами дряхления или смерти. Заботясь об окружающих, человек начинает заботливее относиться и к собственной жизни, обращается внутри себя к Самости и, таким образом, устанавливает связь с большей целостностью. Отношения с ней выходят теперь на передний план: эго остается верным и себе, и тому, что было создано, но также принимает ограничения, обращается вовнутрь к Самости, не сдвая позиций, достигнутых во внешнем мире. Это происходит постепенно и постоянно.

Если человек страдает от нарциссического расстройства, если эго-комплекс слабо когерентен и постоянно требует большого эмоционального ответа извне, чтобы переживать себя существующим, то в этом возрасте человек больше не может это вытеснять — старение как таковое переживается либо как тяжелая нарциссическая уязвленность, либо как спасение. Такими расстройствами можно — и теперь уже нужно — заниматься в психотерапии.

Если средний взрослый возраст можно понимать как фазу прорыва, то *поздний взрослый возраст* (55–75 лет) представляет собой, скорее, фазу проработки. Составляющие нашей личности, несущие в себе черты противоположного пола, вместе со всеми связанными с этим эмоциями и фантазиями уже интегрированы настолько, насколько возможно. Установлены отношения с большей целостностью, но воздействие на нее становится все более ограниченным. Эго-комплекс человека в возрасте поздней взрослости находится под влиянием архетипа мудрого старика/мудрой старухи. Человек оценивает ситуации, исходя из всего своего жизненного опыта, подает идеи молодым людям и сопротивляется. Молодых людей наставляют, но действовать они должны сами. Влияние происходит время от времени, посильно, в рамках достоинства и опыта, соответствующего возрасту. Начинается отход от мира; при этом происходит подведение итогов. Если при этом человек застревает в прошлом, лишь идеализируя его и обесценивая настоящее и будущее, то поток жизни блокируется, появляется большая неудовлетворенность, и мы имеем дело с типичным расстройством этого возрастного периода.

Наконец, в этой фазе еще раз собирается воедино все, что составляет непрерывность эго-комплекса, все, что было квинтэссенцией отношений. За этим неявно присутствует архетип смерти.

В *преклонном возрасте* (75–90 лет) происходит отход от мира. По всей вероятности, человек становится зависимым, эго-комплекс теряет свою гибкость: одновременно можно наблюдать упрямый эгоизм и согласие на зависимость, отказ от собственной воли, от мыслей об эмансипации. Человек в преклонном возрасте снова полностью находится во власти своего тела, которое еще более или менее допускает духовную свободу. Перед смертью происходит регрессивная реорганизация личности вокруг телесного эго.

С точки зрения психологии развития, вначале эго-комплекс действительно является бессознательным и постепенно осознается в процессе развития. Таким образом, он может служить моделью осознания любого другого комплекса, при котором эмоциональное подтверждение может и должно исходить не от значимых людей, а от своего Я.

Однако с точки зрения юнговской психологии, эго-комплекс не только является центральным комплексом, но и более или менее свободно ассоциирован со всеми остальными комплексами. Все комплексы, в конечном счете, соотносятся с эго-комплексом. Эго-комплекс является когерентным, если он выделяется из родительских комплексов и отделяется от них в соответствии с возрастом. При этом развитие эго-комплекса происходит спонтанно, но переход на новые ступени развития требует эмоционального подтверждения извне. Возрастное развитие с опорой на родительский и сиблинговый комплексы, а также установление взаимосвязей эго с другими комплексами в соответствии с возрастом означает, что имеются проницаемые отношения эго с Самостью, что могут быть интегрированы импульсы к развитию, исходящие от Самости к эго.

ЭГО-ФУНКЦИИ

Эго-комплекс отличается от остальных комплексов тем, что по сравнению с другими комплексами его функции лучше отрефлексированы. Эго-функции вносят свой вклад в рефлексии других комплексов, когда они уже связаны с эго-комплексом, то есть, не

являются полностью бессознательными. Эго-функции способствуют тому, чтобы мы смогли, так сказать, воспринять собственный эго-комплекс, рассмотреть его, развить самосознание. С другой стороны, эти функции мы обычно приписываем своему эго и иногда даже принимаем за него, ведь с их помощью мы систематизируем мир сознания. Такие возможности становления осознания себя, своего эго-комплекса и систематизирования мира, а также осознания мира позволяют нам ориентироваться и знать, что находится снаружи, что — внутри, уметь отличать Я от не-Я, воспринимать реакции окружающих и модифицировать свое поведение в соответствии с ними.

Первичными автономными эго-функциями называют способность воспринимать, ощущения, способность помнить, мышление, способность формировать понятия, быть ориентированными во времени и пространстве, относительно себя как личности, способность управлять вниманием и моторикой, а также использовать защитные механизмы. Эти эго-функции могут действовать достаточно хорошо, они также могут быть тем или иным образом нарушены; это уже сфера психопатологии. Если эго-комплекс является до определенной степени когерентным и отдельным, внутренне связным, эмоционально заряжен любознательностью, то взаимодействие эго-комплекса и Самости является взаимопроницаемым, и тогда мы можем воспринимать мир примерно так же, как его воспринимают другие люди — у нас появляется общий мир. В этом случае наши воспоминания не искажены, наше мышление постижимо другими людьми. Однако наше миропонимание всегда до известной степени определяется нашими комплексами. Реальность, которую мы считаем «реальной», в первую очередь, является лишь нашей собственной реальностью. Однако, если эго-функции работают, мы обмениваемся друг с другом сообщениями о различных реальностях и при этом ощущаем, что живем в одном и том же мире.

Когда конструируется комплекс, сильно заряженный эмоционально, он нарушает деятельность эго-комплекса, а также происходит проекция конструированного комплекса, в результате чего, например, может быть искажено восприятие — оно будет продиктовано комплексом.

Вспомним отцовский комплекс женщины, о которой шла речь ранее: когда конструировался ее комплекс, она вдруг начинала воспринимать людей, которые относились к ней дружелюбно или просто нейтрально, как злонамеренных. Это вызывало в ней страх и агрессию, что, в свою очередь, еще больше искажало ее восприятие.

Если эго-комплекс полностью теряет свою когерентность, то есть становится фрагментированным, то другие комплексы сосуществуют практически без связей между ними, и это обычно проявляется в значительном нарушении эго-функций: появляются провалы в памяти, ложные восприятия, ухудшается ориентирование во времени и пространстве и, прежде всего, относительно своей личности.

Эго-функции часто связывают с понятием «сознание». Однако мы до сих пор не знаем, что такое сознание на самом деле.

КОНСТЕЛЛЯЦИЯ ЭГО-КОМПЛЕКСА

Неотъемлемым свойством комплексов является то, что они конструируются, то есть сужают или расширяют сознание. Вопрос заключается в том, может ли эго-комплекс время от времени как-то особо конструироваться или он всегда является конструированным. Опыт показывает, что иногда мы меньше заняты собственной идентичностью, меньше беспокоимся о своем представлении о себе; бывает и по-другому, когда вопросы идентичности, задетого чувства собственного достоинства и связанных с этим тревог, агрессии, сомнений мучают нас, выходят на первый план. По опыту, необходимо сказать, что эго-комплекс тоже может конструироваться: в таких ситуациях мы видим мир во многом через призму эго-комплекса и задетого чувства собственного достоинства, то есть чаще обычного задаемся вопросами, что для нас хорошо, что — плохо, что нас подпитывает, что умаляет, что делает нас идеализированными или обесцененными.

Конструированные комплексы влияют на эго-комплекс — причем некоторые комплексы так или иначе все время конструированы. Если при анализе данных ассоциативного эксперимента выясняется, что у испытуемого имеется комплекс в сфере самооценки, то в этом нет ничего особенного, это нормально. У всех людей име-

ется какой-нибудь комплекс в сфере самооценки. Вопрос состоит только в том, насколько когерентен эго-комплекс и как он выглядит. Таким образом, эго-комплекс может в какой-то момент конstellлироваться под воздействием другого конstellлированного комплекса или сам по себе. Зачастую обе эти разновидности конstellляции взаимосвязаны, ведь переработка бессознательных комплексов и обид, которые мы переживаем, всегда являются темами и для эго-комплекса; собственные реакции под воздействием комплекса всегда ранят наше чувство собственного достоинства.

В общем, эго-комплекс конstellлируется, когда мы ожидали, что справимся с чем-то, но это не получилось, поэтому нам стало стыдно; либо, когда люди задевают нас и обнаруживают у нас те черты, которые мы хотели бы скрыть от себя и от других. Тогда мы бываем выставлены напоказ в неприглядном виде, в своем ущербном состоянии и опять же стыдимся себя, чувствуем себя задетыми, поскольку думаем, что другой совершенно намеренно снизил нашу самооценку. Обиды, которые приводят к конstellляции эго-комплекса, также связаны с нашей потребностью в принятии. Если эта потребность больше не удовлетворяется, если нас слишком мало замечают, воспринимают, ценят, то наш эго-комплекс получает слишком мало подтверждения и внимания и тогда может «взбрыкнуть».

Когда мы переживаем обиду, стыдимся, чувствуем, что активность нашего эго «поставили на место», когда мы были рады рискнуть, возникает растерянность и ощущение обесцененности — то, что в народе называют «комплексом неполноценности» — или даже ощущение себя ничтожным, ощущение угрозы быть уничтоженным извне или изнутри; такая реакция чаще наблюдается у людей, чей эго-комплекс является малокогерентным. Возникают такие эмоции как тревога, ощущение агонии или ярость.

Если при переживании обиды эго-комплекс не фрагментируется, то мы реагируем стереотипным поведением, которое стабилизирует самоощущение. В связи с этим, прежде всего, необходимо сказать о защитных механизмах. Например, мы говорим, что вероятно благодарны за критику, потому что критика помогает нам продвигаться вперед. Тем самым мы хотим сделать так, будто обиды, которую мы пережили, не было. Таким обращением критики

в ее противоположность, если на самом деле она нас задела, мы можем спасти на какое-то короткое время наше самоощущение. В таком случае нам уже не так обидно, но при этом мы уже не можем проработать нашу «рану».

Можно попытаться иметь дело с обидой, но для этого нужен эго-комплекс, который переживается как когерентный, достаточно хорошая самооценка, а также чтобы обида не слишком сильно задела нас за живое. Тогда мы заметим и обиду, и собственную неуверенность в себе, и печаль из-за того, что наш образ себя и то представление о нас, которое существует у окружающих, явно не соответствуют друг другу; мы также заметим, что нам указали «наше место», и зададимся вопросом, что же нас так задело в том, что наше поведение сочли «не таким», и что же мы все-таки можем исправить. Воспоминания о хороших жизненных ситуациях, о собственных хороших возможностях быть в отношениях, о возможностях достигать чего-либо, а также воспоминания о том, как нас принимают те, кто нас любит и ценит, возвращают ощущение себя «хорошим». Выводы, которые мы делаем из обиды, могут проявиться в изменении нашего поведения или могут быть использованы в ситуациях, позволяющих нам самоутвердиться.

Другие, менее продуктивные и стереотипные, способы поведения, которые, тем не менее, часто встречаются, состоят в фантазировании о своем величии, в фантазиях об идеализированных, великих образах, о людях, которые похожи, но превосходят нас и могут нам помочь, и, наконец, в разрушении и обесценивании. Такие стереотипные способы поведения можно понимать, как саморегулирование психики. Они являются патологическими, только если превращаются в некорректируемые установки. В качестве реактивного поведения они помогают сохранить когерентность эго-комплекса.

КОМПЕНСАЦИЯ С ПОМОЩЬЮ ФАНТАЗИЙ О ВЕЛИЧИИ

В качестве иллюстрации процитирую сновидение, которое Удо Раухфляйш привел в своей книге «Всемогущество и бессилие». Он сообщает о двадцатипятилетнем мужчине, который в очень задева-

ющей ситуации конкурирования повел себя не лучшим образом; он переживал непрекращающуюся и очень болезненную обиду.

В спортивном зале с высокими потолками я сидел на трапеции на самом верху, почти под потолком, и раскачивался взад-вперед. При этом я смотрел на людей внизу, в самом низу — они казались мне маленькими. Я чувствовал себя свободным и довольным. Некоторые люди несколько раз пытались ухватиться за трапецию, на которой я сидел, и удержать ее, но я не давал этого сделать — каждый раз, когда кто-то хватался за трапецию, я кусал его руки и ему приходилось ее отпускать.⁶³

В этом сновидении выражается классическая компенсация, саморегулирование. Сновидящее эго действует как ребячливая «грандиозная самость». Будучи малышами, мы ощущаем себя всемогущими, всесильными, будто никто не может нам ничего сделать. На том этапе жизни это чувство совершенно необходимо для нашего дальнейшего развития. Наша психика использует такой компенсирующий механизм и в дальнейшем, причем «грандиозная самость» может реактивироваться не только в сновидениях, но и в фантазиях. Многие люди замечают за собой, что в ситуациях, когда их обидели или им не удалось достичь желаемой цели, появляются фантазии о подвигах героя, великих выступлениях, и так далее. При компенсации с помощью реактивирования «грандиозной самости» речь уже не идет о том, хорошо или плохо с точки зрения морали то, что человек сделал. Очевидно, психике важно просто восстановить достаточно хорошее чувство собственного достоинства.

КОМПЕНСАЦИЯ С ПОМОЩЬЮ ИДЕАЛИЗИРОВАННЫХ, МОГУЩЕСТВЕННЫХ РОДИТЕЛЬСКИХ ОБРАЗОВ

Другая форма компенсации, которая также является стереотипным паттерном поведения, оживляет идеализированные, могущественные образы родителей, будь то в сновидениях, в фантазии или в реальных отношениях.

Приведу *пример*: женщина тридцати с небольшим лет пережила очень сильную обиду в отношениях с мужчиной, которому,

⁶³ Ср. Rauchfleisch, 145.

по ее мнению, она была не безразлична. Сначала она не соглашалась отвечать на его сексуальные желания, и он сказал, что вообще-то рад этому, потому что ее тело для него слишком дряблос, а кроме того, от нее воняет.

Она рассказывала об этом переживании в терапии, плакала, возмущалась и находилась в смятении. Я предложила ей сосредоточиться на фантазиях, которые у нее возникают в этой связи. Она сказала:

Я гуляю с папой и мамой. На мне очень узкое платье; мой отец, на котором надето много золотых цепей, одна на другой, является мэром или деканом в хорошем университете. Он явно дает мне понять, что считает меня красивой и привлекательной.

Это тоже одна из форм компенсации: женщина обращается к прежним годам своей жизни; она видит себя в роли маленькой девочки, которая идет между мамой и папой, чувствуя себя очень защищенной: ни один мужчина не может на нее напасть. И к тому же отец явно идеализирован, она видит его в золотых цепях, мэром или деканом университета. Отцовский комплекс оживает в идеализированном виде, и она, дочь такого отца, становится более значимой. Это защищает ее от страха быть сексуально непривлекательной. После рассказа об этой фантазии пациентка почувствовала себя намного лучше и стала говорить о том, как она переживает свою телесность, что она боится знать, как мужчины воспринимают ее тело. Это наглядно показывает, что стереотипные поведенческие возможности, стереотипные виды компенсации имеют смысл и так стабилизируют самоощущение, чтобы началась проработка конфликта, который был затронут. Но так происходит не всегда.

КОМПЕНСАЦИЯ С ПОМОЩЬЮ «ОТЗЕРКАЛИВАЮЩЕЙ» ИДЕНТИФИКАЦИИ

«Отзеркаливающая» идентификация проявляется в том, что человек фантазирует об отношениях с тем, кого находит «очень хорошим» и на кого он похож по важнейшим аспектам, или он видит такие отношения в сновидениях. Такие отношения расширяют эго нарциссически.

Пример компенсации с помощью «отзеркаливающей» идентификации: мужчина (48 лет) ссорится со своим сыном (24 года), который упрекнул отца в том, что он вообще ничего не добился в своей жизни. После этого разговора отец — депрессивно настроенный мужчина — чувствует себя разрушенным и обесцененным. Ему кажется, что он действительно ничего не добился в жизни и что его сын, на самом деле, прав. Он размышляет, не покончить ли ему в таком случае со своей жизнью, и ему снится:

Федеральный советник Фурглер стучит в мое окно, будто зовет с собой. Поскольку мы «родом» из одинаковых студенческих обществ, мы с ним должны пойти на футбольный матч, а потом — в пивную. На нас обоих надеты одинаковые пуловеры фанатов футбольного клуба «Санкт-Галлен».

Этот мужчина сказал, что после такого сновидения почувствовал себя намного лучше. Если бы советник Фурглер был его другом, то с ним ничего не могло бы случиться, ведь он в любом случае знал бы, что делать. Буквально: «Знаете, пойти с этим Фурглером на матч «Санкт-Галлена» — это не с каждым случается». Сновидение восстановило его чувство собственного достоинства. Суицидальность больше не была актуальной.

Так происходит компенсация с помощью «отзеркаливающей» идентификации. Сновидец полагает, что советник Фурглер — его ровесник. Насчет студенческих обществ ему ничего в голову не пришло, но они оба якобы были фанатами клуба «Санкт-Галлен», то есть, по его мнению, у них было очень много общего.

ЖАЖДА РАЗРУШЕНИЯ КАК КОМПЕНСАЦИЯ

Когда мы чувствуем себя совершенно бессильными, нас может охватить *бессильная* ярость, сопровождаемая фантазиями о разрушении. Фантазии о разрушении, о деструкции позволяют эго-комплексу ощутить себя в состоянии, активированного почти до всемогущества, поэтому так трудно бывает справляться с жадой разрушения. В такого рода ситуациях это бывает единственной возможностью почувствовать себя живым и сильным. Но эта раз-

новидность компенсации возвращает чувство собственного достоинства лишь на короткое время, а потом человек опять начинает переживать стыд и обиду. Вот почему жажда разрушения так легко обостряется: от такой обиды мы вынуждены защищаться повторяющимися приступами яростного желания разрушать.

Пример защиты от обиды с помощью яростной жажды разрушения: у мужчины (35 лет) была проблема на работе. Его начальник сообщил ему, что в дальнейшем у него не будет повышения в должности. Это невероятно задело мужчину, он считал это несправедливым и решил, что на этом его жизнь кончена.

К тому времени он полгода был в терапии по поводу общей неудовлетворенности жизнью. На сессии он рассказал об этом опыте, об этой обиде и добавил: «Теперь у меня возникает фантазия, что я разношу в пух и прах весь магазин своего начальника». Я попросила его продолжить это представлять. Он сидел на стуле, его руки двигались, нанося резкие небольшие удары. Было заметно, что этим он причиняет себе боль. Он снова и снова повторял: «Вот и славно! Отлично! Так ему и надо! Ему придется помучиться при уборке!»

Когда его жажда разрушения уменьшилась, он не чувствовал ни стыда, ни вины, которые часто возникают после фантазий о разрушении. Он явно чувствовал себя лучше. Для него это было особенно важно, потому что после переживания обид, к которым он был очень чувствителен, что коллекционировал их в своей памяти, он обычно направлял жажду разрушения на себя. Переживая обиды, он снова и снова фантазировал о том, как врежется на машине в дерево, чтобы уж точно погибнуть наверняка.

В психодинамике суицидальных пациентов очень большую роль играют обиды и фантазия о том, что с полной потерей чувства собственного достоинства можно справиться лишь при помощи самоубийства.⁶⁴

После этой фантазии о разрушении мужчина сказал: «Раз уж я разнес там все в щепки, то продолжать работать в этой фирме я вряд ли смогу. Думаю, я поменяю место работы и заодно подумаю, чем я на самом деле хотел бы заняться.»

⁶⁴ Kast, Der schöpferische Sprung, S. 66ff.

Этот пример наглядно показывает, как в ходе компенсации восстанавливается задетое чувство собственного достоинства — даже если это компенсация с помощью разрушения. После этого становится возможным намного более реалистичное противостояние с миром. Тогда мы обходимся с проблемами намного более целенаправленно, и можем проверить, хотим ли мы привнести в свою жизнь что-то новое.

Каждый наш конфликт стимулирует либо ограничение, либо расширение эго-комплекса. Если мы только защищаемся и ведем себя только стереотипно, не прорабатывая конфликт, то не извлекаем урока из трудного опыта.

КОМПЕНСАЦИЯ С ПОМОЩЬЮ ОБЕСЦЕНИВАНИЯ

Обесценивание при переживании обиды — это стереотипный способ поведения, очень распространенный и, на мой взгляд, очень опасный. Мы обесцениваем близких людей, которых считаем обидчиками, и воспринимаем их, конечно, как сверхсильных. Мы обесцениваем отношения, в которых нас сильно задели, обесцениваем мир, который недостаточно принимает во внимание потребности нашего эго-комплекса.

Пример поддержания достаточно хорошего самоощущения с помощью обесценивания: три месяца женщина (28 лет) была в терапии по поводу трудностей в отношениях; она — дочь очень успешной матери и несколько менее успешного отца. С одной стороны, ей нравилось иметь такую мать, у них были хорошие отношения, но «в одночасье» все усложнилось. Ее матери было немного за пятьдесят; дочь привела в дом мужчину, и он — по словам пациентки — «за полчаса» заинтересовался ее матерью. Это наполнило дочь невыразимой яростью, которая выразилась в цинизме. В тот момент она переживала мать как доминирующую, соперничающую, просто совершенно ужасную. Когда она заговорила об этом с матерью, та выслушала и сказала: «Ну, что я-то могу поделать с тем, что у всех этих парней имеется материнский комплекс и они находят меня привлекательной...» После выходных вновь разыгрался этот паттерн отношений, и молодой женщине приснилось:

Я встречаюсь с матерью в каком-то обшарпанном кафе. Моя мать выглядит просто отвратительно. У нее фальшивые зубы, выпадают волосы, она толстая до бесформенности и выглядит просто ужасно.

Она принесла это сновидение на сессию: «Самое ужасное во всем этом то, что утром я испытала огромную радость от этого сновидения. Но мне и сейчас не стыдно за это. Этот сон вернул мне хорошую самооценку. Я вдруг подумала о том, что через двадцать лет буду еще хорошо выглядеть, а вот как будет выглядеть через двадцать лет моя мать — неизвестно. Это меня утешило».

Это сновидение компенсировало ее низкую самооценку, так как в нем она обесценила свою мать, которую обычно даже идеализировала; она сделала ее ужасно отвратительной. И такое обесценивание вернуло ей достаточно хорошую самооценку.

Чтобы выровнять свою самооценку, мы можем обойтись и без сновидений. Например, успешных коллег, которые вызывают зависть у других и таким образом беспокоят самооценку завистников, легко обесценивают, например, говоря, что они, конечно, старались, но ничего нового все равно не сказали.

Мы обесцениваем из тайной, непризнанной зависти, которая указывает на то, что наше самоощущение нуждается в активизации и поддержке. Наши обесценивающие стратегии разнообразны: например, при конфронтации с творческой деятельностью, такой как кино, театр и так далее, обесценивание может принимать вид критики.

Такие обесценивающие стратегии защищают нас от зависти, беспокойства и конфликта. Однако эти стратегии проблематичны тем, что мы создаем себе полностью обесцененный окружающий мир и обесцениваем свои отношения. Никто и ничто якобы не имеет никакой ценности, и если исходить из того, что некоторая степень принятия, неизбежно приходящая извне, также необходима для хорошей самооценки, то получается, что нас принимают лишь обесцененные люди. И конечно, такое принятие тоже больше не имеет никакой ценности. Обесценивая окружение, мы также обесцениваем и себя.

Стратегия обесценивания заводит нас в порочный круг, и, в конечном счете, весь мир обесценивается и становится бессмысленным; затем и мы сами становимся обесцененными и бессмысленными, попадаем в замкнутый депрессивный цикл.

КОМПЕНСАЦИЯ КАК ПРИВЫЧНАЯ ПОЗИЦИЯ

Стереотипные механизмы поведения, компенсирующие негативное самоощущение, служат саморегулированию психики. Оно является автономным процессом, реагированием, восстанавливающим хорошую самооценку; оно позволяет разобраться с актуальным конфликтом. Такие механизмы компенсации становятся патологическими, лишь когда они становятся привычной позицией, и человек вынужден жить, постоянно компенсируясь таким образом, чтобы вообще выживать.

Если такой механизм компенсации становится привычкой, то есть, например, человек живет так, будто сидит высоко под потолком на трапедии и защищается, кусая тех, кто пытается его ухватить, то ему постоянно необходим кто-то рядом, кем он может восхищаться, или же он постоянно будет искать кого-то, кто будет восхищаться им. В таком случае мы говорим о расстройстве в сфере самооценки, то есть о нарциссическом расстройстве личности.

Такие привычки существуют не только в фантазии, но и становятся требованиями к реальным отношениям.

В терапии таким возможностям компенсации соответствуют типичные ситуации переноса и контрпереноса: если человек получает поддержку своей задетой самооценки и при этом реактивируется детская «грандиозная самость», то он привносит в отношения с людьми и в терапевтические отношения свое желание: подтверди, что я классный! Подтверди, что я лучше всех! Терапевт в таком случае подтвердит, скорее, не то, что кто-то очень классный, а то, что человек существует, что с ним, какой он есть, все в порядке. Такие нарциссические потребности часто возникают из-за того, что акты самовыражения эго-комплекса не нашли эмоциональной поддержки, что человеку давали понять, что с ним и с тем, как он самовыражается и предъявляет себя, что-то не так.

Например, детей очень часто бранят за то, что их эго-комплекс активировался. Например, их бранят за то, что они устраивают беспорядок, или что-то затевают, или предъявляют себя громче, чем дозволено. При этом вообще-то взрослых злит нечто большее, чем креативный ребенок как таковой, который решается быть самим

собой и, возможно, несколько выходит за установленные пределы. Этому ребенку приходится иметь дело с близкими, которые, с одной стороны, завидуют возможностям ребенка, а с другой стороны, очень боятся, что ребенок не сможет стать достаточно «подходящим». Поэтому ребенку сообщают, что что-то не так с ним самим и с тем, как он себя ведет — и зачастую это делается, именно когда с ребенком все очень хорошо, когда он ощущает, что делает что-то замечательное, что-то хорошее, что он привносит в мир что-то очень удовлетворяющее. Если в этой ситуации ребенок получает сигнал «с тобой что-то не так», то он уже не уверен в том, что ощущает себя хорошим. Эмоция «со мной все в порядке» — еще одно выражение для ощущения себя хорошим — превращается в глубинную неуверенность в себе.

В дальнейших стрессовых ситуациях, задевающих самооценку, эта неуверенность может прорываться и компенсироваться — как вариант — с помощью фантазий о всемогуществе и величии. Если это становится привычкой, то человек постоянно ищет того, кто подтвердит ему это и будет им восхищаться. Однако даже если удастся найти такое подтверждение и восхищение, в этом бывает мало пользы, потому что это лишь распаляет жажду еще большего подтверждения и восхищения. Восхищение не насыщает. Такие люди нуждаются в очень большом количестве эмоционального подтверждения их существования, в том, что с ними «все в порядке».

В аналитических отношениях часто переживается компенсация, при которой заново оживают идеализированные родительские образы: аналитик становится идеализированной «родительской фигурой», а клиент — «ребенком», или наоборот. При таком способе компенсации человек, который впадает в зависимую роль, во многом отказывается от своей автономии, а взамен получает защиту. Если такой поведенческий механизм становится привычкой, то человек постоянно ищет кого-то, кем он мог бы восхищаться — как правило, на уровне авторитетных фигур, не на уровне равных себе — и к кому он мог бы примкнуть. Такие люди готовы почти полностью отказаться от своей автономии.

В терапевтическом процессе это выглядит так, что терапевт идеализирован, ему приписывается полное всемогущество, им вос-

хищаются. Аналитик тоже реагирует на такой идеализирующий перенос — его непросто выдерживать, поскольку он стимулирует собственные оннипотентные фантазии.⁶⁵ Они бессознательно могут воздействовать на эго-комплекс аналитика, так что он перестает воспринимать границы своего эго. Кроме того, при таких видах переноса нас, психотерапевтов, явно перестают воспринимать как людей.

При компенсации с помощью «отзеркаливающей» идентификации человек постоянно ищет людей, чье мнение и ценности отвечают его собственным, которые таким образом утверждают его в собственных мнениях и ценностях, то есть «заверяют» его в социальном контексте. Такие люди должны обладать определенной значимостью.

В рамках теории комплексов можно сделать вывод, что в ходе развития эго-комплекс привычно компенсирующегося человека отделился от родительских комплексов больше, чем эго-комплекс того, кто ищет идеализированных отношений. Такой человек ближе подошел к отношениям «Я-Ты», хотя и не стремился к ним: он ищет «близнеца», который даст ему необходимое подтверждение и защиту благодаря своей власти и умению справляться с жизненными задачами.

В терапевтических отношениях такие поведенческие механизмы, ставшие привычками, выражаются в том, что пациенты находят параллели между своей биографией и биографией аналитика. Они обнаруживают, что однажды оказались в одном и том же месте в один и тот же год или водят одинаковые автомобили. Если в своих реакциях аналитик показывает, что он живет или думает не совсем так, как пациент, последний начинает энергично «исправлять» это. Такие привычки, проявившиеся в переносе-контрпереносе, можно понимать, как то, что возникло в эмоционально впечатляющей ситуации детства, а также вследствие связанного с ней недовольства жизнью. Такие привычки сопровождаются требованием очень определенного подтверждения, в котором нуждается эго-комплекс пациента и которое может дать аналитик.

⁶⁵ На эту тему ср. Jacoby, Individuation und Narzißmus.

ФРАГМЕНТИРОВАНИЕ

Мы переживаем фрагментирование, если нам не удастся восстановить чувство собственного достоинства с помощью стереотипного поведения, которое в то же время является возможностью компенсации, и тем самым обеспечить некоторую степень самоуважения. Мы чувствуем полное смятение, не можем сориентироваться, эго-функции перестают справляться со своими задачами, нас захватывают различные эмоции. Фрагментирование можно понимать, как распад эго-комплекса на части, и это приводит к измененному состоянию сознания, причем связь, обычно существующая между эго и другими комплексами, также прекращается. Вместо того чтобы говорить от себя лично, человек говорит с другими от «лица» отцовского комплекса, комплекса вины, и так далее. Структура эго распадается. В таких ситуациях саморегулирование психики прекращается. Оно функционирует, лишь пока эго-комплекс является достаточно когерентным.

При фрагментировании когерентности нет, Я-концепция распадается, эго-функции перестают выполнять свои задачи. Однако нельзя сказать, что одни люди постоянно фрагментированы, а другие никогда не переживали процесс фрагментирования — иначе говоря, что у одних людей психическое саморегулирование не функционирует никогда, а у других — всегда. Фрагментирование нужно рассматривать как процесс. Когда возникают тяжелые жизненные ситуации, например, утраты, переживания горя, которые фрагментируют эго-комплекс, то в такие моменты саморегулирование невозможно. Бывают обиды, которые затрагивают настолько глубоко, что вызывают фрагментирование. У людей с психотическими реакциями эго-комплекс фрагментирован, и в определенные моменты саморегулирование им недоступно, но со временем процессы восстановления запускаются заново, и Я заново обретает свои границы, заново запускаются процессы саморегулирования.

Такой процесс восстановления бывает очень наглядным в арт-терапии с людьми, реагирующими болезненно, психотически. По их рисункам видно, что у них больше нет никакой возможности компенсироваться, нет когерентности — их рисунки состоят из

фрагментов. Кроме того, в дальнейшем становится заметно, как заново запускается восстановление — в групповой работе (ведь группа воздействует как сосуд, собирающий части воедино), или в отношениях с другим человеком, или когда привносится архетипический материал, который очень четко структурирован (сказка), или восстановление начинается со временем само.⁶⁶ Конечно, в целом, люди со слабокогерентным эго-комплексом больше склонны к фрагментированию и утрате структуры эго — они, так сказать, слабоструктурированы — чем те, кто смог развить когерентный эго-комплекс. Тем не менее, следует принимать во внимание, что даже у человека с небольшой когерентностью эго-комплекса могут быть «островки Я» высокой когерентности, а у людей с когерентным эго-комплексом могут быть менее когерентные «островки Я». Кроме того, иногда происходят такие жизненные события, к которым эго-комплекс просто не готов, в том смысле, что он не может функционировать безупречно в сложившейся ситуации — но эго-комплекс и не должен быть готов к ним.

Пример переживания фрагментирования эго: мужчина (48 лет) потерял в автокатастрофе жену и дочь и остался с двумя сыновьями 11 и 14 лет. Он не умеет вести хозяйство и вообще делать что-то в быту. Он дезориентирован, сбит с толку, у него «голова идет кругом». В связи с кризисным состоянием врач направил его ко мне.

Уже в самом начале нашей беседы он сказал: «Кстати, мне еще и сон приснился, который меня просто добил». Это очень типично при нехватке саморегуляции — сновидения, которые нас «добивают». Вот что ему приснилось:

Чудовище отрывает мне руки, вырывает из груди сердце, одна моя нога уже валяется где-то далеко от меня... может, я уже и голову потерял. У меня такое впечатление, что я рассыпаюсь на части. Я проснулся с этим ощущением распада и подумал, что, наверное, в этом есть свой смысл — как бы то ни было, мне было бы лучше умереть.

Мужчина рассказывал это сновидение без эмоций, словно воспроизводил какие-то математические формулы.

⁶⁶ Ср. Krapp.

Это сновидение очень точно отражало его ситуацию — он находился в полном смятении, и я чувствовала это по тому, как он говорил. Например, он спрашивал меня, мертва ли его жена, знаю ли я, куда он отвел детей, или я этого не знаю, кто я — психотерапевт или та врач, которая с ним разговаривала. Фрагментирование эго-комплекса заметно в этом сновидении, а нарушение эго-функций — в реальных отношениях: он больше не доверял своему восприятию, не мог положиться на свою память, говорил хаотично.

Довольно часто состояние фрагментирования эго переживается при шоке после внезапной утраты. Человек не хочет больше воспринимать мир вокруг, не хочет ничего помнить: либо ему удастся повернуть вспять колесо времени, либо он не сможет справиться с происходящим.

Этот мужчина боялся, что сошел с ума: в этом выражается фрагментирование, растерзанность, которые хорошо известны по процессу любого горевания.

О действиях психотерапевта в такой ситуации почти нечего сказать, потому что, по сути, мы лишь разделяем ситуацию с этим человеком. Не избегаем ужасного, но и не впадаем в панику. Я заменяла ему функции его эго, например, говорила ему, что он мне сказал, что оставил детей у своего брата, и это действительно так, что он также сказал мне, что его жена умерла позавчера, и это тоже действительно так. Таким образом я подтверждала ему, что он не полностью дезориентирован, что имеются «островки» ориентированного состояния. Также я старалась воспринимать его чувство растерзанности и огромный страх, связанный с ним, при этом я сообщала ему, что эти чувства уместны в этой ситуации и что они трудновыносимы. В его сновидении присутствует архетипический мотив расчленения, который связан со смертью и возрождением. Например, Осирис был разорван на части богом смерти Сетом, и потом Исида пришлось искать все части его тела и соединить их, затем он ожил и занял место среди богов. Как ритуал, умерщвление и расчленение присутствуют в различных мифах — это необходимая промежуточная фаза предшествует возрождению и новому плодородию⁶⁷.

⁶⁷ Neumann, Die Große Mutter, S. 184f.

Такие отсылки к общечеловеческому символу, который к тому же относится к процессу смерти и возрождения, пробуждают надежду и являются очень значимыми для терапевта, поскольку он также «заражается» тревогой, сопровождающей фрагментирование: это экзистенциальная тревога как она есть. В такой момент переживается лишь растерзанность — и пока еще бессмысленно говорить о мотиве трансформации, но для психотерапевта важно хотя бы внутренне ощутить надежду, связанную с этим мотивом. В то же время важно осознавать и принимать эмоции, сопровождающие ощущение расчлененности. Для психотерапевта очень важно знать, что речь идет о мифе трансформации, в конечном счете, о мифе творения — тогда эта надежда будет, так сказать, терапевтическим сосудом, в котором эго-комплекс можно вновь переживать как когерентный.

У этого мужчины интеграция произошла через пять месяцев после первого сновидения. В другом сновидении можно было увидеть, что эго-комплекс переживается по-новому, вместе с этим возникает новая идентичность, новое самоощущение. Вернулось и ощущение границ, которых не было в первом сновидении:

Во сне я был голый и очень слабый — в бассейне на курорте. Три женщины и трое мужчин заворачивают меня во влажную льняную ткань. Мне сразу же становится очень приятно тепло. Я ощущаю свою кожу, снова ощущаю себя, ощущаю себя живым, ощущаю свои границы. У меня такое чувство, что силы отчасти вернулись ко мне.

Мне кажется важным то, что он снова ощущал свою кожу, ощущает себя самого. Кожа является проницаемой границей телесной самости. Мужчина был доволен этим сновидением и сказал, что к нему вернулось самоощущение.

Когда мы ощущаем свою телесную самость, свое телесное Я, мы чувствуем себя собой. Было бы хорошо при работе с людьми, переживающими фрагментацию, давать им возможность обратить внимание на то, как они ощущают свое тело, если это для них возможно. Примечательно, что в этом сновидении мужчина находится в бассейне на курорте, в том месте, где обычно люди заботятся о своем теле, о своем телесном Я, и его оборачивают чем-то влажным — влажной льняной тканью.

До того, как появились нейрорептики, психотических пациентов в состоянии перевозбуждения оборачивали во влажные льняные простыни. Эта идея возникла в университетской клинике в Женеве: людей в состоянии перевозбуждения или кататонии оборачивали во влажные простыни, плотно прилегающие к телу. На такое воздействие человеческий организм реагирует разогревом. Сотрудники клиники постоянно находятся рядом с «обернутым» человеком и тем самым создают ситуацию большого внимания и заботы, чтобы с помощью телесных ощущений пациент мог переживать собственное существование. Это также похоже на ситуацию смерти и возрождения или на ситуацию восстановления эго-комплекса.⁶⁸

Этот мужчина увидел такое сновидение задолго до того, как я узнала о методе «обертывания». В этой связи также интересно то, что во сне о нем заботятся три женщины и трое мужчин, то есть присутствуют и маскулинные, и фемининные образы. Символически, в этом сновидении опять поднимается тема «смерти и возрождения», но теперь отображается, в первую очередь, возрождение эго-комплекса.

После этого сновидения мужчина смог начать так называемую «работу горя» и приблизиться к воспоминаниям о совместной жизни с женой и дочерью, к тем проблемам, которые он теперь переживал вместе с сыновьями, тоже горящими по матери и сестре.

Впоследствии выяснилось, что у этого мужчины было очень хорошо структурированное эго, когерентность его эго-комплекса была более чем достаточной. К фрагментированию эго-комплекса его привела огромная утрата — шокирующая, внезапно свалившаяся на него.

При утрате очень значимого человека людям свойственно реагировать частичным или полным фрагментированием эго-комплекса. В этом нет ничего удивительного, ведь если подумать, такая утрата вызывает значительную перестройку собственной идентичности, а работа горя, в конечном счете, трансформирует эго-идентичность. В ситуациях острого горя невозможно оценить, обладает человек сильным или слабым Я. Это можно понять лишь в период восстановления, который длится до тех пор, пока эго-функции снова не будут в

⁶⁸ Cp. de Coulon.

распоряжении человека. Слова «сила эго» и «слабость эго» являются популярными выражениями того, что я до сих пор называла достаточной или недостаточной когерентностью эго, и они означают, что эго-комплекс обладает отчетливой структурой и ясными границами.

Под выражением «сильное эго» также понимают способность эго устанавливать связи с констеллированными комплексами, и при этом у эго нет необходимости в избыточных защитных механизмах при переживании незнакомых эмоций или появлении пугающих фантазий. Как правило, с помощью таких защитных механизмов психическое равновесие достигается на какое-то время. Но если комплекс, который нужно интегрировать, вытесняется или отщепляется, то следует ожидать новых, более серьезных вторжений с его стороны. Те, кто может использовать менее жесткие защитные механизмы, намного легче переживают конфликт, сопровождающий каждый комплекс. Вот почему силу и слабость эго, которые трудно диагностировать иначе, кроме как в крайних случаях, можно определить, исходя из того, какие активные защитные механизмы заметны у человека. Как правило, если человек может использовать разнообразные, модулированные защитные механизмы, которые формируются в более поздние периоды развития, и управлять ими, то он обладает сильным эго⁶⁹, то есть когерентным эго-комплексом с прочными структурами.

Способность интегрировать констеллированные комплексы в эго-комплекс означает, что человек в состоянии выдерживать конфликты и противоречия, что он предрасположен снова и снова задаваться вопросом о себе и наблюдать за собой, что его эго-комплекс развивается. В сфере отношений «сильное эго» означает способность вступать в контакт с другими людьми, позволять другим быть такими, каковы они есть, даже если это не соответствует нашим ожиданиям, способность «запутываться» в эмоциях, не боясь надолго потерять себя. «Обладать сильным эго» означает позволить себе риск иногда «потерять лицо», а также потерять себя, самозабвенно отдаваясь отношениям. Однако повторяюсь, сильное эго — это не то, что у нас есть раз и навсегда: в некоторых ситуациях эго может быть сильнее или слабее.

⁶⁹ Mentzos, S. 62.

Слабость эго может проявиться, если человек, в противоположность сильному эго, сразу же активизирует свои защитные механизмы, особенно — примитивные защитные механизмы: расщепление и отрицание. Они зачастую связаны друг с другом. Наиболее распространенный вид расщепления состоит в том, что мы воспринимаем себя только хорошими, а остальных — только плохими. Такое расщепление указывает на то, что человек испытывает очень сильную тревогу и недостаточно толерантен к ней, поэтому вынужден устранять ее любой ценой. Бессознательные содержания могут быть интегрированы, только если эго-комплекс устойчив и когерентен — и только тогда вообще может происходить то, что называют процессом индивидуации. Вот почему так важно задумываться об эго-комплексе и о том, каким образом можно восстанавливать его когерентность в ситуациях, когда она отсутствует.

В своих работах Юнг снова и снова утверждал, что интегрирование бессознательного в сознание (процесс индивидуации) возможно, только если сознание или эго достаточно сильны, если сознание обладает достаточной выносливостью.

Поэтому в тех случаях, когда в качестве психотерапевтической линии выбирается процесс индивидуации, важно выработать способы восстановления когерентности эго-комплекса в ситуациях, когда она теряется.

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ВОССТАНОВЛЕНИИ КОГЕРЕНТНОСТИ ЭГО-КОМПЛЕКСА

Эго-комплекс определяется как центральный комплекс, поэтому то, как мы обходимся с другими комплексами, можно перенести на эго-комплекс.

Комплекс необходимо заметить. Самоощущение человека, у которого констеллирован эго-комплекс, необходимо заметить. Также необходимо поддерживать человека в том, чтобы он замечал и выражал фантазии, связанные с констеллированным эго-комплексом. Как правило, это нелегко, это требует большого доверия между аналитиком и аналитиком. Как я уже говорила, очень часто такие фантазии представляют собой фантазии о величии или о разрушении, и

обычно люди этого стыдятся. Если терапевт не сможет разъяснить значимость таких фантазий, их снова и снова будут вытеснять.

Очень часто в задачи терапевта входит то, чтобы замечать и называть чувства. Чувства можно заметить не только при их вербальном выражении, которое зачастую больше маскирует, чем обнажает, более глубокие чувства, но и при наблюдении за языком тела, за атмосферой, царящей на сессии, а также при сосредоточенном наблюдении аналитиком за собственной психикой, которая реагирует на конкретную ситуацию. Такую способность воспринимать и вчувствоваться называют «эмпатией». При этом речь идет не только о том, чтобы создать эмпатическую атмосферу, в которой человек мог бы поделиться чем-то своим, но и о том, чтобы психотерапевт описывал эмоции, которые действительно присутствуют на сессии. Это сопоставимо с той ситуацией развития эго-комплекса, когда близкие люди воспринимают эмоции малыша, которые он выражает, и выражают их тоже, но, как правило, в другой модальности, и тем самым передают ему уверенность в том, что его чувства можно понять и что с ними все в порядке.

В каждом комплексе отражены паттерны отношений из детства, поэтому они легко опять расщепляются на две «личности», и самые сложные противоречия, которые препятствовали становлению эго-комплекса или искажали его, легко конструируются в терапии, как я уже показала на примере терапевтической работы с компенсацией с помощью грандиозности, идеализированных родительских фигур, и так далее. Если эти паттерны отношений чувственно переживаются и находят понимание, то становится принципиально возможным новое переживание и поведение. При этом необходимо понять, в каком положении был в детстве не только сам ребенок, но и близкие ему люди, вовлеченные в конфликтную ситуацию.

В терапии раннее детство не просто повторяется и «чинится». Важно, что рядом оказывается другой, надежный человек, который «подставляется» под очень неприятные эмоции, пытается понять их и сделать их понятными тому человеку, которому они принадлежат и который их стыдится. При этом мне кажется важным, чтобы терапевт не вел себя лишь покровительственно — мол, этому человеку было так тяжело в жизни, сейчас я сделаю для

него много хорошего — нужно, чтобы он предоставил питательную материнскую «почву», принимая очень всерьез любые выражения чувств и комментируя их. Для этого требуется эмоциональная надежность, но постоянное присутствие — не обязательно. По моему мнению, эмоциональная надежность подразумевает то, что мы признаем свои чувства, даже когда нас задевают как личность. Например, когда мы раздражены и этим задеты, мы можем признать свое раздражение, а не делать вид, что просто задумались. Это означает, что мы должны подтверждать социальный контекст, подтверждать то, что пациент «верно» воспринимает эмоции другого человека, а если это не так, это необходимо корректировать. Под эмоциональной надежностью я также понимаю то, что терапевт отчетливо проговаривает, какие правила действуют в терапевтических отношениях, и соблюдает эти правила.

Нередко люди, находящиеся в ситуациях, в которых эго-комплекс фрагментирован или находится под сильным внутренним давлением, требуют от терапевта практически постоянного присутствия. Если поддаться этому, то будет затребовано еще больше присутствия. Я считаю, что психотерапевт не должен постоянно присутствовать в жизни анализанда, как ранее это делали его близкие люди. Однако в период своего присутствия терапевт должен по-настоящему «включаться» в эмоции анализанда.

Когда эго-функции перестают делать свое дело, когда человек находится в смятении и его память замутнена, а мышление утратило свою когерентность, психотерапевт предоставляет ему свои эго-функции, как я описала это в случае мужчины, пережившего шок от горя. Но мы предоставляем в распоряжение свои эго-функции, лишь пока в этом есть необходимость и лишь в тех жизненных сферах, в которых это требуется.

Однако мне кажется, что мы предоставляем человеку в распоряжение не только эго-функции, но и способность к психическому саморегулированию. Когда эго-комплекс анализанда полностью или в значительной мере утратил свою когерентность, психика теряет и способность к саморегулированию. В таких случаях, по моему мнению, в том общем бессознательном, которое разделяют друг с другом психоаналитик и пациент, кроется возможность пережи-

вать в лице аналитика компенсирующую и регулирующую функцию психики и то, как он привносит ее в аналитический процесс.

Пример того, как аналитик предоставляет свои эго-функции в пользование анализанду: во время первой сессии с мужчиной, потерявшим жену и дочь в автокатастрофе и полностью сбитым с толку, я вдруг увидела в своем воображении математические формулы: уравнение со многими неизвестными. Я ничего не поняла в этом образе. Мужчина не казался мне «уравнением с многими неизвестными», к математике я не имею никакого отношения. Должно быть, это была разновидность контрпереноса: похоже, мое бессознательное переняло что-то от бессознательного этого мужчины, затем в моем сознании появилось то, что я сформулировала так: «Для меня очень необычно то, что я вдруг увидела в своем воображении уравнение со многими неизвестными. А Вам это о чем-то говорит?» На это он ответил очень уверенно: «Знаете, уравнения с многими неизвестными можно легко решить». Он попросил меня поточнее сказать ему, сколько именно там неизвестных и так далее, и предложил варианты решения. Потом он с удивлением посмотрел на меня и сказал: «Надо же, получается! Ну, я рад. Значит, я все-таки не сошел с ума». Я никак не могла знать, что он интересуется математикой. Этот образ, появившийся у меня, затронул явно здоровую часть его эго и вернул ему ощущение того, что он все еще функционирует — чувство, невероятно важное в той ситуации. Я имею в виду, что его саморегулирование не функционировало, зато оно действовало у меня.

В той ситуации для меня были также очень важны сновидения и образы пациента. Как правило, пациенты не замечают эти послания бессознательного, пока не восстановится когерентность их эго-комплекса, но сновидения и образы могут пролить свет на аналитические отношения, отразить паттерн отношений, указать на эмоциональный настрой анализанда и тем самым опять-таки быть предпосылкой тому, чтобы аналитик мог по-настоящему проникнуться этим эмоциональным настроением. Нужно очень серьезно относиться к тому, что в таких ситуациях сновидения не изменяют настроение, хотя человек видит и слышит их послания (зачастую эти люди видят очень образные и впечатляющие сновидения).

Конечно, так бывает не всегда. На мой взгляд, очень важно задуматься о том, что не бывает людей, у которых эго всегда малокогерентно, о том, что это обусловлено ситуативно и что всегда найдется ситуация, когда такие люди могут реагировать, как люди с сильным эго. В моем понимании нельзя оставлять без внимания ужасное чувство, что «так дальше жить нельзя», или «вечное» ощущение себя изгоем, которые они испытывают. Но столь же проблематично видеть их более слабыми, чем они есть, или объявлять «нездоровыми» те стороны их личности, с помощью которых они, например, «забегают вперед» и быстро развивают и используют автономные структуры.

От того, как мы представляем себе развитие эго-комплекса, очень во многом зависит терапевтический подход к людям, страдающим от малой когерентности эго-комплекса, или к тем, кто временно утратил когерентность эго-комплекса. В юнгианской психологии в этой связи говорится о необходимости сделать доступной переживанию ту идею, что за развитием эго стоит Самость, донести до сознания человека то, что существует «ось эго — Самость», как ее называет Нойманн.⁷⁰ При этом терапевт не должен видеть себя всемогущей матерью, без которой этому человеку дальше не прожить, напротив, мы должны так использовать свои материнско-отцовские функции, чтобы в терапевтических отношениях человек переживал себя по-новому, снова мог переживать себя, чтобы происходил процесс развития, который терапевт должен замечать и подтверждать.

⁷⁰ Neumann, Das Kind, S. 51.

АСПЕКТЫ АРХЕТИПА

Ядром комплекса является архетип.⁷¹ Существует много типичных комплексов, которые стали всеобщими, такие, как, например, отцовский комплекс, материнский комплекс, комплекс власти, комплекс страха и так далее.⁷² Символы являются точками проработки комплексов, поэтому Юнг различает символы личного и надличного характера. Значение личных символов связано преимущественно с жизненной историей индивида; надличными являются символы, типичные для человечества, снова и снова очень вдохновляющие людей и откликающиеся у многих. Как правило, надличные символы встречаются в художественных произведениях. Юнг также пишет о фантазиях надличного характера:

Несомненно, такие фантазийные образы имеют ближайшие аналогии в мифологических типах. Поэтому считается, что они соответствуют определенным *коллективным* (а не личным) структурным элементам человеческой души.⁷³

Исходя из того, что существуют много параллельных мифологических мотивов, а также сопоставимые мотивы в истории религии, искусства, поэзии и так далее, Юнг сделал вывод, что в психике существуют ее базовые структурные элементы, которые он назвал архетипами. Например, он описывал воздействие архетипов следующим образом:

Бессознательное воздействует на сознание определенным образом, что [...] обеспечивает в каждом отдельно взятом индивиде схожесть, даже одинаковость с другими, его опыта и имажинативных об-

разов. Одним из главных доказательств этому является, так сказать, универсальный параллелизм мифологических мотивов, которые я из-за их изначальной образной природы назвал *архетипами*.⁷⁴

В другом месте Юнг говорит о том, что архетипы влияют на «способы поведения и функционирования, определяемые уже пренатально». ⁷⁵ Архетипы вмешиваются в «формирование содержания сознания, регулируя, модифицируя и мотивируя их». ⁷⁶ В целом можно сказать, что архетипы являются антропологическими константами переживания, отображения, переработки опыта и поведения. Они, так сказать, выражают в себе то, что такое быть человеком.⁷⁷

Архетипические образы и опыт, которые мы переживаем в сознании, необходимо отличать от архетипов как таковых. Архетипические образы — это «сильно варьирующие представления, которые указывают на исходную базовую форму, *не обладающую наглядностью*. Она проявляется лишь в определенных элементах формы и в определенных принципиальных значениях, которые постижимы лишь приблизительно». ⁷⁸ Кроме того, эти архетипические образы всегда опосредованы нашими личными комплексами, и это объясняет, почему в архетипическую ситуацию наряду с типичным вплетается очень много личного.

Итак, с одной стороны, архетип является придает структуру в психической и физической сферах, то есть психические и физические процессы происходят определенным образом, типичным для человека: в одних и тех же ситуациях у разных людей возникают сопоставимые образы, сопоставимые эмоции, сопоставимые влечения. Архетип как таковой, не обладающий наглядностью и трансцендентный сознанию, вызывает и сходные образы, и сходные инстинктивные и телесные реакции. С другой стороны, архетип обладает совершенно особой динамикой. ⁷⁹ Эта динамика способствует тому, чтобы тот или иной потенциал был воплощен, чтобы произошла констелляция, то есть то, что мы ощущаем как силу влечений.

⁷⁴ Jung, Über den Archetypus mit besonderer Berücksichtigung des Animabegriffs, in GW 9 I §118.

⁷⁵ Jung, Medizin und Psychotherapie, in GW 16 §208.

⁷⁶ Jung, Theoretische Überlegungen zum Wesen des Psychischen, in GW 8 §404.

⁷⁷ Jung, Die psychologischen Aspekte des Mutterarchetypus, in GW 9 I §152.

⁷⁸ Jung, Theoretische Überlegungen zum Wesen des Psychischen, in GW 8 §417.

⁷⁹ Там же §414.

⁷¹ Jung, Synchronizität als ein Prinzip akausalser Zusammenhänge, in GW 8 §856.

⁷² Предисловие К. Г. Юнга к Jacoby, S. X.

⁷³ Jung, Zur Psychologie des Kindarchetypus, in GW 9 I §262.

Фон Франц говорит об этой динамике как о «спонтанной движущей силе, трансцендентной сознанию».⁸⁰ Для описания этой динамики Юнг многократно использует одни и те же понятия — например, «спонтанный движущий принцип, принцип деятельности»; эта динамика также влияет на свободное зарождение образов и на суверенную манипуляцию ими.⁸¹ Из этого можно сделать вывод, «что бессознательное не только является исторически обусловленным, но и привносит в сознание творческие порывы — как и природа, которая невероятно консервативна, но при этом в актах творения отменяет собственную историческую обусловленность».⁸²

С концепцией архетипов также связано понятие коллективного бессознательного. Юнг различает личное бессознательное, структурными элементами которого являются, прежде всего, эмоционально заряженные комплексы, которое состоит из вытесненного опыта, из переживаний, которые мы могли бы осознать, и коллективное бессознательное, структурными элементами которого являются архетипы. О коллективном бессознательном Юнг пишет: «оно [...] равно само себе во всех людях и тем самым формирует и задает в каждом человеке всеобщую душевную основу надличной природы».⁸³

Итак, архетипы являются регулируемыми, модифицируемыми, мотивирующими воздействиями бессознательного, которые, кажется, не имеют никакого отношения к проблемам, отображенным в комплексах. Поэтому архетипические образы или надличные символы рассматривают как «здоровый материал», хотя для архетипов не существует категорий «больного» и «здорового», равно как «хорошего» и «плохого», поскольку архетип находится по ту сторону добра и зла, здорового и нездорового.⁸⁴ Тем не менее, воспринимая архетипические представления — при условии, что это достаточно когерентно — мы можем переживать мощные импульсы, ведущие к трансформации. Если соотносить личные проблемы с коллективно-архетипическими процессами, как это изображено,

например, в сказках, то пробуждается эмоция — надежда на то, что с этими проблемами можно справиться. Кроме того, зачастую архетипические символы возбуждают фантазии, в основном связанные с архетипическими символами, которые дают ощущение большей автономии, большего умения справляться с жизнью, большей осмысленности.

Для Юнга архетипические образы являются долгосрочными, жизненно необходимыми, базовыми составляющими человеческой психики, без которых человек не мог бы выжить.

Бывают проблемы, которые не решить собственными силами. [...] Признавая это, мы заручаемся преимуществом честности, истины и реальности и тем самым закладываем основу компенсирующих реакций коллективного бессознательного. [...] Если человек обладает такой установкой, то в нем пробуждаются и вступают в действие помогающие силы, которые таятся в глубине человеческой природы, ведь беспомощность и слабость являются вечным переживанием, вечным вопросом человечества, и на него есть вечный ответ, иначе человечество давно бы уже вымерло. [...] Необходимая и востребованная реакция коллективного бессознательного выражается в архетипически сформированных образах.⁸⁵

В другой работе он пишет так:

Всякая соотнесенность с архетипом, переживаемая или просто называемая, «затрагивает» — воздействует, поскольку пробуждает в нас голос сильнее нашего. Тот, кто говорит первообразами, говорит тысячей голосов, охватывает, преодолевает и в то же время поднимает то, о чем он говорит, от однократного и преходящего до всегда существующего. Он поднимает личную судьбу до судьбы человечества, пробуждая в нас все те полезные силы, которые много раз позволяли человеку спастись от всех опасностей и пережить длиннейшие ночи.⁸⁶

Юнг сопоставляет воздействие архетипических образов с тем, как творческий процесс влияет на сознание. Так или иначе, мне кажется, что тем самым он касается и целей психотерапии: если страдающий человек может сопоставить свои проблемы с проблемами,

⁸⁰ von Franz, Zahl und Zeit, S. 36.

⁸¹ Jung, Zur Phänomenologie des Geistes im Märchen, in GW 9 I §393.

⁸² Jung, Die Struktur der Seele, in GW 8 §339.

⁸³ Jung, Über die Archetypen des kollektiven Unbewußten, in GW 9 I §3.

⁸⁴ Jung, Psychologie und Dichtung, in GW 15 §160.

⁸⁵ Jung, Über die Archetypen des kollektiven Unbewußten, in GW 9 I §44f.

⁸⁶ Jung, Analytische Psychologie und dichterisches Kunstwerk, in GW 15 §129.

с которыми люди сталкивались всегда, то это пробуждает, прежде всего, надежду на то, что с этими проблемами можно жить, можно справляться с жизнью.

По этим попыткам Юнга так или иначе описать архетипы очень хорошо видно, как архетипическая констелляция переживается сознанием. Нам известно, что комплексы заряжены сильными эмоциями и что архетипические констелляции, как правило, заволаживают нас. Юнг говорит о «нуминозности» в связи с сильной эмоцией, проникающей в сознание, которую вызывают архетипические констелляции. Эти образы захватывают, «держат» и не отпускают нас. Такой принудительный эмоциональный опыт создает ощущение значимости, предназначения, судьбы. Если архетип констеллируется, то мы чувствуем, что нас захватывает очень сильная эмоция, сопровождаемая интенсивными фантазиями, видениями, утопическими идеями — это также могут быть интенсивные сексуальные фантазии — от темы фантазии уклониться невозможно, и мы пытаемся понять образы, которые так сильно нас занимают. Как правило, человек ищет нечто сопоставимое в уже известных ему образах из истории человечества. Применяется метод амплификации: делается попытка поместить архетипический образ, архетипическую идею, которая так занимает человека, в более масштабный и осмысленный контекст; расширить их, дополняя сходными образами. Благодаря этому диапазон смыслов, связанных с образом, должен еще расшириться. Этот метод полезен еще и тем, что невозможно чувственно воспринимать архетип *per se*, но архетипические образы отчасти «накладываются» друг на друга и могут быть изменены комплексами или культурной спецификой.

При амплификации рассматриваются не только отдельные мотивы, но и их типичные взаимосвязи, их типичный контекст. Чтобы амплификация не привела к тому, что «все — это все», что человек, и жизнь, и мир — все едино, — хотя это и не вызывает сомнений — необходимо, чтобы мотивы обладали сопоставимой эмоциональной выразительностью.

Например, одним из архетипических мотивов является мотив «божественного ребенка». Он встречается в различных мифологиях — вспомним об Иисусе, Кришне, Гермесе, Будде, и так далее.

«Божественный ребенок» всегда рождается особым, чудесным образом, иногда даже дважды, или его зачатие является необыкновенным (например, непорочное зачатие Иисуса). Затем ребенок оказывается покинут, его жизнь находится под угрозой, и зачастую он противостоит демонической силе, которая хочет его уничтожить. Однако угрозы врага лишь делают ребенка сильнее, и он оказывается непобедимым существом, которое изменит мир.

Мифологический мотив «божественного ребенка» вместе с присущими ему структурными элементами встречается в религии, искусстве, литературе, сновидениях. Его феноменология также сопровождается сильной эмоцией, которая захватывает человека. Если мы подпадем под влияние этого мотива, то он вызовет у нас надежду на будущее, новое становление и усиление самостоятельности. Если нам доступно переживание символа «божественного ребенка», когда этот архетип констеллировался, то с ним взаимосвязан элемент возможной новой формы, творческого изменения, а также конфронтации нового и старого. В целом это — символ опыта, связанного с возможностью трансформироваться, который до конца не постижим.

Символ «божественного ребенка» соотносится с нашим «внутренним ребенком» и указывает на то, что снова и снова возможно новое начало всего живого. В каждой культуре мотив «божественного ребенка» вместе с присущими ему структурами перерабатывается по-своему. Так, ребенок Иисус явно отличается от ребенка Кришны. О Кришне рассказывается, что он участвовал в детских проделках, например, связывал коровам хвосты, и так далее. Однажды он наелся глины, его товарищи по играм наябедничали, мать заставила его рассказать, в чем дело, а он сказал, что его товарищи наврали. Мать потребовала, чтобы он открыл рот, и увидела весь сотворенный мир: солнце, луну, континенты, горы, моря. Про Гермеса рассказывают, что он, будучи младенцем, украл стадо коров. Мы с трудом можем представить себе что-то такое в связи с Иисусом.⁸⁷

Наши комплексы сильно влияют на то, как мы переживаем архетипические констелляции. В зависимости от того, какие пережи-

⁸⁷ Ср. Schwarzenau.

вания у нас связаны с тем, что такое быть ребенком, с детством, мы будем по-разному переживать этот архетип. Тем не менее, я считаю, что тяжелые ситуации детства могут лишь приглушить надежду, присущую этому архетипическому мотиву, но не устранить его полностью — в этом проявляется другое измерение архетипа. Например, это заметно по людям, страдающим от навязчивостей. Психодинамика невроза навязчивости состоит в том, что всемогущая запрещающая инстанция, очень похожая на карающее божество, вступает в противостояние с ребенком, который хочет развиваться, хочет будущего, хочет жить. Человек с навязчивостью идентифицируется с этой всемогущей запрещающей инстанцией, пытаясь контролировать последствия поступков, последствия жизни как таковой, а вместе с этим — любые творческие трансформации. Как правило, при работе с навязчивостями оживляется архетип «божественного ребенка» и архетип его «противника», который тоже является его составной частью и взаимосвязан с этой запрещающей инстанцией. Но и при таком напряжении мотив «божественного ребенка» переживается как источник надежды.

КРИТИКА ЮНГИАНСКОГО УЧЕНИЯ ОБ АРХЕТИПАХ СО СТОРОНЫ ЭРНСТА БЛОХА

Эрнст Блох сильно и много критиковал Юнга. Прежде всего, его критика касается понятия архетипа. В своей книге «Принцип надежды»⁸⁸ Блох высмеивает Юнга; он приводит неуместные и крайне эмоционально заряженные доводы. Двадцать лет после смерти Юнга он все еще эмоционально реагировал по поводу «еретика из Цюриха». Так сильно высмеивают лишь того, с кем ощущают близость.

Блох выдвигал следующие обвинения: по Юнгу, архетип — это нечто ультраконсервативное, нечто ужасно регрессивное, поэтому человечество никак не могло развиваться таким образом; если бы это было так, не происходило бы никаких политических изменений. Он также добавлял, что Юнг вообще неверно понимал, что такое архетип: по мнению Блоха, в архетипе заложен весь потен-

циал утопии, фантазия относительно всего того, что может изменить будущее. Он говорил об «архетипически инкапсулированной надежде».

При этом Блох «выхватил» из контекста один аспект, который, безусловно, можно найти у Юнга, а именно — идею о том, что на протяжении миллионов лет люди остаются все теми же, а другой аспект той же идеи — о том, что на этой душевной основе и возникает творческий порыв, структуру которого определяет архетип, он упустил или счел собственной мыслью.

Юнг неоднократно пишет именно о том, что бессознательное является не только «исторической обусловленной данностью, но и источником творческого порыва».⁸⁹ Он также говорит о том, что творческий процесс состоит в «бессознательном оживлении архетипа, в развитии и поиске наилучшей формы вплоть до законченного образа». При этом «поиск формы для изначального образа [...] в определенной степени становится его переводом на язык современности».⁹⁰ Оживляются именно те архетипы, которых больше всего не хватает духу времени, цайтгайсту, причем они интерпретируются по-новому, в соответствии с духом времени. Таким образом, они привносят в дух времени те элементы, которыми культура пренебрегает.

На мой взгляд, критика со стороны Блоха неадекватна и, тем не менее, важна, поскольку юнгианской психологии постоянно отказывают в том, что она политически уместна. Эта «неуместность» в политике связана не столько с понятием архетипа, сколько с тенденцией придавать меньше значения внешнему политическому миру, политическим требованиям и больше — миру внутреннему, а также с тенденцией не очень серьезно относиться к тому, что процесс индивидуации является, с одной стороны, внутренним интегрированием, а с другой стороны, представляет собой участие во внешних отношениях. Если же архетипические конstellляции могут возникать только при настоятельной необходимости саморегуляции, то, например, можно собрать актуально конstellлированные архетипические образы различных людей, чтобы рассмотреть

⁸⁸ Ср. Bloch.

⁸⁹ Jung, Die Struktur der Seele, in GW 8 §339.

⁹⁰ Jung, Analytische Psychologie und dichterisches Kunstwerk, in GW 15 §130.

тему «природа под угрозой». По моему опыту, архетипические конstellляции проявляются, только если мы находимся в интенсивных отношениях с человеком, предметом или опасностью. Будучи структурными элементами коллективного бессознательного, заряженными определенной динамикой, архетипы проявляются в нашем сознании в виде символов, которые после пребывания в сфере личных комплексов стали содержаниями личного бессознательного. Здесь снова и снова встает вопрос, не существует ли еще чего-то между личным и коллективным бессознательным. Сонди писал о семейном бессознательном, Эрих Фромм постулировал общественное бессознательное. Эти понятия можно было бы без труда ввести в юнгианскую психологию, тем более что Юнг, например, говорил о так называемых «семейных комплексах», то есть имплицитно — о семейном бессознательном, когда проводил диагностические ассоциативные эксперименты. Я думаю, что комплексы, затрагивающие целое общество — как минимум, целое поколение, — широко распространены. Например, складывается впечатление, что на участников протестов 1968 г. влияла определенная коллективная конstellляция комплекса и мотивировала их к тому, что они тогда делали. Или сейчас мы замечаем, что многие люди прорабатывают так называемый «материнский комплекс», и это, по моему опыту, не просто связано с тем, что у всех этих людей были действительно проблематичные взаимодействия с такой сферой опыта как «мать». Зачастую в беседе выясняется, что у этих людей были достаточно хорошие личные матери. Поэтому возникает идея, что проблематичным является коллективный уровень комплекса, касающегося всего материнского — а к коллективному причастен каждый из нас.

Если бы мы ввели понятие общественного бессознательного, тогда мы обратили бы внимание и на то, что общество вытесняет, с чем в обществе плохо обращаются, и на то, что новое просится выйти на свет и требует интегрирования в сознание — на данный момент, например, это может быть позитивный аспект материнского архетипа.

АРХЕТИПИЧЕСКАЯ КОНСТЕЛЛЯЦИЯ И ОТНОШЕНИЯ

Возникает вопрос, когда же у нас появляется доступ к переживанию архетипических конstellляций? Они стоят за нашими комплексами, поэтому могут переживаться во всех ситуациях, когда конstellлируются комплексы, но, как правило, остаются на втором плане.

В этой связи Юнг часто пишет о регулирующем характере конstellляции архетипов: они конstellлируются, когда сознание слишком сильно отдаляется от своих основ. По моему опыту, архетипические конstellляции часто возникают в отношениях. И в контексте психологии развития можно представить, что в ходе отношений с матерью и отцом оживают архетип матери и архетип отца, окрашенные эмоцией, которая доминирует в том, как ребенок переживает этих близких людей. С другой стороны, стоит помнить, что, активируя эти архетипы, мы перегружаем своих родителей претензиями к «отцовскому» и «материнскому», которые всегда существовали в истории человечества.

Архетипические конstellляции бывают спонтанными и соотносятся с творческой размерностью архетипа. Однако намного чаще архетипические конstellляции оживают в отношениях с другим человеком. Каждый раз для этого требуется определенная сознательная позиция. Мне кажется, она очень точно выражена в представлении о человеке в сказках. Поначалу герои и героини сказок всегда делают все, что в их силах (хоть и после нескольких неудачных попыток). Тем самым с помощью своего эго-сознания они пытаются справиться с трудностями, возникающими у них на пути, берут на себя столько ответственности, сколько могут. Они также пытаются действовать самостоятельно. Затем наступает момент, когда они вынуждены признать, что не знают, что делать дальше, что они себя исчерпали. В этот момент часто происходит так, что они спят и либо у них бывает сновидение (сказка «Иоринда и Иорингель»), либо на следующий день их обнаруживает тот, кто ведет к месту дальнейших событий. В этом также заметна модель творческого процесса.

Такая позиция обнаруживается и у Юнга: он говорит, что существуют проблемы, которые мы не можем решить собственными силами, и признание этого является предварительным условием того, чтобы последовала компенсирующая реакция коллективного бессознательного.⁹¹ Предлагается следующий путь: сначала исчерпать активность собственного эго, затем ждать хорошей идеи, или человека, который может помочь, или эмоции, которая вновь наполнит надеждой.

Если ребенок растет с людьми, которые позволяют ему перепробовать все свои силы, и заметив, что ситуация превосходит возможности ребенка, предлагают свою помощь, то затем такому человеку будет намного легче полагаться на то, что в мире всегда найдется что-то хорошее для него. Иногда такие люди даже думают, что у них есть на это право — и очень часто происходит именно то, чего они ожидают. Однако тем людям, которым всегда приходилось все делать в одиночку, требуется много усилий, чтобы довериться и допустить, что и им тоже может повезти. Если же с ними случается что-то хорошее и они это замечают, то считают это чем-то очень существенным. Таким людям зачастую сначала необходимо пережить базовое доверие в человеческих отношениях, чтобы потом суметь открыться архетипическим образам.

Пример переживания архетипической констелляции: у девушки (18 лет) был очень негативный опыт «материнского»: ее родная мать не хотела быть рядом с ней, и сначала ее отправили к одной бабушке, потом к другой. В конце концов, для нее нашли приемную мать. Таким образом, ее перемещали от одного опекуна к другому, но как только в возрасте шести лет она интегрировалась в семью, где чувствовала себя хорошо, родная мать забрала ее к себе, потому что недавно вышла замуж. Ее жизнь была похожа на очень упорную борьбу.

Она начала терапию в этом возрасте, потому что боялась, что будет плохо обращаться со своим ребенком, которого она родила вне брака. Ее жизнеощущение звучало так: я никому не нужна, все меня гонят прочь; я ничто, ничего не могу, но я вам всем покажу, я сломаю вас так же, как вы сломали меня.

В ее первых сновидениях доминировали материнские образы, которые она называла ведьмами: полные сил и хитрости фигуры заточали ее в темницу, кормили ее отравленной пищей, и так далее.

Этот архетипически окрашенный аспект материнского комплекса — «ведьму» — она переносила на меня. Однажды она сказала: «Вы самая большая ведьма из всех, вы сейчас со мной милы, но при первой же возможности тоже прогоните меня прочь». Мне мало помогало понимание того, что с такой жизненной историей она и не могла думать и чувствовать иначе.

Мы боролись года полтора. У меня часто бывал порыв ее выгнать, но со временем я привыкла к борьбе, мы уже стали делать это как-то даже по-дружески, и это отразилось в ее сновидениях — в них стали появляться другие женские фигуры: толстые матушки в «настоящих фартуках» и собранными в пучок волосами. Они готовили вместе с ней на кухне. При этом она говорила: «Ну и что же мне делать с этим старьем в моей душе...»

Я говорила с ней об этом крайне амбивалентном чувстве: с одной стороны, ей было очень хорошо с этими материнскими женщинами, с другой стороны, ей казалось, что она может потерять всю свою автономию. Для меня это означало, что у нее констеллируется материнский архетип в своем питающем и опекающем аспекте, в противоположность прежнему отравляющему. Также это означало, что она сама может быть более «материнской» по отношению к себе и к своему ребенку, что ей больше не нужно видеть весь мир вокруг себя как «отравляющую мать», поэтому ей можно меньше защищаться, и, соответственно, меньше испытывать потребность в защите.

В основном, мы полагаемся именно на то, чтобы переживать и понимать на уровне эмоций проблематичный образ, выраженный в виде комплекса, и тогда в отношениях появляется ощущение поддержки, «надежного плеча» рядом, то есть позитивного «материнского», что может вызвать к жизни материнский архетип в его позитивном аспекте.

В дальнейшем в сновидениях девушки появлялись самые разные материнские фигуры. Поначалу сама она каждый раз была в позиции ребенка. В сновидениях она отделялась от этих «мате-

⁹¹ Jung, Über die Archetypen des kollektiven Unbewußten, in GW 9 I §44f.

рей», оставаясь в дружественной взаимосвязи с ними. Внешне она переживала себя как женщину, у которой все больше усиливаются и развиваются «материнские» свойства — не только по отношению к самой себе, но и к своему ребенку.

По моему опыту, человек открывается этой архетипической сфере в отношениях, в которых можно довериться, в которых также оживляется доверие собственным силам. Этот пример наглядно показывает, что исходный комплекс все меньше влияет на фигуры, которые оживляются; они все больше соответствуют общечеловеческим вариациям, которые теперь доступны и этому конкретному человеку, находятся в его распоряжении. Это не значит, что изначальная проблематичная часть комплекса просто исчезает: к переживанию, обусловленному комплексом, добавляется опыт того, что существуют и другие возможности, противостоящие проблемам, идущим от комплекса.

Переживание архетипических констелляций не приносит простых конкретных решений имеющейся проблемы, гораздо чаще оно изменяет базовый эмоциональный настрой, и это дает возможность эго в дальнейшем подойти к насущным проблемам.

Пример изменения базового эмоционального настроя с помощью архетипических констелляций: на протяжении двух лет мужчина (34 года) снова и снова страдал от продолжительных депрессивных состояний. На переднем плане были симптомы апатии: он больше не хотел двигаться и из-за этого сильно растолстел, и это его беспокоило; он ощущал внутреннюю пустоту и чувствовал, что в его жизни нет ничего «незаменимого»: «Меня можно заменить, и моих детей, мою жену можно заменить, и Швейцарию, и Вас можно заменить, на все найдется замена».

Если проникнуться таким жизнеощущением, то можно почувствовать бессилие, неопределенность, тревогу. Ему редко снились сновидения, а когда снились, то были связаны с чем-то очень конкретным: например, в сновидении он пытался завязать шнурки, а у него не получалось.

Прошли два года психотерапии, в течение которых мы снова и снова пытались воспринять его жизнеощущение, найти эмоциональную взаимосвязь переносов и контрпереносов с его детством,

расшевелить его бессознательное с помощью активного воображения, и так далее. Он принес сновидение, которое заметно изменило ситуацию. Он рассказал сновидение, продолжая имажинативно переживать его непосредственно в момент беседы, и я хочу его так здесь и привести:

Мне кажется, будто меня хочет выплюнуть какое-то чудовище, может быть, кит, а может, такая суперсовременная подводная лодка, которая может катапультировать людей. Думаю, это подводная лодка, но еще и кит. Я плюхаюсь на берег, мне очень больно. Мне нужно поторопиться, иначе волны снова затянут меня в море. Я хватаю ртом воздух, вот, наконец, я на суше, я дышу так, как никогда не дышал (в этот момент он дышит очень глубоко), я дышу, будто заново родился. И ощущаю себя так же.

Он глубоко зевнул, затем посидел в кресле — очень довольный, затем сказал: «Я снова дышу».

Если рассматривать телесную феноменологию депрессивного состояния, то заметно, что человек не дышит нормально, он дышит лишь поверхностно. Поэтому при депрессивных состояниях полезно делать что-то, что изменяет дыхание извне — тогда человек, по крайней мере, начинает снова дышать, если это еще возможно. Для этого мужчины слова «Я снова дышу» были невероятно важными.

Далее он рассказывал, что во сне упал, очень сильно ударившись, и он ассоциировал: «Будто кто-то сказал мне: «Или ты сейчас совсем сломаешься, или будешь жить». Но сейчас я чувствую себя совершенно живым, я дышу по-другому, я хочу жить. Я снова могу жить». Эти ассоциации к сновидению отражают эмоциональное изменение в нем.

Мы ясно видим, что архетипические констелляции проникают в наше сознание в виде символов — здесь это мотив «быть проглоченным китом», который был модернизирован до «быть запертым в подводной лодке». Насколько я знаю, и это было известно ему тоже, не существует подводных лодок, которые «выплывают» человека вперед, так что в этом мотиве имеется в виду снаряд. Но очевидно, что в сновидении присутствуют мифологические мотивы «кита», «ночного путешествия по морю», рождения заново, причем об этом мотиве мы даже не говорили; важна эмоция, кото-

рая у него появилась, и слова «Я заново родился». Все это выражает смысл мотива лучше, чем любое объяснение.

При этом ни одна из его проблем еще не была решена. Но он смог приблизиться к ним с совсем другим настроением.

Это сновидение подействовало на него очень освобождающим образом; в итоге, он мог дышать более осознанно, он жил.

ВЛИЯНИЕ ПОНЯТИЯ АРХЕТИПА НА СПОСОБЫ ОБРАЩЕНИЯ С СИМВОЛАМИ

Символы являются местом проработки комплексов; за комплексами стоят архетипы. Мы больше сталкиваемся с личными символами, связанными с жизненной историей, чем с надличными символами, выражающими архетипические содержания. Но надличные символы также проникают в сознание, «пробираясь» через комплексы. Поэтому, в конечном счете, за символом стоит архетип, то скрытое и многозначное, на что указывает символ, «архетипический образ, характер которого трудно поддается определению».⁹²

Мы видим, что символ не может быть полностью объяснен, в нем всегда заключен избыток значений, и это может быть причиной того, что возникают все новые фантазии, все новые творческие порывы.

В юнгианской психологии техника толкования символов соотносится с этими структурными взаимосвязями. Я хочу разъяснить теорию на примере интерпретации сновидения.

Сначала сновидение как символическое высказывание рассматривают в виде последовательности образов (первый шаг). Поэтому важно, чтобы при пересказе сновидения сновидец вновь переживал его в своем воображении.⁹³ Важно, чтобы аналитик рассматривал сновидение как серию образов, а также понимал, даже если это кажется очевидным, что его образы не могут быть образами другого человека. Рассмотрение серии образов помогает переживать символ и воспринимать уже имеющуюся эмоцию, связанную с ним, или эмоция — шаг за шагом — появляется при переживании.

⁹² Jung, Die praktische Verwendbarkeit der Traumanalyse, in GW 16 §340.

⁹³ Ср. Сновидения у горящих людей в Kast, Imagination.

В этой связи задают вопросы (второй шаг): какова спонтанная реакция на сновидение, каково самочувствие, какое настроение передает сновидение. Также мы исследуем неясные ситуации, которые могут указывать на вытесненное — то есть, они могут быть указаниями на вытесненные комплексы. Такое переживание символа может сопровождаться созданием изображений, выходящим за пределы активного воображения — например, рисованием.

На третьем шаге толкования происходит так называемое восприятие контекста, который состоит из информации, ассоциаций и амплификации. «Информация» связана с идеей, что сновидец живет в реальном мире, в котором существуют проблемы, которые нужно решать, что он состоит в отношениях, в которых он сталкивается с этими проблемами. Поэтому нужно расспрашивать его о том, что сейчас происходит в его жизни, какие проблемы были особенно острыми перед сновидением, запрашивать информацию об образах сновидения — в связи с чем они уже встречались, что они означают. Таким образом затрагивают жизненную историю, фантазию, и так далее.

«Ассоциации» также связаны с идеей, что символы являются местом проработки комплексов. Ассоциации должны помочь нам выяснить, какие паттерны отношений, обусловленные комплексами, и вообще какие комплексы были затронуты сновидением. Под ассоциациями понимают собирание эмоций, которые вызывают фигуры, места действия и ситуации из сновидения. Они могут быть связаны с самим сновидением или с воспоминанием, которое сновидение вызывает. Часто возникают ассоциации с эмоционально заряженными паттернами отношений. Мы задаем вопрос о том, когда у сновидца возникали такие же отношения, как у фигур в сновидении. Конечно, такие паттерны отношений могут обнаруживаться и в аналитических отношениях.

«Амплификация» связана с идеей, что ядром комплекса является архетип. Амплификация включает в себя приведение аналогов из более ранних сновидений, родственных мифологических мотивов из сказок, и так далее. Как правило, сновидение отражает символический процесс, поэтому особое внимание уделяется тому, что происходит в сновидении. Учитывается изначальная ситуация,

ставится вопрос о том, где находится сновидящее эго, какая проблематичная ситуация представлена. Затем обращаются к тому, что удивительного происходит в сновидении, какие неожиданные повороты, и кто способствует им. Важно отношение сновидящего эго к другим фигурам сновидения, по аналогии с соотношением центральной позиции эго-комплекса и других комплексов. Этот вопрос дает также ответ на то, какое место сновидящее эго занимает на данный момент в мире, какая динамика задана в психике.

Конец сновидения сообщает нам, происходит ли что-то новое, неизвестное; к какой цели ведет символ. Для юнгианской психологии «финальный» аспект (аспект развития), заключенный в символе, более важен, чем каузальный (влияние исходной ситуации). Я полагаю, что одно невозможно без другого, но измерение развития, заложенное в символе, очень важно для нас. В символе присутствуют не только воспоминания о людях, но и, что очень существенно, ожидание чего-то большего в жизни.

Идея о том, что процесс индивидуации, который проникает в сознание с помощью символов и проявляется, с одной стороны, в ходе отношений, а с другой стороны, в ходе интеграции, обязывает нас толковать сновидения и на объектном, и на субъектном уровне. При толковании на объектном уровне устанавливается взаимосвязь между людьми и ситуациями в сновидении с людьми и ситуациями в реальности. При толковании на субъектном уровне люди и ситуации в сновидении рассматриваются как собственный потенциал, как аспекты личности сновидца. Как правило, процесс индивидуации происходит в аналитических отношениях, поэтому можно задаться вопросом, можно ли соотнести символ в сновидении с отношениями между анализандом и аналитиком.

Также очень существенным является вопрос о том, как в сновидении переживается тело — тело как основа эго-комплекса.

В заключение задаются другие вопросы, связанные с жизненной ситуацией сновидца: можно ли то, что происходит в сновидении, перенести на актуальную жизненную ситуацию, может ли это дополнить наши знания о ней, побуждает ли сон к иному поведению или к новым установкам сознания? При этом мы понимаем сновидение как бессознательную реакцию на осознаваемую ситуацию,

как реакцию, которая возникает в ходе саморегуляции, причем эта бессознательная реакция может быть подтверждением, или указанием на противоположность, или тенденцией к изменениям в бессознательном. Еще можно спросить, не ощущается ли сновидение как нечто чуждое, что завораживает или пугает. При этом сновидение понимается как бессознательный процесс без прямой соотнесенности с осознаваемой ситуацией; тут может идти речь о появлении переживаний, связанных с детством, или об архетипических конstellациях, или просто об указании на то, что в настоящий момент степень когерентности эго-комплекса не позволяет установить контакт с бессознательными конstellациями. В таком случае для проработки сновидения можно использовать техники медитации, имажинативные техники, художественного изображения.

Идея о том, что символы привносятся в сознание в процессе символизирования, который при некоторых обстоятельствах может длиться долгое время, возникла при наблюдении за сериями сновидений. Основная идея состоит в том, что жизнь, проживаемая в сновидениях, непрерывна. Чем сильнее доминирует определенная проблематика, тем легче проследить взаимосвязь между сновидениями.⁹⁴

Серии сновидений делают наши толкования относительными, потому что каждый раз демонстрируют новые аспекты, новые перспективы; другие аспекты отходят на второй план. Серии сновидений очень впечатляюще показывают, насколько неоднозначен символ, хотя эмоции, которые его сопровождают, достаточно определены.

АРХЕТИП САМОСТИ И ПРОЦЕСС ИНДИВИДУАЦИИ

Самость — это архетип, составляющий ядро эго-комплекса. Я хотел бы еще раз процитировать некоторые юнговские попытки описать Самость: по Юнгу, «Самость определяет совокупность психических феноменов в человеке. Она выражает единство и полноту всей личности».⁹⁵ В своей последней работе «Mysterium Coniunctio-

⁹⁴ Cp. Kast, Trauern.

⁹⁵ Jung, Psychologische Typen, Definitionen, in GW 6 §891.

nis» Юнг пишет, что Самость — это «причина и источник индивидуальной личности», она охватывает личность «в ее прошлом, настоящем и будущем».⁹⁶ Юнг также пишет о Самости как об априорном божественном принципе творения⁹⁷, затем как об источнике энергии индивида⁹⁸; он называет ее «тайным spiritus rector» (лат. «движущая сила») нашей судьбы⁹⁹; пишет, что это «самое полное выражение того сочетания аспектов судьбы, которое мы называем индивидом».¹⁰⁰

Самость включает в себя и сознательные, и бессознательные содержания, а бессознательное по определению полностью не осознаваемо, поэтому Самость непостижима; как и любой другой архетип, она остается чем-то таинственным. Самость невозможно локализовать в пространстве эго-сознания, она «словно атмосфера, окружающая человека, и ее пространственные и временные пределы невозможно точно определить».¹⁰¹

Эго-комплекс находит свою основу в Самости, от нее исходит импульс к развитию — Самость в значении spiritus rector — но, с другой стороны, для воплощения Самости необходим эго-комплекс. Таким образом, эго-комплекс и Самость соотносятся друг с другом по принципу взаимовыгодного сотрудничества. В соответствии с этим Юнг пишет:

Эго живет в пространстве и времени и должно подчиняться их законам, чтобы вообще существовать. Если же оно настолько ассимилировалось бы бессознательным, что все решения принимались бы последним, то это задушило бы его и уже не было бы ничего того, куда можно было бы интегрировать бессознательное и в чем его можно было бы реализовать. Следовательно, просто жизненно необходимо отличать эмпирическое Я от «вечного» и универсального Человека. [...] *Интеграция бессознательного возможна лишь тогда, когда Я крепко «стоит на ногах».*¹⁰²

⁹⁶ Jung, Die Konjunktion, in GW 14 II §414.

⁹⁷ Jung, Zwei Schriften über Analytische Psychologie, in GW 7 §303.

⁹⁸ Jung, Der Fisch in der Alchemie, in GW 9 II §203, Anm. 37.

⁹⁹ Jung, Die alchemistische Bedeutung des Fisches, in GW 9 II §257.

¹⁰⁰ Jung, Die Mana-Persönlichkeit, in GW 7 §404.

¹⁰¹ Jung, Die alchemistische Bedeutung des Fisches, in GW 9 II §257.

¹⁰² Jung, Die Wiederkehr der Seele, in GW 16 §502f.

Из этой цитаты очевидно, что отношения Самости и эго — это отношения взаимовыгодного сотрудничества. Так же здесь ясно сказано, что процесс индивидуации возможен, только если имеется достаточно когерентный эго-комплекс. Кроме того, в этом описании мы еще раз обнаруживаем определение Самости как «вечного» и универсального Человека. Итак, процесс индивидуации означает воплощение импульсов, исходящих от «вечного» и универсального Человека, в сфере эго-комплекса — в той степени, насколько сильна конstellляция. В связи с этим Юнг пишет:

Самость, которая хочет себя реализовать, пробирается наружу через любые аспекты эго; по своей всеобъемлющей природе она светлее и темнее, чем любой аспект эго, и потому ставит перед ним проблемы, которых ему хотелось бы избежать.¹⁰³

В связи с этим он также считает, что лишь теоретически, но не практически, Самость можно отличить от того, что люди издревле называли «богом».¹⁰⁴

Как психологи, мы говорим не о божестве, а об образах богов, которые встречаются в психике человека, о том, как они переживаются и формируются. Когда конstellлируется архетип Самости — то есть переживается в сновидениях и фантазиях, в видениях и образах — то такая конstellляция связана с очень сильной эмоцией. Символы Самости окружены аурой нуминозности. Вообще, нуминозностью называют силу, исходящую от божества. Юнг неоднократно писал о нуминозности — используя это выражение, он имплицитно выражал то, что в воздействии этих архетипов есть нечто от силы древних богов. Архетип Самости является центральным, поэтому сопровождается захваченностью особой эмоцией, переживанием абсолютной полноты смысла, связанным с жизнеощущением. В этой эмоции подразумевается бытие таким, какой человек есть, и благодаря этому возникает ощущение взаимосвязи с большей полнотой и целостностью. Этот архетип переживается снова и снова, он центрирует личность, хотя этого ничто не предвещало. Но архетипические воздействия никогда не бывают длительными.

¹⁰³ Jung, Die Konjunktion, in GW 14 II §433.

¹⁰⁴ Там же.

По Юнгу, феноменологически Самость проявляется в символах высшей личности, например, короля, героя, пророка, спасителя.¹⁰⁵ Конечно, такие высшие личности существуют и в фемининном облике.

Однако я очень скептически отношусь к идее, что эти высшие личности являются символами Самости. Я понимаю довод Юнга, что Самость стоит выше эго. Но я считаю, что, например, фигура короля сплошь и рядом означает лишь архетипическое расширение отцовского комплекса. На мой взгляд, символами Самости, скорее, являются круг, квадрат, квадратура круга, крест и другие, так как они выражают единство и целостность личности. Я убеждена в этом еще и потому, что эти символы, формальные сами по себе, связаны с необъяснимым эмоциональным воздействием — особенно мандала, о которой я скажу позже. Крест как таковой выражает соединение противоположностей — как и Самость. Самость может также проявляться как единство двойственности: широко известен знак «инь-ян». Также символами Самости могут быть братские пары, сестринские пары или разнополюсные пары. При этом разнополюсная пара является одним из самых динамичных символов Самости.

Если Самость выражается и переживается с помощью таких символов, то это способствует центрированию и снятию хаотических состояний. С этим также связано переживание несомненной идентичности и судьбоносности той жизненной ситуации, в которой конструируется такой символ.

Упомянутые выше символы показывают, в какой архетипической структуре Самость является нашему сознанию. Противоположностью структуре является динамический аспект этого архетипа, то есть становление Самости; иначе говоря, становление Самости — это архетипический процесс. Если на первый план выходит тема становления Самости, то она проявляется в других символах (например, растущее дерево).

МАНДАЛА КАК СИМВОЛ

Из всех символов, выражающих структурный аспект архетипа Самости, мандала, безусловно, является одним из самых известных. Юнг многократно обращался к этому символу.

¹⁰⁵ Jung, Psychologische Typen, Definitionen, in GW 6 §891.

«Мандала» на санскрите означает «круг». Это слово стало общим понятием в религиоведении и психологии, и прежде всего, в психологии стало символом целостности.¹⁰⁶ В индо-тибетских культурах мандалой считается квадрат, вписанный в один или несколько концентрических кругов.

Во время медитации йог визуализирует мандалу, при этом познавая, что это и есть Все сущее, и оно отражается в нем самом, как в зеркале. [...] Так, мандала является тем, что помогает при большой трансформации.¹⁰⁷

В психологии мандалой обычно называют изображение круга, в котором подчеркнута центральная часть. Юнг писал о мандале, что ее символика включает в себя любые «концентрически упорядоченные фигуры, циклическое движение вокруг центра по кругу или по квадрату, а также все радиально-симметричные и шарообразные фигуры».¹⁰⁸ Безусловно, круговые формы играют очень большую роль, человек понимает их как «своеобразную целостность и завершенность». В своей книге Ингрид Ридель очень подробно описала этот символ.¹⁰⁹ По опыту, мандалы рисуют, прежде всего, при сильном внутреннем беспокойстве. Это могут быть изображения кругов с очень простой или очень сложной структурой. При рисовании переживается то, что наряду с хаосом есть некий центр, к которому можно снова и снова обращаться; что существует порядок, что есть возможность сконцентрироваться. Если обратиться к тому, что стоит за изображениями мандал, то в любом из них выражается то, что индивид участвует в мировой жизни («космосе»).

Возникновение таких рисунков мандал отражает психический процесс центрирования. Юнг писал о том, что мандалы обладают значительным терапевтическим эффектом, но предостерегал от их имитации, потому что считал, что при этом может не быть никакого эффекта. Теперь мы живем в такое время, что есть даже курсы по рисованию мандал, и мне кажется сомнительным жесткий отказ Юнга от их произвольного рисования: если на таком курсе что-то

¹⁰⁶ Lurker, S. 352.

¹⁰⁷ Там же, S. 353.

¹⁰⁸ Jung, Traumsymbole des Individuationsprozesses, in GW 12 §46, Anm. 2.

¹⁰⁹ Riedel, Formen, S. 90.

внутри откликается, значит, человек уже ощущает внутреннюю потребность во взаимодействии с мандалами. В таком случае рисование мандалы может помочь восстановить когерентность эго-комплекса, и тогда становится доступным переживание оси «эго-Самость».

В качестве примера я хочу привести классическое изображение мандалы из работы Юнга, а затем одно из своей практики. Как полагал Юнг, аналитик и анализанд «вместе сновидят»¹¹⁰, и я тоже считаю, что формирование символических образов происходит в отношениях аналитика и анализанда, в пространстве между ними. Юнга вдохновляли классические мандалы, и, видимо, поэтому в его практике возникали именно они. Такую мандалу Юнг описывает в своей книге «Архетипы и коллективное бессознательное» под заголовком «О фактах одного процесса индивидуации»: эту мандалу нарисовала женщина (55 лет). Мы видим классическую мандалу¹¹¹ (рис. 15), состоящую из круга и четырехугольника, где черный четырехугольник, видимо, представляет собой «квадратуру жизни» и выражает то, что переживается в реальном окружении женщины.

В этом случае круг символизирует включенность эго в более «универсальную» личность. Также имеются четыре внутренних круга — вероятно, женщина установила взаимосвязь между ними и четырьмя эго-функциями, но, конечно, эго-функций намного больше, чем четыре. Возможно также, что зеленый круг, где изображен человек, обвитый змеями, представляет собой «низший» мир, мир влечений; желтый круг, в котором стоит человек с птицами, символизирует мир духовный; а в красном и синем кругах, где изображены всадник на лошади и наездник на слоне, представлены аспекты человека, которого поддерживают различные инстинктивные силы, который может выстраивать свою жизнь в гармонии с ними. В целом, здесь изображена фантазия о том, каково в этот момент положение дел в эго-комплексе, таинственным образом окруженном Самостью.

В этой мандале большую роль играет идея соединения противоположностей, в том числе, в выборе цветов: красный цвет цветка противопоставлен черному; зеленый и оранжевый, синий и желтый расположены по соседству.

¹¹⁰ Jung, Briefe I, S. 223.

¹¹¹ Jung, Zur Empirie des Individuationsprozesses, Bild 19, in GW 9 I.

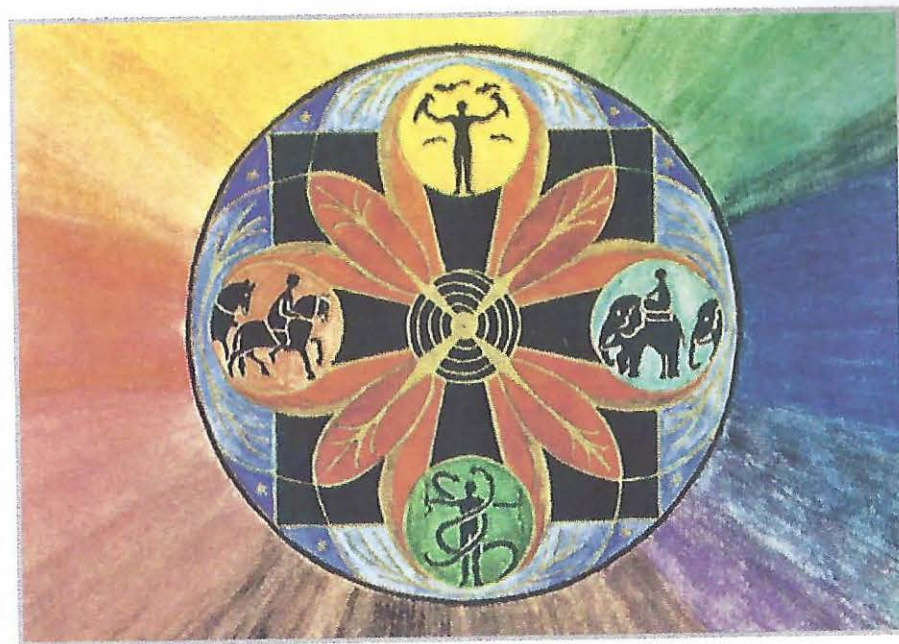


Рис. 15

В процессе индивидуации также зачастую переживается и изображается архетипический мотив «божественного ребенка», нередко — в связи с мандалой: в этом случае «ребенок» находится в центре мандалы или вырастает из дерева, из золотого яйца или из чашечки цветка. По этому поводу Юнг считал, что «ребенок» предшествует фигуре, возникающую вследствие синтеза сознательных и бессознательных элементов личности; что в мотиве ребенка также есть указание на то, что в настоящий момент сформирована ось «эго-Самость», что индивидуальная жизнь личности начинает переплетаться с надличной. Исходя из этого, Юнг понимал мотив ребенка как тему «целителя».¹¹²

Мне кажется, если Самость связана с символом «божественного ребенка», в том числе, если он вписан в символ мандалы, то происходит попытка центрирования, «попытка самоисцеления природы, к которой [...] толкает инстинктивный импульс»¹¹³, которая привносится в сознание с помощью символа мандалы. При этом

¹¹² Jung, Zur Psychologie des Kindarchetypus, in GW 9 I §267.

¹¹³ Jung, Mandalas, in GW 9 I §714.



Рис. 16

возникает нечто новое, намечается новый этап развития личности, возникают новые возможности реализации в реальном мире. Если же Самость символизируют крест или квадрат, или «инь — ян», то, по моему мнению, на передний план выходит формально-структурный аспект Самости. В ходе самоисцеления Эго-комплекс с недостаточной когерентностью дополняет ее с помощью таких символов целостности. Если мандала комбинируется с архетипом «божественного ребенка», то процесс становления собой уже идет, то есть проявляется динамический аспект архетипа.

По мнению Юнга, под воздействием конstellации архетипа Самости и при рисовании мандал когерентность эго-комплекса может спонтанно восстанавливаться. Как правило, такие символы возникают именно в аналитических отношениях, поэтому сложно сказать, какую роль при этом играют отношения, а какую — саморегулирование психики аналитика.

Я приведу пример из своей практики (рис. 16). Это изобразила та женщина, которая рисовала «коров» — об этом мы говорили в нача-

ле книги. Здесь перед нами изображение, напоминающее мандалу — такое довольно часто встречается в моей практике.

Этот образ мандалы является переходным от конкретного изображения к символическому. Корова как бы содержит мандалу в своем животе; образ коровы можно понимать как питающий материнский принцип, переживаемый инстинктивно. При таком переживании также обнаруживается мандала, то есть происходит центрирование и ощущается защищенность. Это передает и цветовая гамма мандалы. Из центра мандалы «вырастает» ребенок и попадает прямо в руки женщины, стоящей за кругом. Этот женский образ можно понимать как эго художницы, которое обращено к ребенку. Этот образ может быть также фигурой аналитика: тогда рисунок выражает возможность становления нового, если аналитик будет ждать этого и примет это.

За коровой растет молодое деревце — это тоже один из символов процесса индивидуации, я к нему еще вернусь. Деревце символизирует рост, становление ребенка.

Этот рисунок, напоминающий мандалу, сообщает нам о том, что символ Самости может находиться в тесной связи с архетипическими образами матери. Он показывает, что в данный момент происходит центрирование на себе, что восстановлена ось «эго — Самость», что Самость очень постепенно может воплощаться в индивидуальной жизни и, вероятно, значительно оживить ее.

ПРОЦЕСС ИНДИВИДУАЦИИ

Динамика, исходящая из архетипа Самости, воздействует на становление человека собой. Тема становления собой является общей для всего человечества.

У процесса индивидуации есть два принципиальных аспекта: с одной стороны, это внутренний, субъективный процесс интеграции, с другой стороны, это неизбежный объективный процесс отношений.¹¹⁴

¹¹⁴ Jung, König und Königin, in GW 16 §448.

«Процесс интеграции» подразумевает, что символы, которые привнесены в сознание, переживаются, находят свою лучшую форму и осмысливаются; особенно важным является эмоциональное содержание, которое они выражают; кроме того, символы влияют на наше поведение и установки.

Однако индивидуация также является «процессом отношений», потому что, по Юнгу, «отношения с Самостью одновременно являются отношениями с окружающими людьми, но взаимосвязь с ними возможна, лишь когда установлена взаимосвязь с самим собой».¹¹⁵ Нельзя рассматривать становление собой как процесс, исключая социальное окружение. Становление собой, самовоспитание — это также выстраивание отношений, но это не значит, что окружающие могут быть полезны «лишь» как носители проекций. Безусловно, именно в отношениях происходит множество проекций, и очень часто в отношениях с другим человеком мы встречаемся с собой. Не только архетипы оживляют отношения, но и отношения активируют архетипы. Я полагаю, это касается и отношений «Я — Ты», если они не слишком искажены проекциями.

Однако помимо отношений «Я — Ты» речь идет о многогранных отношениях индивида с другими людьми и, в конечном счете, с миром. Человек, идущий по пути индивидуации, всегда испытывает напряжение между тем, что переживается в символах, то есть тем, что ощущается как внутренняя задача, и своим положением в мире. При этом переживание мира — или переживание отношений — будет снова и снова изменять наше видение символов и их формирование. Отношения и индивидуация неотделимы друг от друга.

Процесс индивидуации является субъективным ходом интеграции и в то же время объективным ходом отношений, так что в нем возможны две разновидности распада.

Некоторые люди индивидуируют, так сказать, только в отношениях: они могут жить с невероятной самоотдачей, полностью растворяться в другом человеке, отодвигая свое эго на задний план. Посмотрим на разнополую пару: если реальный мужчина становится символом, то реальная женщина принимает ту свою сторону, которую называют анимусом, заботится о нем, балует. Однако

она делает это только в проекции — в виде паттерна отношений — поэтому нам никак не отделаться от впечатления, что женщина остается в большом долгу перед собой, пренебрегает собственной жизнью. Если «женщины любят слишком сильно», то их порыв к индивидуации, тяга к индивидуации, которую Юнг описал как одно из влечений, проецируется на отношения и проживается лишь в аспекте отношений в паре; при этом аспект внутренней интеграции отсутствует. Отсутствует размышление о том, что значит тот человек, которому она так отдается, в ее собственной жизни; не является ли он олицетворением внутриспсихического процесса, в котором есть очень большая потребность, который нужен, чтобы жизнь обрела свою целостность. Отсутствует такой процесс интроспекции.

Другая форма распада — это индивидуация в «башне из слоновой кости»: процесс индивидуации становится исключительно внутренним, все решается с самим собой, стимулы извне воспринимаются, но не признаются таковыми; люди и отношения используются лишь для того, чтобы стимулировать или структурировать свою внутреннюю жизнь.

Было бы идеально, если бы напряжение между внутренним интегрированием и процессом отношений сохранялось, если бы было возможно взаимное оживление изнутри вовне и извне вовнутрь.

Вообще, процесс индивидуации невозможно предопределить заранее: его цель никому не известна, в том числе, аналитику. Процесс как таковой обладает вехами — символами. Их можно видеть в сновидениях, образах, фантазиях, иногда их толкуют неверно, и тогда другие символы вносят в процесс необходимые поправки.

Юнг описывает типичные черты процесса индивидуации: сначала необходимо интегрировать «тень». При этом возникают проблемы с «персоной» — тем образом себя, который мы демонстрируем миру и в который вплетено множество социальных ценностей и представлений. Затем необходимо интегрировать анимус и аниму. Конфронтация с тенью, персоной, анимой и анимусом и в самом деле играет большую роль. Однако это не всегда происходит в том виде, как это описал Юнг: если процесс индивидуации имеет собственный смысл, то он должен быть уникален, у каждого индивида — свой. Общей остается тяга к становлению собой, которая одновре-

¹¹⁵ Там же §445.

менно является тягой к постоянному преодолению границ — с одной стороны, границ эго-комплекса, с другой стороны — границ в отношениях с окружающими. Эти процессы неотделимы друг от друга. Индивидуация подразумевает необходимость поставить под вопрос все границы, которые существуют на данный момент, и которые составляют «меня» сейчас, а также — пожертвовать ими, «перешагнуть» их. В этом смысле процесс индивидуации является настойчивым, систематическим изменением себя. В этом можно увидеть эмансипационный аспект концепции индивидуации.¹¹⁶

Процесс индивидуации, соответствующий динамическому аспекту архетипа Самости, зачастую символически представляется как процесс роста, прежде всего, в виде растущего дерева. Деревья кажутся наиболее подходящими носителями проекций процесса индивидуации в человеке. Как человек прямо стоит в мире, так и дерево вертикально стоит в пространстве: дерево лучше укоренено, чем мы, но и мы помним о своих «корнях». Дерево стремится ввысь, растет до самой смерти, прямо стоит, противостоит, держится — и мы делаем так же. Оно раскрывает свою крону, приносит плоды, оно плодоносно и распространяет себя по миру. Его крона является одновременно и крышей, и защитой, и приютом птицам. Дерево соединяется с землей, с глубиной, с водой, оно соединяется и с небом. Как и человек стоит между «верхом» и «низом», так же стоит и дерево. Оно изменяется со сменой времен года. По нему можно прочесть историю его жизни.

В символе «мирового дерева», которое часто является также «древом жизни», как, например, мировая ось Иггдрасиль, символизирует не только Вселенную, но и космическое обновление, и в этом выражается и циклическая трансформация жизни, и ее длительность, вечная жизнь. В поговорках, а также в высказываниях, которые относятся к отдельным частям дерева, человека часто сравнивают с деревьями: «Яблоко от яблони недалеко падает», «сделан из крепкого дерева» или наоборот «гнилой», и так далее. В предисловии к своему знаменитому рисуночному тесту «Дерево» Кох пишет: «Рост души сродни росту дерева.»¹¹⁷ В книге «Человек и его символы»¹¹⁸

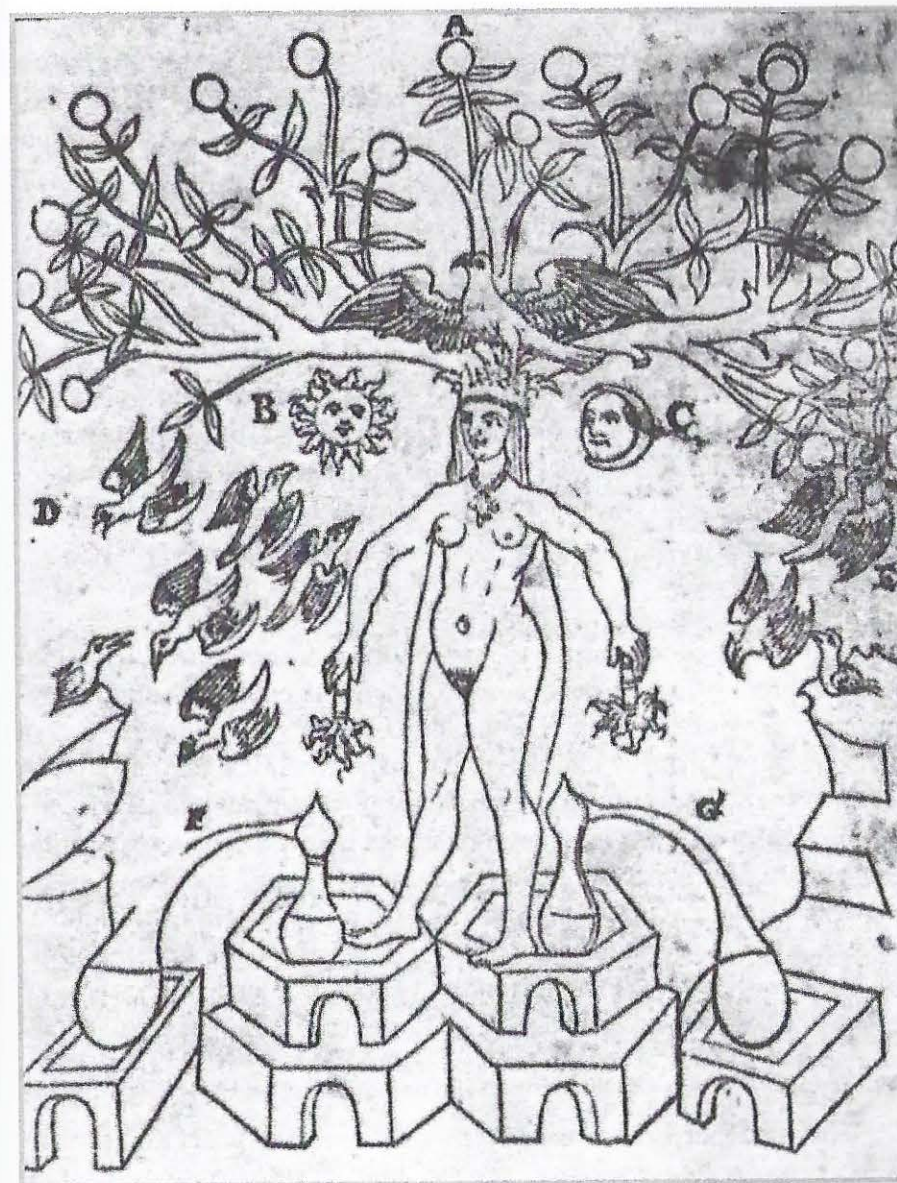


Рис. 17

¹¹⁶Ср. Evers.

¹¹⁷Ср. Koch.

¹¹⁸Ср. von Franz, Der Individuationsprozeß.

сделана попытка наглядно представить юнгианскую философию, и в одной из глав фон Франц поясняет процесс индивидуации на примере роста соснового семечка, из которого когда-то вырастет сосна. При этом семя падает в землю в определенное время, в определенном месте. Первый вопрос, пустит оно росток или нет. Если пустит, то ему придется взаимодействовать с определенными погодными условиями — что сопоставимо с обстоятельствами жизни, в которых оказывается ребенок после своего рождения. Сосна растет медленно. Довольно бессмысленно всю жизнь ждать от сосны, что она станет дубом — но в переносе на человеческую жизнь это происходит очень часто. Процесс индивидуации включает в себя примирение с тем, кем человек является (но не в том смысле, чтобы ничего не менять), примирение с определенными основополагающими условиями, с которыми не поспоришь. Принимая эти условия, можно настойчиво преодолевать границы.

Дерево также получает повреждения, и именно они составляют его индивидуальность.

На примере нескольких изображений я хочу показать, как в процессе индивидуации дерево может быть носителем проекции. Кроме того, на примере этой серии изображений я хочу показать, что сходные образы могут снова и снова переживаться как символы и создаваться в разные периоды времени. Я также хочу показать, каким образом коллективный символ проявляется в своем коллективном аспекте, но перерабатывается индивидуально. На этом примере станет ясна психология развития, что архетип Самости в динамическом аспекте очень редко переживается в своей чистой форме, что он связан с другими архетипами, особенно с архетипом матери.

Первое изображение «Меркурий как дева (Пандора) и философское дерево» (1558), взято из работы Юнга «Представления о спасении в алхимии».¹¹⁹

Меркурий считается символом динамических аспектов архетипа. Именно он реализует потенциалы, способствует трансформации. Здесь Меркурий изображен «девой», да еще и в образе дерева. Алхимики часто проецировали процесс трансформации на образ дерева, которое символизирует целостность в аспекте ее становления, роста.

¹¹⁹ Jung, Erlösungsvorstellungen in der Alchemie, Abb. 231, in GW 12.

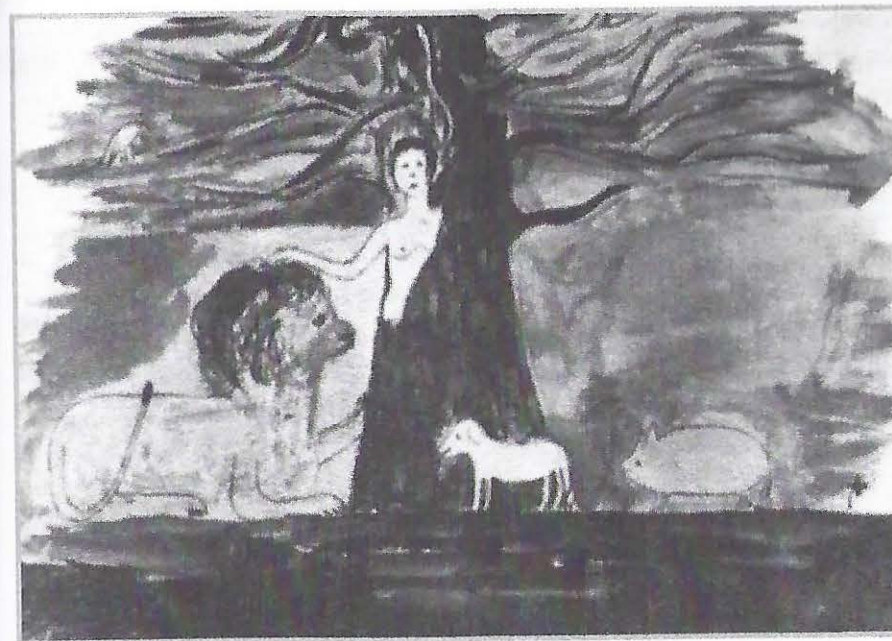


Рис. 18

На рис. 17 большую роль играет напряжение между противоположностями, а также их соединение. Если рассматривать это изображение в контексте индивидуации, то оно указывает на то, что в этом процессе, по сути, все время приходится выдерживать напряжение между противоположностями при попытках их интегрировать. Уже само название «Меркурий как дева» касается сути соединения противоположностей. По Юнгу, это изображение также обладает признаками, характерными для образов девы Марии.

В египетской мифологии богини-матери Исида, Нут и Хатхор также известны как «древесные» богини: они дают воду бессмертия, обеспечивая таким образом продолжение жизни. В греческой мифологии присутствуют древесные нимфы, в кельтской — древесные феи, в которых природные силы обновления соединяются с эросом.

Второе и следующее изображение взяты из работы «Философское дерево», входящей в том «Исследования алхимических представлений»¹²⁰ собрания сочинений Юнга. Тот, кто прячется на дере-

¹²⁰ Jung, Der philosophische Baum, Abb. 22, in GW 13.

ве, пробуждается и наполовину появляется из ствола (рис. 18). Змея в кроне дерева приближается к уху пробудившегося; птица, лев, ягненок и свинья пробуждают ассоциации с раем, причем именно свинья могла бы обогатить традиционную картину.

Конечно, «дерево» связано и с древом жизни, и с райскими деревьями, и с древами жизни и смерти, и с древом познания.

По Юнгу, из дерева медленно появляется самостоятельная Ева. Он считал, что так изображен этап женской индивидуации: ситуация, в которой проявляется эго-комплекс женщины. Она «выделяется» из материнского древа как самостоятельная фигура, но остается в отношениях с природой — со своей природой, если обратиться к символике птицы, льва, ягненка и свиньи.

Дерево, которое растет и тем самым отражает процесс индивидуации, одновременно является и материнским символом, особенно его ствол. Такое впечатление, что ствол похож на мать, которая отпускает своего ребенка.

На эту тему можно привести примеры из сказок, например, сказку братьев Гримм «Старуха в лесу».

Из египетской мифологии мы знаем, что богиня смерти Нут в образе дерева принимает в себя мертвецов, чтобы впоследствии они могли родиться заново. Мы (в Швейцарии) называем гробы «деревьями мертвых».

Следующее изображение (рис. 19) еще более наглядно показывает, как человеческая фигура «вырастает» из дерева и, к тому же, держит солнце. В египетской мифологии этому тоже есть параллели: богиня Нут, предшественница богини Хатхор, также является небесной богиней, порождающей солнце.

Безусловно, в самых разных культурах присутствует идея о том, что процесс роста человека может быть представлен в виде дерева, а становление индивидуальной личности — в виде «выхода» из дерева, как выхода из коллективного процесса индивидуации человечества. Здесь мы также видим, что процесс индивидуации переплетается с определенными символами материнского архетипа: дерево, выполняющее материнскую функцию, «отпускает» индивида в жизнь и после смерти принимает его обратно. Такие представления можно обнаружить не только в различных культурах — они есть в

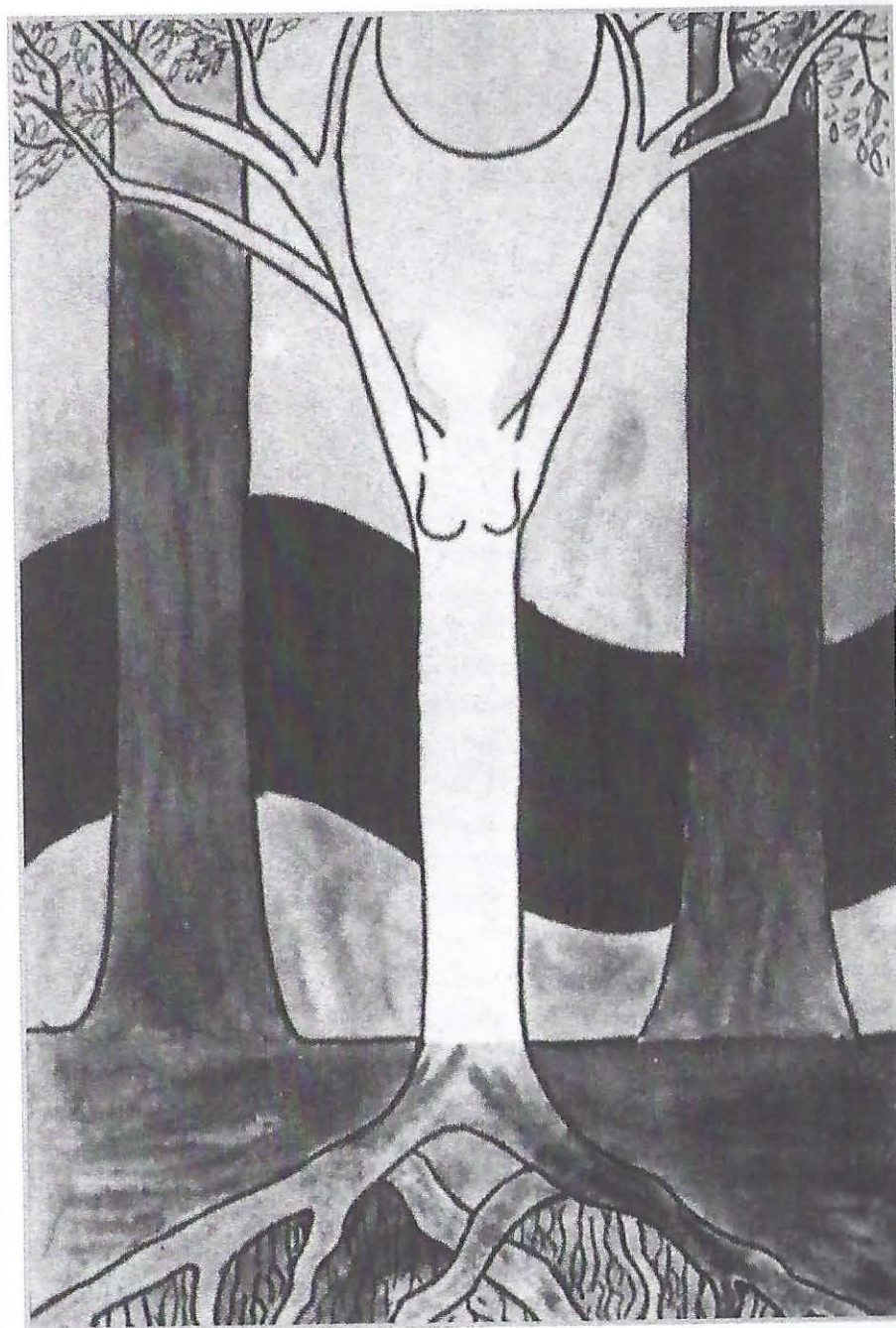


Рис. 19

любой культуре, но и в различные эпохи — мы наблюдаем это снова и снова.

Следующие рисунки, имеющие отношение к архетипу дерева, возникли в современной психотерапевтической практике. Рис. 20 сделан женщиной (28 лет), находившейся в суицидальной фазе. Она нарисовала женский образ как дерево, которое выглядит очень измученным, и складывается впечатление, что жизнь обошлась с этой женщиной безжалостно. Я понимаю эту фигуру как образ Самости, бессознательного компенсирующей состояние эго-комплекса. У изображенной женщины есть третий глаз — глаз мудрости; она охвачена печалью и корнями уходит в воду. Если не вдаваться в детали рисунка, то складывается впечатление, что, несмотря на все случайности и сложности, здесь, тем не менее, переживается женская идентичность и возможен процесс развития. Этот рисунок как бы сообщает художнице, что, несмотря ни на что, ей предстоит жить.

На рис. 21 мы видим, как дерево вырастает из женщины, причем особый акцент сделан на голове. Пока голова спит — то есть, контроль со стороны эго-комплекса отсутствует — дерево может расти дальше, процесс индивидуации может продолжаться. Когда отключается сознательный контроль, начинается рост ради связи с чем-то большим.

Зачастую у нас есть четкое представление о том, какой должна быть жизнь; если жизнь ему не соответствует, мы не хотим с этим соглашаться и не видим того, что происходит на самом деле. Вполне возможно, что в этот момент достигается такое состояние, в котором эго-комплекс по собственному побуждению и по своей воле отступает, давая возможность сформироваться тому, что от корней пробивается к свету. Мы уже знаем, что эго и Самость являются взаимобусловленными, что эго-комплекс воплощает Самость в мире, а от Самости неизбежно исходят пробуждение и подталкивание к жизни, при условии, что между эго и Самостью происходит взаимодействие. Если же эго-комплекс на чем-то застревает, то мы активируем слишком много защит от того, что идет к нам навстречу из бессознательного. Эти защитные механизмы включаются, потому что автономия сознания является для нас очень важной ценностью. Однако при определенных обстоятельствах прекращается компен-

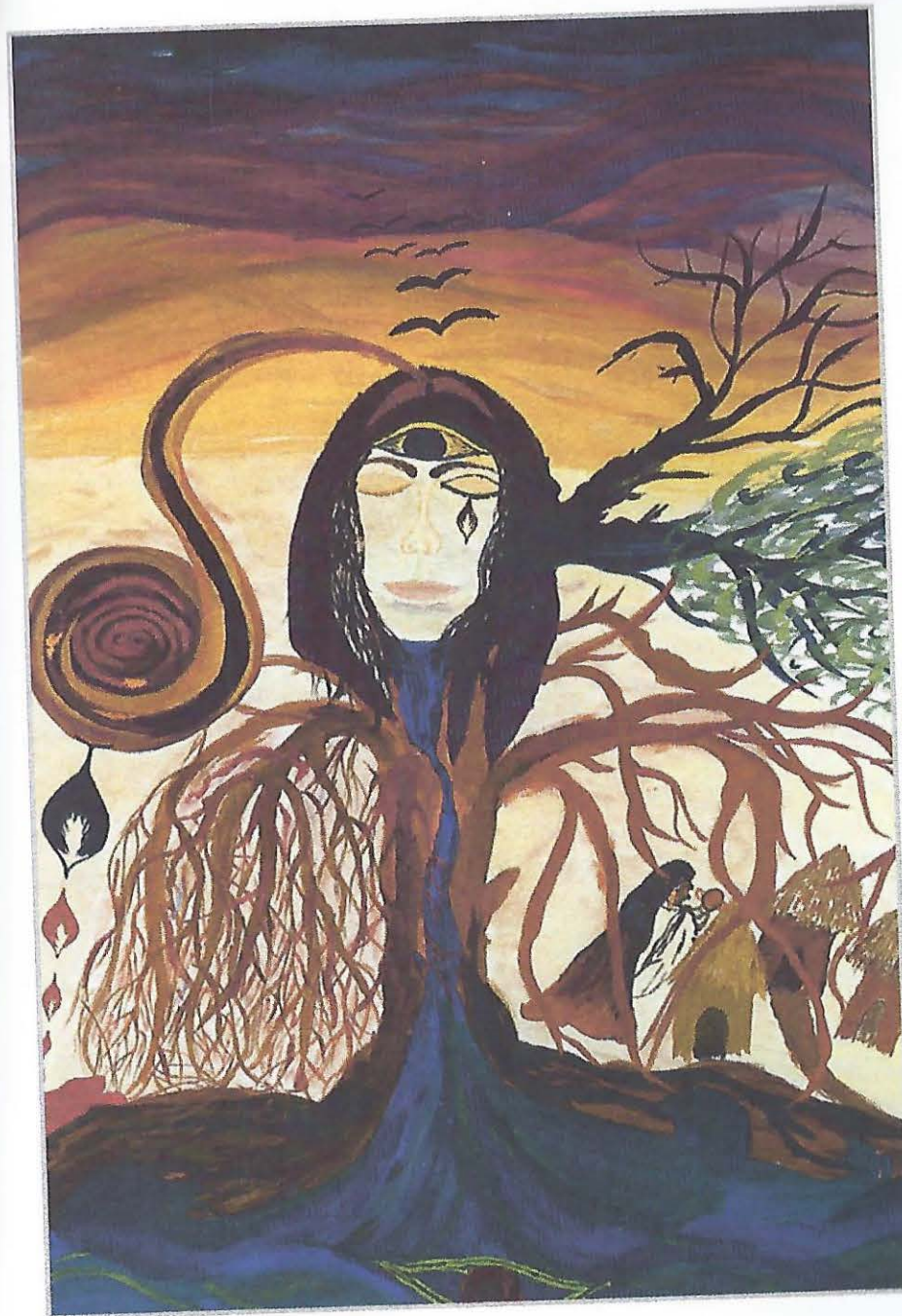


Рис. 20

сирующая функция бессознательного, и только если эго-комплекс уже не видит никакого выхода, когда нам очень плохо, мы открываемся тому, что идет из бессознательного. Такие ситуации «смерти» и «возрождения» очень часто встречаются в психотерапии. В таких ситуациях анализанд и аналитик ожидают реакции бессознательного, будь то сновидение, новое жизнеощущение или чувство в контрпереносе аналитика.

Мужчина (23 года), тяжелый инвалид детства, сделал рис. 22. Он начал терапию, потому что почувствовал, что эмоционально не справляется со своим положением. Деревья изображают символы его сновидения.

Он сказал: «Эти деревья прекрасны именно тем, что кривые». Деревья красивые, хотя искривились. Он может воспринимать себя таким, какой он есть, во всей полноте этого. Я спросила, не ивы ли это, и он ответил: «Да, но они к тому же кривые. Именно такими они и должны быть». Это подтверждение показывает, насколько для него важно не отрицать трудности. Эти деревья — его образ себя, образ его принятия себя, и это открывает перспективу более светлого жизнеощущения. Количество деревьев — два — может указывать на аналитический процесс или отражать ситуацию, в которой он смотрит на себя со стороны и видит себя таким, какой он есть, а значит, может принять себя.

Наконец, здесь представлен рисунок дерева, сделанный в самом начале терапии женщиной (28 лет), которая рисовала отцовский комплекс (рис. 23). На этом рисунке изображено то, какой она видит свою будущую жизнь, и это тоже относится к процессу индивидуации; ее видение семьи. На тот момент у нее еще не было детей, она была беременна.

Если посмотреть на гнездо между ветками, то складывается впечатление, что у него пока еще мало опоры и оно довольно опасно качается наверху. Та часть дерева, где находится птичье гнездо, напоминает по своей форме матку. Вскоре после этого женщина пережила выкидыш, но позднее подарила жизнь троим детям.

Дерево может символизировать различные аспекты процесса индивидуации. Оно может отражать образ себя, связь с материнским комплексом и материнским архетипом, стадию отделения эго от материнского комплекса и от материнского архетипа. В коллек-

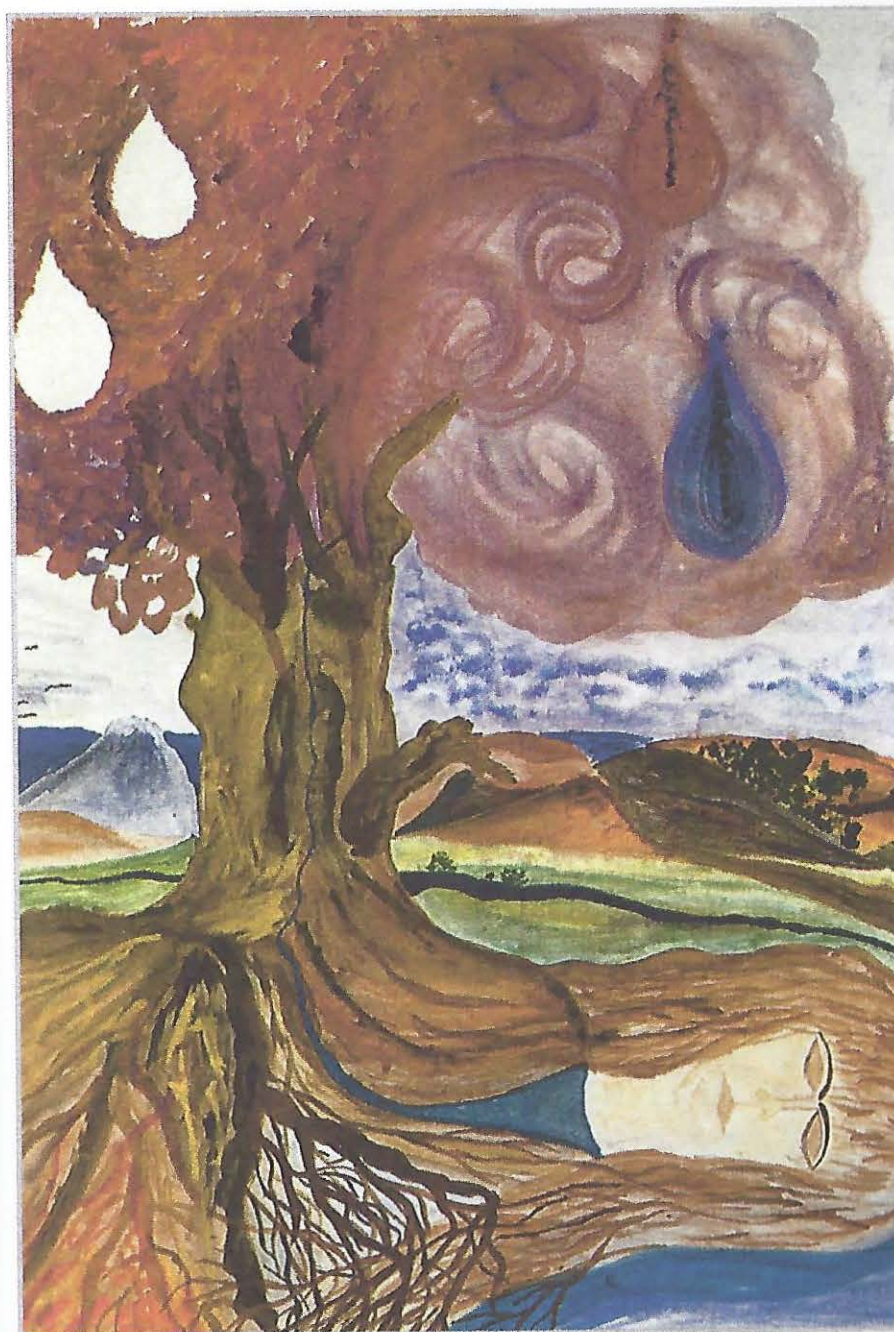


Рис. 21

тивном контексте оно означает определение своего места, того, насколько человек стал отдельным или насколько человек втянут в коллективный жизненный процесс. Также в виде дерева может быть представлен процесс индивидуации как видение, утопия.

На примере архетипа Самости, самого центрального архетипа, я показала, что любой архетип может символически проявляться и в своем структурном аспекте (Самость появляется как квадратура круга, мандала или «инь-ян»), и в своем динамическом аспекте (проекция процесса индивидуации на образ дерева). Будь то структурный или динамический аспект символа, его появление влияет на терапевтическую ситуацию, на возможности развития, которые доступны в настоящий момент. Если нам снится мандала, если мы очень сильно захвачены этим символом, то чувствуем себя более упорядоченными и благодаря этому ощущаем больше жизненной энергии. Возможно, мы нарисуем эту мандалу, вообще заинтересуемся мандалами.

Если на передний план выходит структурный аспект архетипа, значит, сейчас не время ничего менять во внешнем мире. Если же проявляется динамический аспект символа — в сновидениях, в переносе, в фантазии — значит, пришло время что-то реализовать, вынести наружу то, что есть внутри, привнести в отношения то, что находится в процессе интеграции.

Конечно, возможно, что и структурный, и динамический аспект привносятся в сознание с помощью одного и того же символа, например, если в центре мандалы располагается «ребенок». В таком случае одновременно переживаются и то, что мы встроены в мировой порядок, и актуализация новых возможностей.

ЗАМЕТКИ О СИНХРОНИСТИЧНОСТИ

В связи с архетипами используют такие выражения, как «архетипы констеллированы», «констеллировать архетипы». При этом имеется в виду, что определенный архетип становится значимым в нашей жизни, переживается в сновидениях и при констелляции комплекса, что архетип начинает управлять нашими интересами, отношениями, и может до определенной степени влиять на материальное.



Рис. 22

При архетипических констелляциях мы всегда имеем дело с энергетическими полями, которые выражаются в эмоциях, а также с полями смыслов, связанными с ними.

Если мы вспоминаем важные жизненные ситуации, то часто замечаем, что «все совпало», или что определенные события, на которые мы надеялись, никак не могли произойти, ведь ничто никак «не складывалось», потому что жизнь находилась «под знаком» чего-то другого.

Бывает такое чувство, будто можно описать поле событий и переживаний, созвучных друг с другом. Присутствуя при жизненных процессах другого человека в качестве терапевта, мы также нередко поражаемся, насколько отчетливо жизнь иногда находится под влиянием той или иной темы, например, темы «прорыва», и насколько тяжело находиться в этой ситуации человеку, если он противится этому.

Констелляции можно переживать и по-другому: например, человеку нужно ехать куда-то, куда он ехать совершенно не хочет, но

вынужден, и нет веских причин, чтобы отказать. Ситуация крайне амбивалентная, эмоционально заряженная. Человек садится в машину — она не заводится. Волнение нарастает! Мимо проходит друг, заглядывает вместе с водителем под капот, поломку обнаружить не удастся, и человек вынужден отказаться от поездки: он и рад, и испытывает угрызения совести. Для большего накала ситуации мимо проходит еще кто-то, смотрит на мотор и спрашивает: «Вы что, не заметили, что тут штекер неправильно вставлен?» Убедительного объяснения такого совпадения нет: речь идет о совпадении двух вещей, которое не объяснить причинами и следствиями. Как автомобиль мог «знать», что человек не хочет ехать, и так услужливо перестать функционировать в нужный момент?

В таких ситуациях проявляется то, что трудно понять и о чем трудно судить: синхронистичные феномены.

Под синхронистичностью Юнг понимал совпадение по времени двух или более событий, не связанных друг с другом причинно-следственной связью, имеющих сопоставимый смысл. Цитирую:

Феномен синхронистичности состоит [...] из двух факторов:

1. *Бессознательный образ прямо (словесно) или косвенно (символически или намеком) вступает в сознание в виде сновидения, инсайта или знания.*
2. *Объективное положение дел совпадает с этим содержанием сознания.*¹²¹

В случае автомобиля, который не заводится, таким «бессознательным образом» является нежелание нечто переживать; оно проникает в сознание и снова вытесняется (что воздействует амбивалентно); «объективным положением дел» является автомобиль, который не заводится.

Юнг также говорит о синхронистичности в случае, когда разные люди находятся в разных местах, но видят похожие сновидения.

Он говорит о синхронистичности, а не о синхронности, потому что ситуации не только происходят одновременно, но и обладают одним и тем же смыслом. Таким образом, Юнг постулирует наряду с каузальной упорядоченностью акаузальный порядок.

¹²¹ Jung, Synchronizität als ein Prinzip akausaler Zusammenhänge, in GW 8 §858.

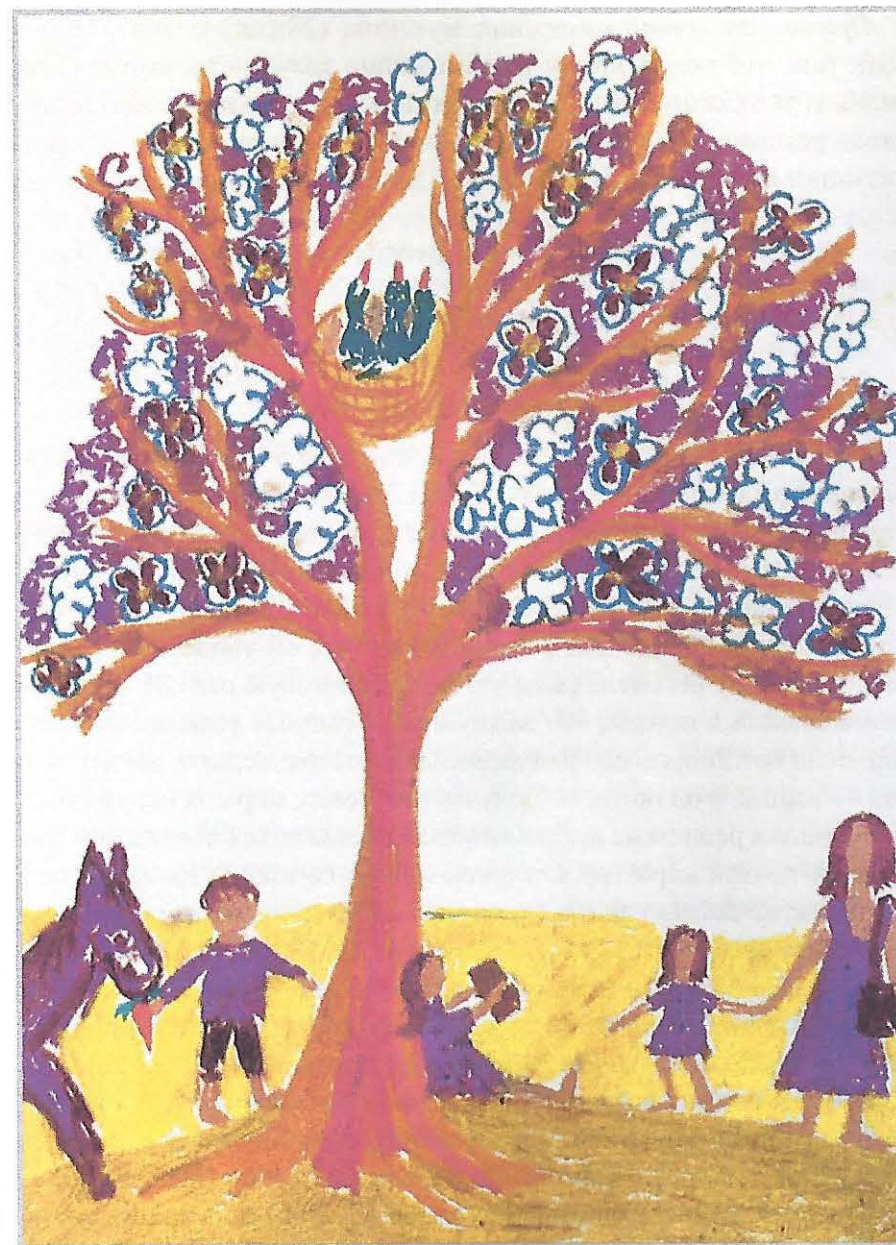


Рис. 23

Пример синхронистичности: мужчина (28 лет) очень обеспокоен тем, что подал заявку на замещение должности, которую он очень хотел бы получить, но до сих пор на это не последовало никакой реакции. Будучи тревожным человеком в принципе, в такой ситуации он не мог думать ни о чем другом, и ему приснилось:

Я разговариваю по телефону с директором новой компании. Одновременно я вижу его. При этом каким-то образом присутствует еще один директор, который говорит по телефону: «Я был бы рад, если бы Вы могли занять этот пост.» Я отвечаю: «С удовольствием приму его.» Я просыпаюсь очень довольным.

Это сновидение он увидел ночью, а наутро в 8 часов пришел на сессию и рассказал его. Мы попытались понять это сновидение; анализанд был очень доволен. Я размышляла, не является ли сновидение исполнением желания, своего рода компенсацией, саморегуляцией в целях уменьшения тревоги. Я также подумала о том, что если в действительности произойдет обратное тому, что он увидел в сновидении, то он получит очень сильную нарциссическую рану. В процессе размышлений я поняла, что важную роль сыграет толкование этого сна. Если воспринять его эмоциональное состояние, дать понять, что сон — вещий, а он потом не получит это место, мир для него рухнет. Для начала я решила не делать выводов и попытаться понять, кем мог бы быть другой директор. Он о нем ничего не знал, и мы стали размышлять, не связано ли его сновидение с различными аспектами его комплекса авторитета, который на тот момент тоже играл большую роль — возможно, он испытывал потребность быть принятым еще более высоким авторитетом, чем директор фирмы. Мы ассоциировали и собирали инсайты. Нашу работу прервал звонок жены анализанда, которая сообщила, что ей только что позвонили из той компании, и ему нужно перезвонить. Само собой, его охватила очень сильная нервность. Он подошел к телефону, он не мог ждать ни минуты — и я тоже волновалась, потому что в любом случае мне потом нужно было бы разбираться с ситуацией. Ответил директор, с которым он ранее общался и который присутствовал во сне. Он и сказал ту самую фразу: «Я был бы рад, если бы Вы заняли этот пост». И добавил потом, что говорит это также от имени своего отца.

Мужчина прежде не знал, что отец директора тоже работает в этой компании.

Такое событие называют синхронистичным. Эта работа была очень важна для этого мужчины, речь шла об очень существенном решении в его жизни.

Как правило, синхронистичность переживается, если присутствует очень эмоциональная жизненная ситуация, то есть ситуация прорыва, когда в жизни проявляется новая архетипическая конstellация. Переживания синхронистичности часто случаются в связи со смертью.

Пример синхронистичного события в связи со смертью: брату и сестре одной и той же ночью снятся сновидения. Брату снится: «Отец прощается, смеясь. Я кричу ему вслед, чтобы он ничего не забыл — отец всегда что-нибудь забывает, а он говорит во сне: «Забытия для меня больше не существует».

Мужчина просыпается очень раздраженным. Обычно ему нет дела до снов, но это сновидение его обеспокоило, и он посреди ночи позвонил своей сестре, которая жила за 300 километров от него. Она первая сказала: «Хорошо, что ты позвонил, я думаю, нам нужно срочно поехать к отцу. Мне приснилось, будто он лежит в кровати, и я не могу его разбудить. Я очень обеспокоена». Они поехали к отцу. Через неделю их отец умер.

Такие истории рассказываются снова и снова. Как правило, люди от них защищаются и обесценивают их, говоря, что это, наверное, люди вместе нафантазировали потом. Но такие явления бывают, и они нуждаются в объяснении.

Получается, что при синхронистичности конstellлируются архетипические структуры, затрагивающие не только собственную психику и тело, но и в определенной степени материальный окружающий мир.

Юнга снова и снова упрекают за такую трактовку синхронистичности, ставят это в укор. Однако она лежит в русле давней философской традиции — Юнг лишь привнес ее в психологию. Я не могу здесь подробно излагать эту традицию, но хотела бы назвать несколько основных моментов.

Китайские мыслители знали и знают о синхронистичности. Мы, западные люди, уделяем больше внимания частностям. Восточно-

му же духу присуще панорамное восприятие, частности его лишь дополняют. Очень древняя китайская книга прорицания — «Книга перемен» («И-цзин») — имеет отношение к синхронистичности: в определенных эмоциональных ситуациях мы определенным образом подбрасываем монеты или выбираем один из нескольких стеблей тысячелистника, и это связано с нашим внутренним состоянием. Кроме того, китайская философия — и примером этому является «Книга перемен» — не задается вопросом «что делать». Ей интересно, в какой жизненной взаимосвязи находятся наши действия. Наше поведение оценивается в зависимости от того, в каких жизненных обстоятельствах оно происходит. То есть китайские мыслители задаются вопросом, какая архетипическая структура активна в данный момент, как принимать такие решения, которые ей соответствуют, а не противоречат. По этой причине в терапевтическом процессе мы стремимся осознать констеллированные архетипические структуры — чтобы плыть по течению жизни, а не против него. Однако опыт показывает, что, как правило, одновременно включаются различные архетипы, так что приспособиться к такому течению жизни непросто. Исключение составляют ярко выраженные кризисные и переломные ситуации.

Пример одновременного воздействия различных архетипов: у женщины (53 года) родился первый внук, которому она очень обрадовалась. Она уже находилась в менопаузе и интересовалась тем, что, собственно, происходит в этот период. Кроме того, у нее была очень старая мать, которая плохо себя чувствовала и по всем меркам человеческой жизни могла вот-вот умереть. Вдруг эта женщина стала сильно интересоваться архетипическим образом мудрой старухи, искать сказки, в которых встречается мудрая старуха, искать литературу на эту тему и жаловаться, что старые люди — просто старики, а никакие не старые мудрецы.

Архетипическая структура, которая в этом оживилась, проявляется в мотиве бабушки и мудрой старухи.

Затем эта женщина захотела завершить два образования, и побыстрее, потому что ей казалось, что время учиться уже прошло и теперь ее ждет нечто другое. И все это исходило от архетипической констелляции: ее действительно ждало нечто другое!

Она искала совета, потому что впервые в жизни у нее возникли трудности в работе, она не могла готовиться к экзамену. Она сильно возмущалась — всю жизнь она могла учиться, когда хотела, а теперь вдруг это стало для нее проблемой.

Есть подумать в контексте архетипических полей, то станет понятно, что она хотела заставить себя сделать то, что не соответствовало архетипической структуре, которая оживилась в тот момент. Сдача экзаменов относится скорее к архетипу героя/героини, когда нужно бороться за победу. Возможно, в этом также участвует архетип трикстера. В особых случаях сам экзамен можно рассматривать и в рамках архетипа мудрой старухи/мудрого старца, но не подготовку к экзамену.

Я показала ей эти взаимосвязи. Мы обе понимали, что это не соответствовало ее процессу развития, хотя сдать экзамены было бы разумно. Тогда она решила сдать только один предмет и приняла во внимание то, что она не может вкладывать все свои силы в окончание обучения.

Конечно, это не означает, что в 53 года уже невозможно сдавать экзамены. И в 53 года может констеллироваться архетип героя или героини, но может быть и так, что на самом деле констелляция совсем другая. И эта констелляция соответствует переменам в жизни, как я попыталась показать, размышляя о развитии эго-комплекса в целом.

Однако процесс индивидуации отдельного человека не всегда следует коллективным тенденциям. Нетрудно встретить человека, у которого архетип героя констеллирован в возрасте от 65 до 75 лет.

О синхронистичности размышляли не только в древнем Китае. Около 300 г. до н.э. Гиппократ писал о «симпатии всех вещей»: все вещи вместе составляют одно целое, и реакция одной составляющей влияет на общее целое. Таким образом, он сформулировал основы современной теории систем. Плотин подхватил эти идеи, а позже Авиценна, живший с 980 по 1040 г. и описавший теоретические основы медицины, утверждал, что человеческая душа обладает известной силой, способной изменять даже материальное, когда душа охвачена сильной любовью или ненавистью, то есть аффектами. Это также объясняет, почему на синхронистичность

смотрят во все глаза: если мы можем изменять даже материальное, находясь в состоянии сильной любви или ненависти и тому подобное, то это уже магия.

Таким образом, идея о синхронистичности могла бы объяснить, почему возможны магические практики. Алхимики размышляли аналогичным образом, и это одна из причин, почему Юнг привлекал алхимические тексты для объяснения своей идеи. Идея о синхронистичности допускает, что психика и материя сопоставимы и, возможно, даже являются двумя сторонами одного и того же явления. Капра в своей книге «Время перемен» достаточно сухо сообщает, что синхронистичность означает акаузальные взаимосвязи между символическими образами в психике и внешней действительностью. Речь также идет об акаузальной упорядоченности духа и материи, которая сейчас, тридцать лет спустя после формулирования этого постулата Юнгом, подтверждается рядом открытий в физике. Физики различают каузальные и акаузальные порядки, или, как еще говорят, локальный и нелокальный порядки. «Одновременно структуры материи и структуры духа все больше признаются зеркальными отражениями друг друга».¹²² Капра не знал, что идея о синхронистичности не нова, что Юнг перенял ее у мыслителей прошлого.

В этой связи, пожалуй, самым известным предшественником Юнга является Лейбниц (1646–1716 гг.), выдвинувший идею предустановленной гармонии. Он критиковал Гейлинкса за высказывания о том, что мир духовный и мир телесный существуют совершенно отдельно друг от друга, как два часовых механизма, по воле Бога соединенных вместе. В связи с этим он считается представителем окказионализма. Лейбниц же возражает, что эти «часы» с самого начала идут своим ходом, но устроены с таким невероятным искусством и ловкостью, что можно быть уверенным в том, что их ход совпадает. В этом заключается закон предустановленной гармонии: душа и тело следуют собственным законам, но согласованы друг с другом, поскольку являются репрезентациями одной Вселенной. Душа представляет Вселенную так же, как и тело.

¹²² Capra, S. 404

По Лейбницу, переживание синхронистичности возможно в любой момент. Юнг постулирует, что оно возможно лишь в исключительных случаях — когда переживается особая архетипическая конstellляция. По мне, это не очень убедительно, в определенном смысле архетипы все время конstellлированы. Конечно, бывают ситуации, связанные со смертью, любовью, с переломными моментами и так далее, в которых архетипические конstellляции переживаются намного отчетливее, чем в более спокойные периоды; в этих ситуациях чаще случаются и переживания синхронистичности. Но все-таки я считаю, что в таких крайних ситуациях мы просто обращаем на них больше внимания. Из идей Юнга можно заключить, что акаузальный порядок постулируется наряду с каузальным порядком, существование которого бесспорно.

Что же означают размышления о синхронистичности для юнгианской психологии? Во-первых, они дают объяснение парapsихологическим событиям, которые обычно происходят в периоды переживания сильных эмоций. Далее, они объясняют, как работают оракулы, такие как Таро или «Книга перемен»: почему именно эти вытянутые карты или выбранные стебли тысячелистника каким-то образом связаны с нами и являются подходящими «экранами» для проекций наших бессознательных конstellляций. В терапии идея о синхронистичности стоит за толкованием на субъектном и объектном уровне и, прежде всего, за установкой на символизирование. Мужчина за рулем своей машины, вставший в дорожную пробку, мог бы размышлять каузально: в этот момент многие едут в одном и том же направлении, поэтому вероятность попасть в пробку достаточно велика. Он также мог бы размышлять синхронистично и задаться вопросом, что это для него означает. Обе постановки вопроса имеют право на существование.

Мужчина, у которого за один день сломались три пишущие машинки, уже не понес третью к продавцу машинок, а сел и задумался, что не так с тем, что ему нужно написать. Синхронистичное мышление — это целостное мышление. При этом мир, каким мы его видим, становится символическим для нашей внутренней жизни; становятся понятными изречения, которые мы иногда видим на бетонных стенах: «Забетонированные души любят забетонирован-

ный мир». Синхронистичное мышление могло бы также объяснить известные феномены контрпереноса, например, почему в определенных ситуациях психоаналитик вдруг реагирует болью в животе. Конечно, мы все знаем, что это одна из возможных реакций контрпереноса — то, что мы воспринимаем явления с помощью нашего тела. Идея о синхронистичности могла бы быть тому объяснением.

Идея о синхронистичности всегда подвергается критике, если ее переносят на сферу осязаемой материи — хотя наше тело, собственно, является осязаемой материей.

Я практикую много лет, и за все это время у меня лишь однажды отказало отопление в кабинете — причем именно во время сессии с мужчиной, которому намного чаще обычного снились белые медведи и лед; кроме того, его фамилия была созвучна слову «холод». Но даже если объяснить синхронистичностью такую ситуацию, то все равно непросто понять, в чем смысл, стоящий за ней.

СИНХРОНИСТИЧНОСТЬ И ПСИХОСОМАТИКА

На мой взгляд, концепция синхронистичности сущностно связана с целостным психосоматическим подходом.

В связи с психосоматикой фон Икскуль описывает биопсихосоциальную модель¹²³, в которой предполагается, что тело, психика и их окружение взаимосвязаны и находятся в динамическом равновесии. Оно может снова и снова нарушаться, и заболевание, на каком бы уровне оно не развивалось, считается динамическим дисбалансом. Нарушение равновесия изменяет самоорганизующуюся систему, которая объединяет в себе тело, психику и их окружение, и может сказаться на каждом из этих уровней. Например, если внутри происходит прорыв чего-то нового, мы можем заболеть физически или развить депрессию, мы также можем безответственно отстраняться от своего окружения или разрушать его. Долгое время считалось и говорилось: «Я не допускаю чего-то психически, поэтому заболеваю физически», но это не так, и такое представление придает психике необоснованную первоочередность. Напротив, болезни неотъемлемы от человека и могут проявляться психи-

чески, телесно и социально. Эта идея пересматривает обвиняющий подход: мы заболеваем не потому, что сделали что-то не так, мы можем заболеть при входе в новую жизненную ситуацию.

Синхронистический способ мышления в целом также делает ответственными представления о том, как мы становимся и бываем виноваты — очевидно, идея виновности многим обязана каузальному мышлению: дело не в том, что нечто случилось, потому что я что-то сделал или не сделал, а в том, что я взаимосвязан с жизнью, в ней могут происходить изменения, с которыми я могу справляться лучше или хуже. Конечно, наше повседневное мышление не идет в ногу с этим способом мыслить. Тем не менее, в юнгианской психологии такое мышление присутствовало с самого начала, хотя Юнг и не говорил о синхронистичности в связи с взаимообратными отношениями тела и души. Однако он говорил, что формирование символов зачастую связано с психогенными телесными симптомами.¹²⁴ С другой стороны, Юнг обращал мало внимания на то, что формирование символов зачастую связано с конфликтами во внешнем мире, с разрушением вещей или особым созданием новых вещей. В этом смысле любой симптом можно считать символом; однако мы можем рассматривать как символ и то, как мы обращаемся с вещами, и то, что происходит с нами при этом.

В общем, в юнгианской психологии психосоматический подход можно обнаружить и в теории комплексов. Ведь сущностным аспектом комплекса является эмоция, ее мы переживаем телесно, и она влияет на организм. В теории архетип и комплекс, конечно, можно разделить и отличить друг от друга, но в актуальной жизненной ситуации они взаимосвязаны, поэтому я считаю, что идея синхронистичности дает еще одну возможность объяснять психосоматику в дополнение к теоретическому объяснению комплексов и их эмоционального воздействия.

В этом новом психосоматическом мышлении важным является то, что в связи с соматическим заболеванием мы можем обойтись без почти неизбежного обвинения, как говорится у фон Икскуля, Овербека¹²⁵ или даже — имплицитно — у Юнга. Это происходит

¹²³Ср. von Uexküll.

¹²⁴Jung, Zur Psychologie der Tricksterfigur, in GW 9 I §290.

¹²⁵Ср. Overbeck.

повсеместно, но для многих людей по-прежнему верно: «Возмездие за грех — смерть.» Вот почему многие люди воспринимают болезнь как нечто изначально неприличное и это тесно связано с идеей, что болеет тот, кто сделал что-то не так. Если же мыслить не только каузально, но и синхронистично, то есть мыслить в терминах нового психосоматического аспекта — то мышление в категориях вины отступит на второй план: тогда болезнь станет, скорее, выражением того, что в жизнь врывается новое, с которым в настоящий момент можно справиться лишь с помощью заболевания. С этой точки зрения болезнь — это попытка справиться с судьбой.

Однако это не означает, что новый психосоматический аспект мышления избавляет человека от вины в его сознании, напротив: человек захвачен каузальным мышлением, даже если признает новый способ мышления подходящим. Более того, теперь речь идет не только о том, что раньше считалось «психосоматическими заболеваниями», то есть психосоматическими заболеваниями в узком смысле, такими как бронхиальная астма или язва желудка. Теперь все болезни рассматриваются под этим углом: на каждый чих человек хочет получить объяснение, хочет знать, что он сделал не так. Находясь в системе, где действуют не только причинно-следственные связи, мы продолжаем мыслить исключительно каузально.

Однако в связи с чувством вины может остаться ответственность. Мы должны ответственно обращаться с собой и своей жизнью, неважно, проявляется конфликт на психическом, физическом, социальном или экологическом уровне. Чувство вины указывало бы на то, насколько ответственно мы вели себя в той или иной жизненной ситуации, и немного — на то, в чем мы опять ошиблись и почему. За этими рассуждениями, по сути, стоит идея о том, что если делать все правильно, то можно прожить жизнь без болезней и смерти. Если мы всерьез относимся к синхронистическому мышлению, то в каждой прорывной ситуации придется считаться с динамическим дисбалансом — иногда именно по нему мы узнаем о том, что наступил кризисный период. В связи с этим заболевание можно воспринимать как задачу, которую нам нужно либо решить, либо научиться с ней жить. Тогда мы задаемся вопросами: «Как я обхожусь с этим? Как я с этим живу?», независимо от того, на

каком уровне проявляется болезнь. Такое мышление подразумевает, что никакой из уровней, на котором может проявиться конфликт, не является более значимым, чем другие. В теории это выглядит понятным, но на практике мы реагируем иначе. Например, психотерапия является разновидностью помощи с определенным требованием эмансипации, то есть ее смысл состоит в том, чтобы помочь человеку стать более сознательным и автономным. У человека, начинающего психотерапию, могут возникнуть затруднения в связи с представлением о том, что люди «решают» свои проблемы развития с помощью соматического заболевания: отстраняются от жизни, лечатся — что совершенно разумно и имеет смысл при заболевании — а затем продолжают жить, как раньше. Мне кажется, в таком случае нужно ограничить претензию психотерапии на эмансипацию любой ценой; необходимо принять то, что некоторые изменения происходят бессознательно и их невозможно осознать.

Еще больше проблем возникает, если заболевание становится хроническим, что может повлечь за собой большие тяготы. Важно и нужно выяснять и осознавать причины конфликта, но все-таки я считаю, что при переходе заболевания в хроническое состояние нужно более реалистично смотреть на человека, не забывая при этом о задаче трансформации.

Даже если нам удастся видеть «равноправными» все уровни, на которых может проявляться конфликт, все равно у нас остается вопрос, почему некоторые люди переживают конфликты преимущественно психологически, хотя и не без сопутствующих соматических симптомов или даже странностей поведения по отношению к своему социальному окружению, а другие — в основном, соматически. Этому дано множество объяснений, литература о психосоматических заболеваниях обширна. Овербек очень прагматично толкует преобладание соматизации: соматические заболевания в нашем мире более приемлемы, чем психические, мы получаем больше участия в ответ и больше склонны допускать их наличие.¹²⁶ Овербек лишь объясняет тот факт, почему среди населения преобладают люди с соматическими заболеваниями, но не объясняет, почему бывают люди, которые болевают психически, а не соматически.

¹²⁶ Там же.

Еще одно толкование состоит в том, что в повседневной жизни мы склонны вытеснять тело и телесное функционирование; фактически, мы десоматизируем себя. Если мы переживаем эмоцию, мы редко действуем спонтанно, следуя за ней — так, как поступает ребенок. Вместо этого мы контролируем эмоцию и размышляем о том, как выглядит ситуация, как поступать; мы не действуем бездумно, мы пытаемся «договориться». Если тело захвачено болезнью, происходит «откат» от вдумчивых «переговоров» к действию. За соматическим заболеванием может стоять требование заново сблизиться со своим телом, потому что заболевание имеет еще и тот смысл, чтобы мы уделяли больше внимания своему телу.

В терминах юнгианской психологии, когда комплекс активируется, всегда происходит и телесное реагирование. Если тело является основой эго-комплекса, то в ситуациях, когда эго-комплекс перестает быть когерентным, становится более вероятным начало соматического заболевания. Если исходить из идеи о синхронистичности, а не из теории комплексов, то получится, что тело постоянно реагирует вместе с душой. Вопрос о том, к каким симптомам мы более склонны — телесным, психическим или социальным — гораздо больше связан с тем, чему мы научились в течение жизни. Можно научиться решать конфликты с помощью болезней. Если у кого-то в семье при конфликте начиналась головная боль, то неудивительно, что в дальнейшем при каком-либо скандале у человека тоже заболит голова, и это позволит ему отстраниться от ситуации.

На эту тему существует много занимательных теорий, которые демонстрируют, насколько по-разному можно смотреть на эту проблему. Также это говорит о том, что мы очень стараемся выработать новые подходы к проблеме и о том, что очень сложно понять эту равноценность психики, тела, социальности и экологии. Это верно и для юнгианской психологии: переплетенность различных уровней переживания и реагирования полно выражена в идее синхронистичности, но все же юнгианская психология отдает приоритет психическому или даже духовному; в итоге, мы задаемся вопросом, какая духовная идея стоит за феноменами. Я полагаю, что поле феноменов во всех его компонентах нужно воспринимать не менее серьезно, чем идею, стоящую за ним. Идеализм все еще играет достаточно

большую роль в психотерапии. Несомненно попытка видеть жизнь в целом, заложенная у Юнга в понятии символа Самости и выраженная в идее синхронистичности, пропагандируемой также различными другими видами терапии, но при этом приходится усиленно бороться с прежними привычными представлениями.

С самого начала терапии с теми, кто переживает конфликты преимущественно на телесном уровне, или, иначе говоря, переживает их там наиболее ярко, важно создать атмосферу участия; то есть мы располагаем к себе, что является базовой предпосылкой аналитической ситуации как таковой, и пытаемся вызвать у анализанда к жизни образы расслабления и «своего места».¹²⁷ По сути, поначалу работа идет не столько с помощью конфронтаций, сколько с помощью поддержки, мы пытаемся вникнуть в проблемы. Также на этом этапе рекомендуется применять рисуночные техники. Важно найти место творческому воображению, даже если это дается с большим трудом. Можно также применять «мягкие» техники дыхательной терапии, если терапевт ими владеет.¹²⁸ Идея состоит в том, чтобы заново приблизить человека к образам, которые помогут перевести соматические симптомы в их психические репрезентации, а затем перевести эти образы в слова.

По Юнгу, симптомы также являются символами, которые такие люди привносят в терапию. Даже если эти символы только соматические, они все-таки являются символами. У таких людей фантазии не меньше, чем у других, но их фантазии вращаются только лишь вокруг тела, телесного благополучия. Им очень легко с самого начала упрекать психотерапию в безрезультатности, ведь они не вполне понимают, не лучше ли ему с его заболеванием вернуться к врачу, который направил его на психотерапию, чем оставаться у психотерапевта. Необходимо обращать внимание на символы, которые привнесены в терапию — в данном случае, это симптомы. Снова и снова говорят о недостаточной способности к символизации у так называемых «психосоматических пациентов» — и это верно, если под такой способностью понимать только способность к абстрактному символизированию. Если же рассматривать

¹²⁷Ср. Kast, Imagination, S. 30, 64, 172.

¹²⁸Например, Middendorf.

симптомы как символы, то станет очевидно, что такие люди умеют символизировать.

Также мне кажется несправедливым утверждение, что у «психосоматических» людей меньше чувств, чем у других людей, что у них якобы практически отсутствует фантазия и преобладает поверхностное мышление¹²⁹. Люди, которые справляются с конфликтами с помощью тела, могут быть очень чувствительными, но имеют трудности с тем, чтобы формулировать проблему.

Если целью терапии считать движение от симптома к символу, а затем к его вербальному выражению и к интерпретации символа, то, по существу, речь идет о том, что мы имеем дело с глубоко бессознательной разновидностью символа и символизирования, выраженной соматически.

При рассмотрении симптома как символа рекомендуется делать те же шаги, что при работе с любым другим символом: сначала необходимо заметить симптом, в том числе, эмоционально; затем перейти к формулированию и интерпретации.

Пример символоформирования при психосоматическом расстройстве: мужчина (32 года) находится в психотерапии, куда его направил семейный врач после обследования по поводу различных функциональных жалоб и общего психовегетативного синдрома: нарушений кровообращения, болей внизу живота. Исследования не выявили органических причин, и с этими симптомами пришлось разбираться в психотерапии. Мужчина очень «деловито» описал свои симптомы.

Как-то раз он сообщил на сессии, что у него острые боли внизу живота, диффузные колющие боли, а также спазмы и почти понос, но самое неприятное — это непонятное колотье. Для начала я спросила, не произошло ли недавно чего-то необычного в какой-то важной сфере жизни. Ничего такого не произошло. Мужчина женат, у него есть ребенок, к которому он очень привязан. У него хорошая должность, результаты на работе выше среднего. Ни в семейной жизни, ни в других отношениях, ни на работе ничего особенного не происходило. Я дала ему карандаши и попросила его нарисовать свою боль.

¹²⁹Ср. Frank und Vaitl, S. 97 и далее, Ahrens, S. 339 и далее.

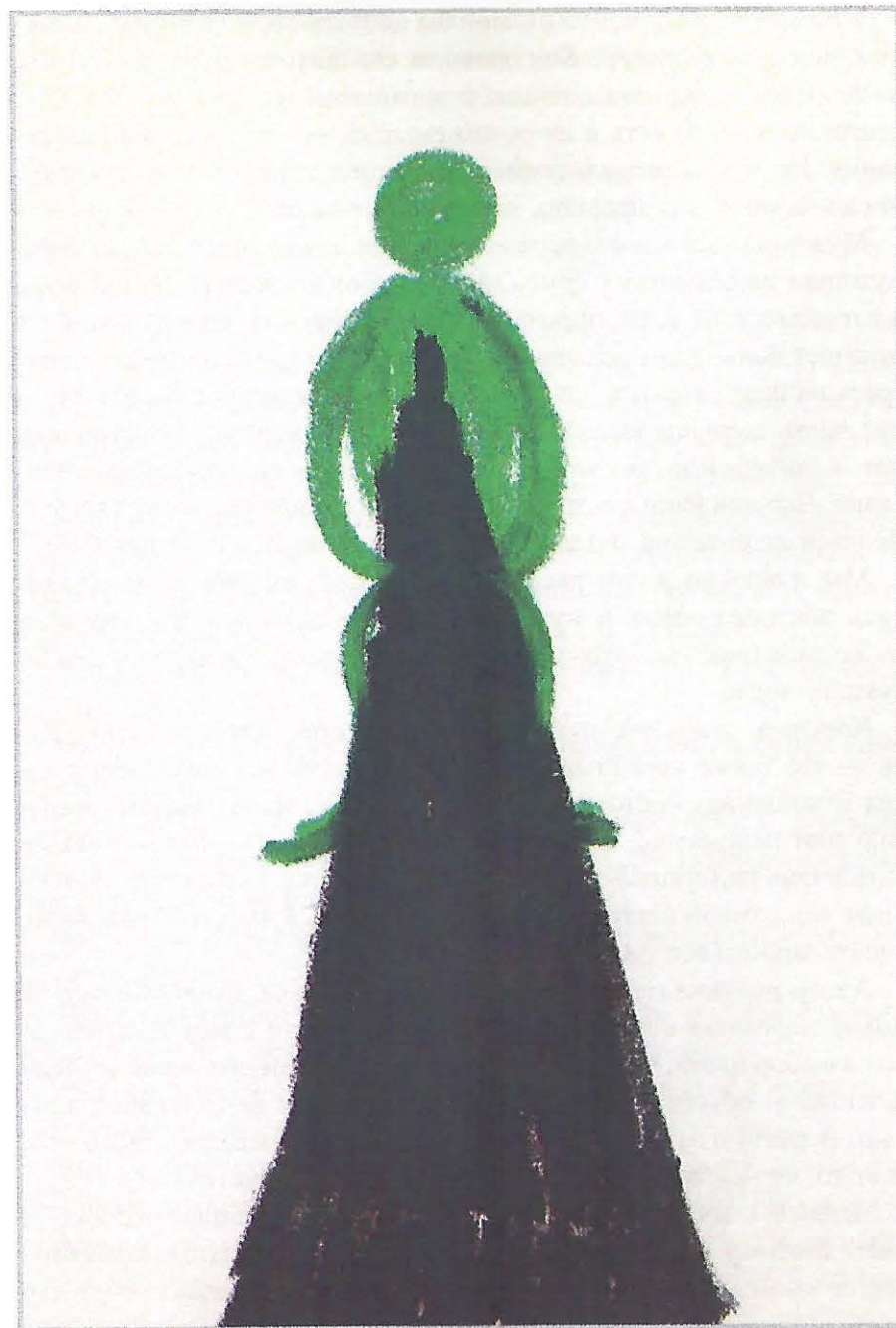


Рис. 24

У меня была идея, что он мог бы сделать свой симптом символом, пока он его рисует. Как правило, считается, что такие жалобы на боль внизу живота связаны с давлением, отделением или же с отстранением, то есть в широком смысле — с процессами расставания. Но это звучит слишком широко, и в конкретных ситуациях эта концепция, как правило, плохо срабатывает.¹³⁰

Мужчина нарисовал первый рисунок и сказал: «Это зеленый мужчина на обелиске.» (рис. 24) Потом он помолчал. Я подумала в тот момент, не идет ли речь об идее величия: сидеть на обелиске означает быть очень высоко наверху, как бы сидеть на троне и смотреть на всех свысока. Затем я обратила внимание на то, что верхняя часть корпуса зеленая, а нижней части корпуса практически нет — собственно, нет живота, нижней его части, совсем нет гениталий. Черный клин почти достигает шеи и словно втыкается в нее. Человек не стоит на земле, а царственно возвышается надо всем.

Мы довольно долго рассматривали этот рисунок и обменивались мыслями о нем, и мужчина сказал: «Здесь наверху я не способен действовать». Этому соответствует то, что не нарисованы ни руки, ни ноги.

Конечно, значение рук не исчерпывается «действиями». Руки — это также «органы» отношений, руками мы ощущаем, в каких отношениях состоим с другими людьми, мы ощущаем симпатию или неприязнь, выражаем руками нежность, можем установить очень глубокий эмоциональный контакт. Рассматривая руки лишь как символ деятельности, мы становимся жертвой идеологии «деятельности всегда и везде».

Автор рисунка не может ни за что держаться, по-видимому, не может переживать чувственный контакт вместе с кем-то. Интересен и выбор цвета: зеленый цвет — а здесь мы видим очень темный зеленый — обычно связывают с покоем леса, с вегетативной жизнью. В связи с этим возникает вопрос, не выражает ли здесь этот цвет то, что касается его вегетативной нервной системы.

Черный клин, идущий снизу, выглядит угрожающе. Черный — цвет, который можно связать с ночью, тьмой, плохим, а также с препятствием — или с началом чего-то. Можно сказать, что в его

треугольной форме выражена очень активная и агрессивная угроза со стороны того, что исходит от ночи, тьмы, бессознательного.

По его словам, черный был для него цветом смерти. То есть с этими болями внизу живота связан страх смерти, который может означать не только страх умереть, но и страх жить. Как бы то ни было, рисунок говорит о том, что его боли связаны с темой жизни и смерти. Черный может быть цветом смерти, и богини нижнего мира тоже обычно являются в черном.

Маскулинный треугольник с невероятной силой стремится наверх, втыкаясь клином в его жизнь. Мужчина сказал, что эта боль не дает ему функционировать. Конечно, возникает вопрос, откуда берется такая динамика, создающая ощущение, будто его пронзают.

Мужчина захотел изобразить боль еще раз, по-другому (рис. 25).

Зеленый человек опять находится где-то посреди листа, без опоры. У него нет ни постели, ни «почвы», ни пристанища. Это странно, ведь если у человека что-то болит, ему нужен хоть что-то, чтобы прилечь. Он сам тоже удивился такому рисунку: «Я состою только из ступней, ног и рук.» Примечательно, что как раз ступней на рисунке нет.

На этот раз боль изображена темно-красным, смешанным с коричневым цветом.

Глядя на этот рисунок, я ощущала сильный страх и спросила его, не изображен ли на этом рисунке и страх. Он задумался, сказал «нет», страха он не видит, только руки.

Такие признаки боли, в принципе, были возможностью его «заземлить».

Я фантазировала дальше: можно ли на этом рисунке увидеть ноги паука или другого животного. Он так не думал.

Мы оба были недовольны происходящим, поэтому я попросила его нарисовать образ этих красных «рук и ног» (рис. 26).

Уже на предыдущем рисунке было заметно, что теперь они рисует боль не черным, а красным. Конечно, красный был цветом страдания, но вообще-то при колющих болях можно было ожидать ярко-красного цвета. Здесь же был приглушенный красный, скорее, цвет менструальной крови, а также цвет всепоглощающей Кали, индийской богини-матери.

¹³⁰Cp. Studt.

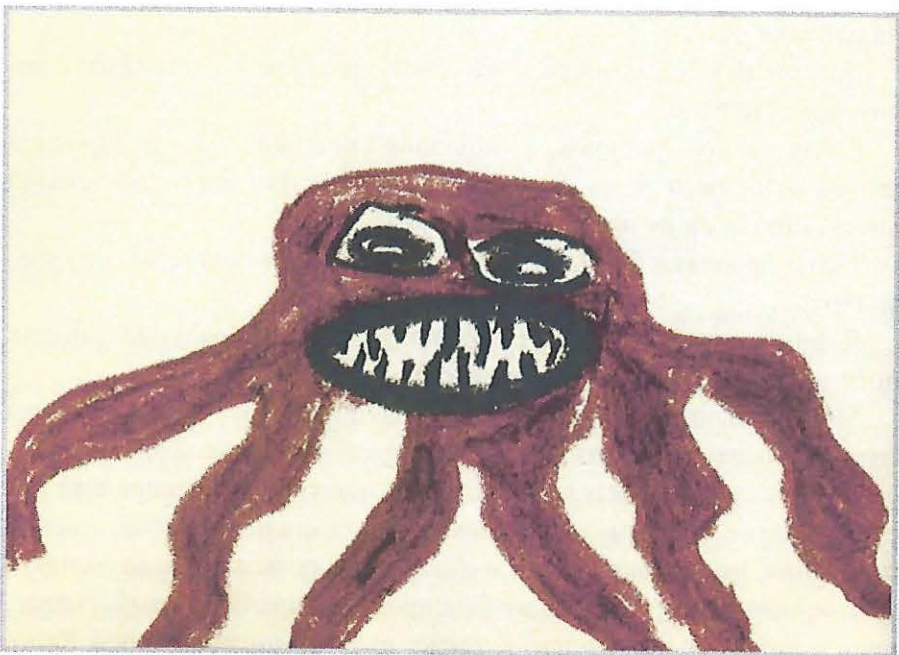
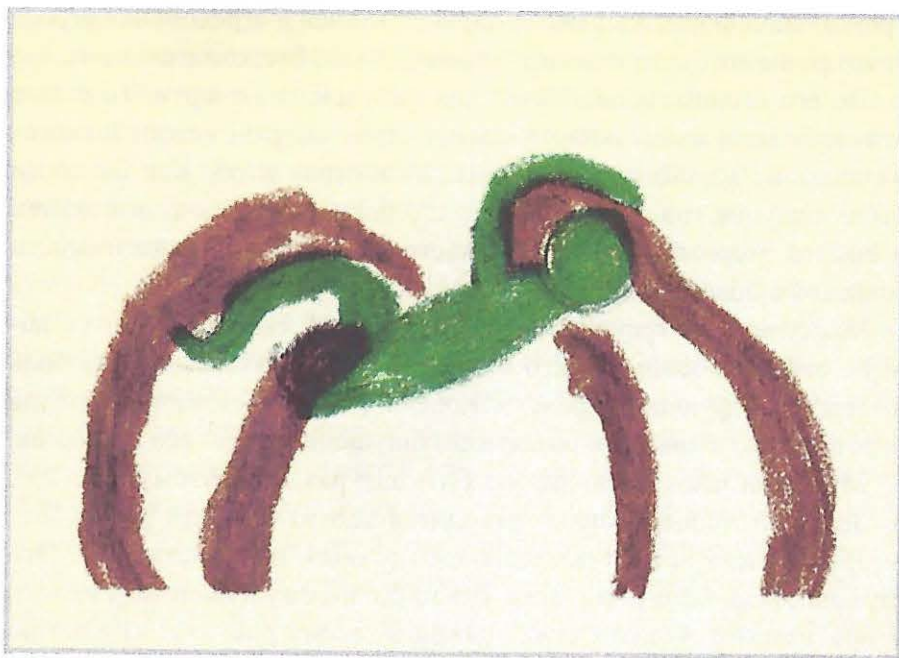


Рис. 25, 26

На рисунке, где изображен осьминог, наряду с красным присутствует черный — во рту. Мужчина сказал: «В моих кишках сидит что-то типа этой животины...», а я добавила: «... и вызывает страх».

Он: Да, он безумно прожорливый.

Я: У него шесть щупалец.

Он: Но я думаю не о сексе, а о раке. (Слова «шесть» (sechs), «секс» (Sex), «рак» (Krebs) в немецком языке созвучны. — *Прим. перев.*) Затем он сам себя поправил: «Но, конечно, это не рак, вообще-то это осьминог, хоть у него лишь шесть щупалец».

Тема сексуальности затронута здесь неслучайно: уже на первом рисунке было видно, что клин «повреждает» половые органы и органы выделения. Но первоначально здесь был замечен не страх перед сексуальностью, а страх заболеть раком, страх умереть от рака.

Осьминоги — существа, живущие в море под камнями — символизируют собой подземных чудовищ и, собственно, должны быть черными. Эти чудовища выпускают чернила, замутняя мир вокруг себя. Символически они стоят рядом с силами тьмы, недалеко от пауков. Но этот осьминог был не черным, а темно-красным, поэтому я думала: то, что ужасает этого мужчину, напрямую связано с жизнью. Особенно пугающим выглядит, конечно, его зубастая пасть. Она наводит на мысль о *vagina dentata*, о вагине, которая поглощает и кастрирует мужчин. Осьминог с такой пастью символизирует собой страх быть пойманным, запертым, проглоченным, лишенным потенциала. В целом, можно сказать, что здесь констеллирована «мать как смерть». В психике этого мужчины она может существовать как агрессивная тенденция или страх стать жертвой агрессии. Но он не изобразил себя пойманным; он чувствует угрозу, опасается — сопротивляется тому, чтобы быть пойманным. Это значит, что его эго-комплекс находится в таком состоянии, когда он чувствует, что к нему подкрадывается нечто поглощающее, но он еще может защищаться.

Очевидно, что его автономии что-то угрожает, она в опасности. Теоретически, ему угрожает регрессия, утрата своей самостоятельности. У него констеллирован материнский архетип, а также материнский комплекс — не только его поглощающий, но и сексуальный аспект. Возможно, он реагирует на эту угрозу компенсацией — это выражено в первом рисунке — в виде определенного маску-

линного протеста, у которого уходит почва из-под ног. Протест у человека, не стоящего крепко на своих ногах, легко становится «беспочвенным», раздутым.

Когда я говорю о том, что у этого мужчины констеллирован поглощающий аспект материнского архетипа, то подразумеваю, что это мало связано с его реальной матерью. В психотерапии снова и снова путают разные вещи: у нас есть фантазии о наших матерях и переживания, связанные с матерями. Переживания, полученные в отношениях с матерью, и фантазии о матери — это не одно и то же. Поэтому я и считаю такой важной идеей архетипа: становится понятно, что наши фантазии о матери очень связаны с примитивной тревогой в связи с материнским, с примитивными пристрастиями, изначальными потребностями — с неудовлетворенными примитивными потребностями в «материнском». Вот почему в таком случае нельзя сказать: просто его мать является «поглощающей» и теперь он проецирует это на меня, психотерапевта. Это возможно, но маловероятно.

По большому счету мы не можем сказать, какими были родители на самом деле на основе того, что и как происходит в психотерапии. Мы говорим об образах этих людей, о фантазиях, и я замечаю, что в момент беспомощности у терапевта появляется соблазн высказаться о реальных родителях — реальной матери или реальном отце. При этом происходит перекладывание вины, причем возлагать вину на матерей значительно интереснее, чем на отцов.

У этого анализанда констеллировался материнский архетип в своем поглощающем, угрожающем, нечеловеческом аспекте, и это значит, что в отношениях между эго и бессознательным наступил этап, когда эго теряет значительную часть своей автономии, так что анализанд становится более бессознательным. И он испытывает сильную тревогу в связи с этим.

Мне было ясно, что эта тревога, собственно, является безмолвной, воспринимается лишь как атмосфера, царящая на сессиях, и я попыталась заговорить об этой тревоге на более конкретном жизненном уровне. Я спросила его, не переживает ли он в данный момент что-нибудь такое же угрожающее, такое же поглощающее; он заговорил о работе, нехватке свободного времени, стрессе и тре-

бованиях жены. Квинтэссенцией его инсайтов стала мысль, что он позволяет себя «поедать».

Если мы принимаем всерьез концепцию синхронистичности или размышляем о ситуации целостно, видим ее психосоматически, то мы можем считать, что заболевание этого мужчины связано с его социальным окружением, которое, по его мнению, его «поедает». Обычно мы позволяем «поедать» нас, когда не можем сказать окружающим «нет», не можем провести границу из страха потерять их любовь и почувствовать себя отделенными от них. В результате мы теряем автономию, которая была бы желательна. Ощущается вина за то, что не выполняется такая жизненная задача как «быть собой».

Если это так, то «осьминог» все больше проецируется на значимых людей, которые хотят его «сожрать», со стороны которых он также чувствует обесценивание. Но этот осьминог является его собственным образом, поэтому его следует соотносить с собственными психическими содержаниями и связанным с ними поведением. Анализанду удалось в воображении идентифицироваться с «осьминогом» — с жадой поглощать, обладать и разрушать. Не умея провести границы, он вынужден — в идентификации с осьминогом — разрушать. Но, как человек, он именно этого и не делает: эти разрушительные импульсы остаются бессознательными и обращаются против него самого в виде соматических симптомов. Нарисованный образ помог ему осознать, что в нем есть жажда разрушения, но по моральным причинам он не хочет так поступать, ему нельзя так себя вести.

Эта серия рисунков показала, что в его психике констеллирован поглощающий аспект материнского архетипа, воздействующий на него негативно; при этом возникает сильная тревога, для конфронтации с которой требуется большая агрессия.

Я пояснила ему, что в идентификации с осьминогом он почувствовал сильную агрессию, которая необходима ему именно сейчас, чтобы его никто не поглотил. Затем я предложила ему представить расслабляющие образы.¹³¹ Их задача состоит в том, чтобы передать человеку ощущение, что в жизни также есть то, что его

¹³¹Kast, Imagination, S. 60 и далее.

поддерживает, что он может почувствовать себя в безопасности. Эти образы особенно важны, когда предстоит конфронтация с деструктивным началом. И тем, кто реагирует на конфликты соматическими симптомами, совершенно необходим расслабляющий образ телесного благополучия.

После того, как он представил расслабляющий образ, он почувствовал себя лучше, и я сказала, что в дальнейшем нам нужно заняться еще тремя конфликтными сферами. Представление расслабляющего образа позволило ему регрессировать, так что он смог ощутить спокойствие и защищенность в поддерживающем «материнском» пространстве. Благодаря этому его эго-комплекс прибавил в когерентности, и я смогла заговорить с ним о том, что необходимо решить некоторые конфликты. Таким образом я также выразила свою уверенность в том, что его эго-комплекс способен идти на конфликты, заговорила с ним как с тем, у кого есть автономия. Основной проблемой была его неуверенность в отношениях. В идентификации с «осьминогом» был замечен паттерн отношений: если он чувствует, что близкие в нем сомневаются, то и он должен в них усомниться, уничтожить их. Обычно он отпускал циничные замечания по их поводу.

Еще одной конфликтной сферой была его профессиональная деятельность, а третьей — то, насколько в процессе терапии он воспринимал меня перегружающей и обескураживающей. Мы занимались всем этим недели три, после чего боли в животе прошли. При этом невозможно сказать наверняка, прошли они благодаря психотерапии или вопреки ей.

С симптомами можно работать, формируя их образ и символизируя; затем эти символы переживают эмоционально, что проливает свет на конфликты и поведенческие стратегии в повседневной жизни.

ПЕРЕНОС-КОНТРПЕРЕНОС И ФОРМИРОВАНИЕ НОВЫХ СИМВОЛОВ

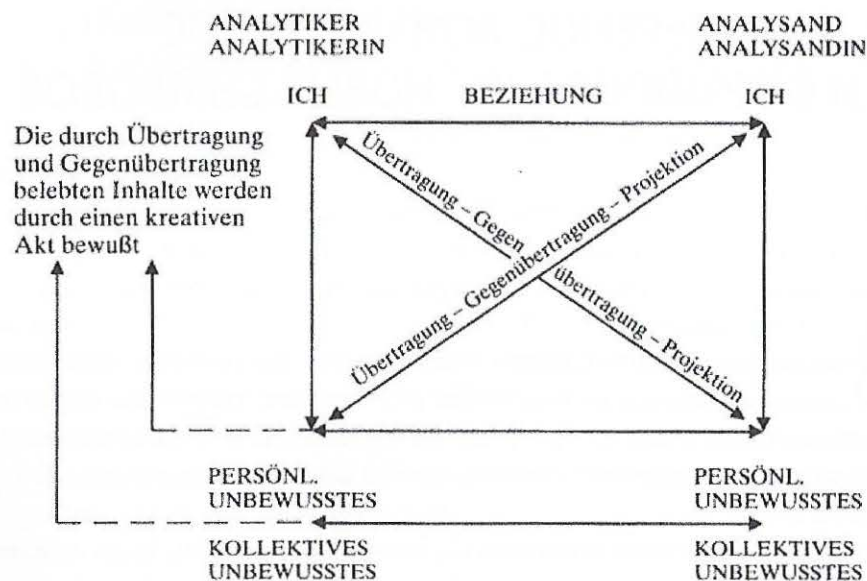
В юнгианской психотерапии важно, чтобы оживлялось бессознательное и его символы, чтобы человек мог творчески подойти к своим проблемам и образу жизни. Однако если эго-комплекс недостаточно когерентен, сначала необходимо усилить его когерентность.

В аналитических отношениях символы оживают, если аналитик¹³² проявляет интерес ко всей личности анализанда, к его своеобразию, возможностям и трудностям. Как правило, такой интерес оживляет бессознательное и способствует сознательному восприятию символов и их осмыслению. Этим символам необходимо придать определенный вид, а затем интерпретировать.

Целью терапии является принятие собственных порывов к развитию, которые пробуждаются в психике. Благодаря этому человек становится более компетентным при взаимодействии с собой и другими: человек лучше понимает себя, свои глубины, что в результате облегчает распознавание своих проекций. В принципе, терапевтической целью является становление анализанда более автономным, более способным к отношениям и более аутентичным человеком.

Оживление бессознательного происходит в аналитических отношениях, в отношениях «Я-Ты», то есть в ситуации, в которой в каждый момент один человек может чему-то научиться у другого, в ситуации интенсивного взаимодействия, когда у нас могут оживляться и раскрываться новые стороны личности. Таким образом,

¹³² Отсюда и далее грамматические формы, различающие мужчин и женщин, аналитиков и клиентов, опускаются во избежание неоправданного усложнения текста и возникновения помех при чтении.



Analytikerin — аналитик, Analysandin — анализанд, Beziehung — отношения, Ich — эго, Übertragung — перенос, Gegenübertragung — контрперенос, Projektion — проекция, Persönliches Unbewusstes — личное бессознательное, Kollektives Unbewusstes — коллективное бессознательное, по стрелкам слева наверх — содержания, активированные в переносе-контрпереносе, вступающие в сознание в ходе творческих актов — прим. перев.

аналитические отношения отличаются от обычных социальных — в них большое внимание уделяется феноменам переноса и контрпереноса.

Уже в 1946 г. в своей работе «Психология переноса» Юнг подробно описал перенос и контрперенос и, на мой взгляд, опубликовал наиболее полную теорию переноса, контрпереноса и теории отношений. Уже в 1929 г. он ввел в психотерапевтический дискурс термин «контрперенос».

Моя схема переноса — контрпереноса опирается на схему Юнга, которую он в свою очередь, выстроил на основе одного алхимического текста.¹³³

Отношения выстраиваются между эго аналитика и эго анализанда. Под отношениями в аналитической ситуации я понимаю все

области контакта, в которой меня, как аналитика, воспринимают как реального человека и я, будучи таковым, вступаю в контакт с анализандом.¹³⁴ Под переносом понимают искажение восприятия в отношениях, при котором паттерны ранних отношений (комплексы) переносятся на аналитика или на отношения анализанда с аналитиком. Как правило, перенос является компромиссом между исходным содержанием комплекса и психологическими защитами. Переносят не только содержания комплексов и паттерны отношений, но и архетипические образы.

Под контрпереносом я понимаю эмоционально заряженную реакцию аналитика на анализанда, особенно на ситуацию переноса. Похоже, что между бессознательным аналитика и бессознательным анализанда существуют неявные отношения или смешивание. В аналитических отношениях такое общее бессознательное ощущается как атмосфера отношений. Возможно, именно она делает возможным психическое «заражение», когда аналитик, например, ощущает в своем теле тревогу, которую анализанд в себе не замечает и не выражает. Такие бессознательные отношения являются предпосылкой того, что мы называем контрпереносом, который в лучшем случае дает возможность анализанду извлечь пользу из способности аналитика к саморегулированию, если она у аналитика функционирует. Такие бессознательные процессы, даже такая бессознательная идентичность одного другому, позволяет психике аналитика воспринимать архетипические констелляции и констелляции комплексов, осознавать их, а также находить архетипические или индивидуальные образы для таких эмоциональных переходов. В таких творческих актах аналитика может стать осознанной значимая символическая ситуация — и тогда анализанд чувствует себя понятым, то есть подтверждается важный эмоциональный опыт, что его проявления определенным образом поняты, что ему дают обратную связь. Это существенно улучшает то, как сам анализанд в дальнейшем станет понимать себя и свою ситуацию. В частности, у анализанда складывается впечатление, что его вообще могут понять.

¹³³ Jung, Die Psychologie der Übertragung, in GW 16 §422.

¹³⁴ Ср. также Jacoby, Psychotherapeuten.

В контрпереносе существенным является то, что поначалу образ, воспоминание, сказка, эмоция, инсайт аналитика невозможно объяснить тем, что происходит между ним и анализандом, контрперенос не является логическим следствием актуального общения. Он выглядит противоречащим тому, что происходит на сознательном уровне. Еще одним типичным явлением в контрпереносе бывает появление у аналитика чувств и реакций, которые он вынужден переживать; они похожи на те чувства и реакции, которые присутствовали в ранних взаимодействиях анализанда с теми, кто о нем заботился. Такая разновидность контрпереноса помогает диагностировать проблематичные паттерны отношений; нередко встречаются ситуации переноса-контрпереноса, которые расщеплены коллюзивно: один играет одну роль, а другой — роль, противоположную первой, и отказаться от этих ролей невозможно, хотя оба замечают свое ролевое поведение. Такая особая ситуация переноса-контрпереноса связана с тем, что в комплексе выражены трудные паттерны отношений детства, которые легко переносятся в отношения с другими людьми, полярно расщепляя отношения.

Существует также иллюзорный контрперенос, при котором аналитик видит в анализанде то, чего вообще-то нет, или придает тому, что есть, другое значение. В таком случае я говорю о переносе, а именно о переносе терапевта на анализанда.

Контрпереносы аналитика являются компромиссом между образами и эмоциями, которые к нему «приходят», и защитными процессами. Например, если возникают очень агрессивные образы, аналитику будет трудно соединить их с образом самого себя, и он станет от них защищаться. То же касается и образов с сексуальным содержанием.

ПОВОРОТНЫЕ МОМЕНТЫ В АНАЛИЗЕ

В поворотные моменты возможно формирование новых символов: появляются символы, ранее недоступные восприятию, и указывают путь к другим эмоциям, а вместе с ними — к новым способам поведения, инсайтам и надеждам. Зачастую появление новых символов в процессе анализа происходит после длитель-

ного периода «топтания на месте» и связано с особыми ситуациями переноса и контрпереноса, которые улучшили взаимопонимание. Теоретическим ключом к пониманию этой взаимосвязи является концепция комплекса.

Комплекс исчерпывает себя в процессе фантазирования и может стать поворотным пунктом на пути от скованности к свободе. В фантазии связана энергия, необходимая для дальнейшего развития индивида. Пока комплексы остаются бессознательными — то есть, эмоционально не понятыми — они заметны в переносе-контрпереносе. Это часто происходит при коллюзивном переносе-контрпереносе, и ниже я приведу такой пример.

В трех примерах терапевтической работы я покажу ситуации «сгущения», которые стали поворотными моментами в анализе. При этом важнейшими точками развития явно были символы — именно с их помощью конструируются воспоминание и ожидание. Я хотела бы также показать, что принятие во внимание переноса-контрпереноса ни в коем случае не противоречит оживлению символов, они обуславливают друг друга.

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ПОНИМАНИЕ В ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ КАК ПРЕДПОСЫЛКА СИМВОЛОФОРМИРОВАНИЯ

Из-за реструктуризации компании, которую провело новое, молодое поколение руководителей, мужчина (63 года) преждевременно вышел на пенсию. Он был начальником отдела и оказался перед выбором — переучиваться или уйти на пенсию. Поскольку он не мог *ни на что* решиться, в какой-то момент все сочли, что он решил уйти на пенсию.

Здесь заметны две большие обиды: поколение «сыновей» проводит в жизнь изменения, которые не оставляют места для «отца»; когда он не смог принять решение в явном виде (он чувствовал себя очень заблокированным), его не спросили, они действовали. Тем самым ему косвенно дали понять, что его участие в работе не так уж важно.

Он вышел на пенсию и засел дома, стал читать газеты, чувствовать себя уставшим, вялым. Жена настаивала на том, что ему, ви-

димо, чего-то не хватает. Отношения между ними становились все более напряженными, происходило все больше ссор, но даже на них у него не было сил. Даже внуки перестали его интересовать. Он говорил, что потерял интерес к жизни, чувствовал себя опустошенным, появились проблемы со сном, пропал сексуальный интерес, он ощущал себя вычеркнутым отовсюду и бесполезным, и так продолжалось четыре месяца. На пенсию он вышел шесть месяцев назад. Таким образом, он отреагировал на выход на пенсию депрессивным состоянием. Кроме того, он сам давил на себя — ведь сейчас у него, наконец, появилось время заняться всем тем, что он давным-давно запланировал: перебрать диапозитивы, прочитать вырезки из старых газет и привести их в порядок... Однако у него было время, но не было энергии.

Ход терапии, первая встреча: напротив меня сидит очень вежливый мужчина. Он говорит, что ему нехорошо, рассказывает историю о своем выходе на пенсию и добавляет, что не может с этим справиться.

Цель терапии сформулирована четко: он хочет справиться с выходом на пенсию.

Он скуп на слова, лишь повторяет снова и снова, что ему нехорошо. В ответ на мой вопрос, чувствует ли он, что в компании с ним обошлись плохо, он удивленно взглянул на меня: «Ну да...», но вообще-то он их понимает. Я ощущаю, как становится все более пусто вокруг, и внутренне защищаюсь от этой пустоты, я не хочу, чтобы меня «опустошили». Вероятно, это ощущение пустоты связано с обидой, от которой он защищается, с разочарованием, оно указывает на то, что ему может быть проще жить с депрессией, чем с сильным гневом. Я не стала обсуждать с ним это ощущение, потому что мне было еще неясно, насколько когерентен его эго-комплекс. Я воспринимала эти чувства в контрпереносе. Мы сошлись на том, что цель терапии — справиться с обидой, вызванной выходом на пенсию.

Я пояснила, что было бы хорошо, если бы он приносил сновидения, что я также работаю с фантазиями и образами, чтобы рассматривать ситуации не только со стороны сознания, но и со стороны бессознательного, и что от его психики мы можем получить указания на то, как ему дальше жить.

Основная тема депрессии — необходимость быть самим собой. Что это значит, можно узнать лишь с помощью собственной психики, но при посредничестве терапевта.

На следующих встречах мы говорили о его жизненной истории: он живет там же, где вырос; единственный сын после трех дочерей. Его отец работал в той же фирме, где и он, в последние годы — на той же должности. По его описанию, у него была совершенно нормальная семья, хорошая мать. Его воспитывали, как всех остальных: слушайся, работай, выполняй свой долг. Примерно так оно и было. Затем он прошел обучение в этой самой *фирме* и поднялся по карьерной лестнице в обычном темпе. В 26 лет он женился, у него хорошая жена, трое детей — двое сыновей и одна дочь. Никто из детей не работает на этой фирме и, пожалуй, все сложилось хорошо. У него уже есть внуки; обычно он бывает им рад, но не теперь.

Пока он сообщал мне все это, коротко и ясно, у меня складывалось ощущение, что он хоть и делится информацией, но подлинного контакта с ним как с человеком не возникало. Из этого я сделала вывод, что и с самим собой у него, вероятно, тоже мало контакта. Так продолжалось несколько недель; мы встречались два раза в неделю. Он рассказывал мне о своих проблемах, рассказывал что-то из своей жизни, но я его не чувствовала.

Когда речь идет о том, чтобы понять человека, обеспечить ему эмоциональное подтверждение, то, конечно, очень важно суметь почувствовать этого человека. Легко почувствовать тех, кто сам себя хорошо чувствует. А для того, чтобы почувствовать тех, кому это дается с трудом, прежде чем это удастся, нередко требуется длительный процесс.

Я чувствовала его лучше, когда он жаловался и говорил, что не может спать, и как же ему быть, если и терапия не поможет. Я немного чувствовала его обеспокоенность тем, что психотерапия может не принести пользы, но еще больше у него было страха перед тем, чтобы заговорить об этом беспокойстве. Я дала ему понять, что очень хорошо понимаю его страх, и спросила, не думает ли он иногда о том, что терапия могла бы идти быстрее. На это он возразил: «Думаю, вы делаете все наилучшим образом».

В этой ситуации я еще раз задумалась о том, что еще я могла бы сделать. Я тоже была в некотором отчаянии, заметила это и приняла его к сведению. Затем в своем воображении я вдруг увидела себя в образе спасателя на водах. Я была под водой, смотрела на тонущего человека — анализанда — он был неподалеку, но я не могла его схватить, потому что под водой все расстояния — другие. Медленно, но верно заканчивался воздух и у меня самой. В реальной ситуации спасения утопающего пловец еще раз выдохнул бы, еще раз попытался ухватить тонущего, а затем вернулся бы на поверхность, чтобы выжить самому.

Эта реакция контрпереноса на 32-й сессии, около полугода после начала терапии, была для меня очень значимой. Конечно, у меня есть склонность пробовать различные подходы, быть активной, отвечать естественному нетерпению пациентов, хотя я знаю, что этот путь ведет мимо цели. Вся моя деятельность была обречена на провал, потому что речь шла о его активности, а не о моей, и образ спасения утопающего мне очень помог это понять. Выдохнуть, попытаться еще раз схватить его означало попытаться еще раз его почувствовать. Но ни в коем случае не нужно было осваивать новые «стили плавания» на том, кто находится под водой.

Я восприняла этот образ в контрпереносе, а также решила больше не ждать. На следующую, 33-ю сессию он принес короткое сновидение: «Я вижу луг. Траву слишком давно не косили.» Я попросила его опять представить себе этот луг, и он сказал, что трава вся примятая, притоптанная, ее долго не косили, урожай был не собран. Когда он это говорил, я почувствовала некоторое возмущение. Мы согласились с ним, что очень жаль, что урожай не собран. Связи этого сновидения со своей жизнью он не видел.

Символ, который появился в сновидении, он понимал очень конкретно. Он сказал, что это напоминает ему о сегодняшней молодежи — они вообще больше ни о чем не заботятся. Трава же — ценное сырье. У нас теперь, как в Альпах — все уйдут с гор, останутся одни старики.

В этой проекции явно звучал некоторый гнев на молодежь, и я задалась вопросом, нет ли тут и гнева на его молодого начальника. Также я подумала, нет ли тут гнева и на меня. Чтобы это прояснить, я спросила, что для него значит то, что я моложе его

на двадцать лет. Он дружелюбно посмотрел на меня — как будто впервые заметил, сколько мне лет — и сказал, что он не думал о моем возрасте. Его раздражали не вообще молодые люди, а те, кто так безответственно поступает. Я сказала, что его новый начальник — тоже молодой. «Да, молодой, но не безответственный», — в этом его нельзя было обвинить. Затем я сознательно увела его от этой темы, связанной с его комплексом, и спросила, собрал ли он свой «урожай». На это он хитровато улыбнулся и сказал: «Да уж, конечно», — он-то свое скопил, хотя при нынешнем обвале валюты это, конечно, очень неоднозначная ситуация. Потом он долго говорил о том, как можно обеднеть в наше время, как он этого боится, потом взглянул на меня и сказал: «А вашему поколению придется гораздо хуже, вам пенсию уже никто не заплатит...», и так далее.

Я сказала, что трудно, наверное, когда молодежь каждый день дает понять, что теперь человек не так уж нужен. Я еще раз попросила его рассказать, что на протяжении всех этих лет давала ему работа, хотя мы уже обсуждали это с разных сторон. Я попыталась проделать что-то вроде работы горя.

По его словам, работа мало что давала, просто каждый должен работать — и получать за это зарплату. Иногда, когда все получалось, он чувствовал себя хорошо, но, на самом деле, ничто никогда не выходило так, как могло бы. В этом отчасти проявилось хроническое, тонкое обесценивание и его работы, и его личности: все было вполне хорошо, но могло бы быть намного лучше, и, наверное, в этом и была настоящая причина того, почему его не захотели переучивать. Он сам виноват! Пока он так себя обесценивал, я почувствовала сильный порыв показать ему и другую сторону его мировоззрения, но знала, что это бесполезно. Я ощущала бессилие и гнев, чувствовала, что внутренне сама готова обесценить анализанда. Я обнаружила, что думаю о том, при каких, собственно, условиях анализ возможен, а при каких — нет. В общем, в этом контрпереносе я стала очень агрессивной, чувствовала свою склонность к обесцениванию. Я попыталась коснуться и его склонности к обесцениванию; я сказала, что для меня было бы немыслимо выдержать это: всю жизнь работать и чувствовать, что это недостаточно хорошо. В ответ он еще раз дружелюбно взглянул на меня:

«Почти у всех людей так — они недовольны своей работой.» И у меня снова возникло чувство, что я совершенно его не понимаю, и что сама я совершенно не понята. Я задумалась, не сказать ли ему напрямую, что я уже чувствую себя «на последнем издыхании».

Он рассказал, что на работе было хорошо то, что жизнь шла своим чередом, все имело свой порядок, при котором он чувствовал себя уверенно. Теперь этого порядка больше нет. И если бы он снова появился, то ему сразу же стало бы намного лучше.

Я: Вы считаете, что если бы я Вам точно сказала, что нужно делать, Вам стало бы лучше?

Он: Может, мы больше продвинулись бы вперед. Вы же наверняка знаете, что мне нужно делать.

Я: Тогда с моей стороны это самая что ни на есть враждебность — знать и не говорить.

Он: Об этом я не могу задуматься даже на миг.

По крайней мере, я почувствовала в переносе агрессию, а также требование внести больше структуры в его внешнюю, повседневную жизнь. В терапию я привносила немало структуры, но также много раз подчеркивала, что новый порядок должен возникнуть из его собственной психики, что он находится в ситуации прорыва, что бессмысленно делать то, что я считаю для него правильным.

Конечно, я понимала, почему я так отстранялась. Однажды он сказал, что прочитал много газет, но это не принесло удовлетворения. Тогда он решил пойти в киоск за еще одной газетой, но и это не очень помогло. Кроме того, как правило, он забывал то, что прочитал. Я сказала в ответ, что надеюсь, он хотя бы покупает газету не в ближайшем киоске — ведь ему было бы полезно побольше двигаться. Лучше было бы покупать ее в киоске, который находится за бассейном — тогда ему каждый раз пришлось бы проходить мимо бассейна, и он мог бы там проплыть пару кругов. И в итоге на каждую сессию он стал приносить листочек, на котором было записано, сколько километров он прошел и проплыл.

Конечно, я неспроста удерживала себя от проговаривания того, что ему лучше делать. Конечно, он вскоре сделал бы все, что я потребовала бы от него. Однако от этого он не стал бы ближе к себе, это лишь усилило бы его депрессивную «ходьбу» по кругу.

В течение нескольких недель мы пытались обсуждать, что ему давала работа, и однажды он рассказал, что поговорил с женой о том, что значила для него работа. Она сказала ему, что, когда он работал, он был очень доволен и гордился тем, что приносит пользу людям. Он по-человечески заботился о своих подчиненных, в тяжелых ситуациях даже принимал их у себя дома. Он очень гордился тем, что в его отделе все так хорошо функционировало. Он рассказывал это как наизусть выученное домашнее задание, будто речь вообще шла не о нем. Я сказала ему об этом. Он ответил, что теперь будто заново узнал, что он и вправду гордился, но будто действительно не знал об этом, когда мы с ним об этом говорили. Теперь он просто это знает. Теперь он казался себе неблагодарным. Я обратила его внимание на то, что он получил от жены некоторые ориентиры — он получил информацию, но не почувствовал себя более глубоко понятым. Он сказал: «Нет», он вообще не чувствовал себя более глубоко понятым, он чувствовал себя лишь неблагодарным. Я же, напротив, впервые ощутила, что по-настоящему почувствовала его — он был как школьник, без запинки ответивший урок, не особенно проникаясь им, просто послушно и бойко, потому что его спросили. Я сказала ему об этом ощущении. Он посмотрел на меня с интересом и коротко ответил: «Да». Именно так он себя и чувствовал. При этом он явно почувствовал себя понятым, потому что под конец часа снова поднял вопрос «школьных уроков» и сказал, что эта тема очень важна для него. Часто ему казалось, будто он «делает уроки»: в школе, потом родители говорили ему, что говорить, потом жена. Это было по-своему неплохо, но он никогда не говорил того, что хотел сказать сам.

Ночью после того дня, когда состоялась эта беседа — через 8 месяцев после начала анализа (54 сессии) — ему приснилось, как он сказал, первое важное сновидение¹³⁵:

Во сне было много езды. Сначала я сижу в поезде, мир проносится мимо меня. Я читаю газету, затем вдруг беспокоюсь, потому что не понимаю, как добраться до цели. Я больше не понимаю, где вообще эта цель. Я выхожу на следующей станции: мне стало легче, местность вроде бы знакомая. Я жду автобуса, еду в нем по городу, который мне

¹³⁵ Ср. Kast, Traumbild Auto; здесь я привела подробную интерпретацию этого сна.

вроде бы знаком, но я ничего не узнаю. Вдруг я оказываюсь в своей машине. Теперь у меня есть план города, я целенаправленно ишу дорогу. Теперь мне намного проще, потому что я могу проехать почти везде, где хочу — кроме дорог с односторонним движением. И вот я еду по такой улице. Это нарушение правил дорожного движения кажется мне оправданным, ведь я должен как можно скорее доставить кому-то важное лекарство. Потом дорога сужается еще и еще — и я оказываюсь на середине деревянного моста через ручей и не отваживаюсь ехать дальше. Но как поехать назад, я тоже не понимаю. Потом вдруг я иду пешком, иду медленно, но теперь я действительно могу пройти везде, где нужно. Я просыпаюсь до того, как достиг цели.

На вопрос, в каком настроении он проснулся, он ответил, что он ощущал себя хорошо, близко к цели. Было бы здорово, если бы он ее достиг, но сновидение так и осталось немного таинственным.

Мы сделали упражнения на расслабление, затем я попросила его еще раз мысленно представить себе пути, по которым он шел, почувствовать себя в эти моменты. Переживая сновидение еще раз в своей фантазии, он понял, как сильно он был обеспокоен тем, что больше не знает, где его цель. Он заново переживал очень сильное напряжение между уверенностью в том, что он должен достичь цели, и неуверенностью в том, какова она. Получается, его очень волновал вопрос цели жизни, а также то, у каждого ли человека в жизни есть цель.

Когда человек ощущает себя дезориентированным и опустошенным, сновидение, в котором затрагивается тема цели, становится важным переживанием, поскольку оно само приносит некоторую целенаправленность, требует энергии и ощущения пути, который необходимо пройти. Благодаря такому сновидению и пребыванию в нем, к сновидцу пришло новое жизнеощущение. Невозможно отрицать мучительность такого ориентирования, но тем не менее, оно происходит.

Сновидящее это заметно изменяет свое поведение, когда мужчина сидит в своей машине, сам держит руль, да еще и смотрит на план города, по которому может ориентироваться. Он с большим облегчением ощущает, что может проехать почти везде.

Когда сновидец еще раз переживал это сновидение в своей фантазии, он отметил, как приятно иметь план города и снова получить

полную возможность ориентироваться. Затем он вспомнил, что часто терялся в городе и при этом ругал жену, потому что вообще-то она отвечала за «чтение плана города». Ему пришло в голову, что теперь он не может переложить ответственность на жену, потому что ее и в машине-то нет. Эта деталь вдруг показалась ему очень значимой. Внезапно он осознал, что он ожидает от каждого, в особенности от своей жены, что ему составят план, предложат цели. И то, что она этого сейчас не делает и даже не задумывается об этом, наполняет его гневом. Так или иначе, благодаря сновидению он понял, что поиск пути — это только его личное дело, за которое он должен взять ответственность на себя. Мы пока не обсуждали, насколько этот гнев на жену относился и ко мне тоже.

Нарушение правил дорожного движения — это первое, за что он должен был ответить. Он подчеркнул, что его оправдывает высшая цель — спасение человеческой жизни, и это вынудило его нарушить второстепенные правила дорожного движения. В этом выразилось то, что является его приоритетом — сохранение человеческой жизни. Он раздумывал, какой ему за это полагался бы штраф, и сказал, что очень неприятно получить штраф, когда он столько лет ездил без нарушений. Эти размышления показали, насколько серьезен в сновидении вопрос достижения цели: он, слепо следовавший правилам движения, даже готов их нарушить, принимая возможность «столкновения» со стражами порядка. В отличие от других транспортных средств, которыми он пользовался в сновидении, во время поездки на машине он явно берет на себя ответственность и даже нарушил столь важный для него и принимаемый им порядок. По поводу этого противоречия он сказал: «Если я пойду своими путями, то наверняка вступлю в конфликт с действующими предписаниями.» В ответ на вопрос, может ли он представить себе такую ситуацию, ему приходит в голову, что он мог бы снова влюбиться. Затем он быстро отмахивается эту возможность из-за всяких сложностей — но, тем не менее, тема страсти была затронута.

Сновидец совершает свой путь, пока может, но посреди моста не решается продолжать. Переживая сновидение повторно, он рассказал о том, что за чувство двигало им, когда он был на мосту. Он вдруг потерял кураж, перила стали опасно близко к нему, может, он

и мог бы проехать дальше, но вспомнил о ситуациях, когда через силу продолжал путь, а потом с большим трудом возвращался.

Если вдуматься в ситуацию сновидения, то вариант оставить машину посреди моста был бы ненамного лучше, ведь непонятно, как открыть двери, когда перила моста мешают. Сновидение показывает человека, который даже в стеснённых обстоятельствах исчерпывает все возможности, которые у него есть, а потом его внезапно покидает мужество. В конце сновидения существенно то, что он идет пешком — медленно, но по-настоящему «своим ходом». Выход из машины связан со степенью свободы при выборе собственного пути, с принятием собственных решений как промежуточной целью сновидения. Даже если это получается не сразу, и, как замечает сновидец, даже если он при этом быстрее устает. Это радикальное изменение способа передвижения на пути к цели — а это, видимо, его жизненный путь — происходит на мосту. При последующем переживании сновидения на сессии мост становится для него очень важным переходом и связью. Он точно знает, что мост есть и над пропастью, которой он так боится. Но этот мост вынуждает его выйти из машины. Возможно, этот мост «ведет» к тому, чтобы он осознал собственные силы и индивидуальную «скорость». Теперь он не может быстро достигнуть своей цели, он должен приближаться к ней шаг за шагом. И как показывает сновидение, возможно, его цель — спасение человеческой жизни.

Это сновидение было очень важным переживанием для анализанда и поворотным пунктом аналитического процесса. У него было ощущение, что он получил очень важное «послание» от себя самого. Кроме того, сновидение передало ему чувство, что он может и умеет быть самостоятельным. Он был воодушевлен тем, что у него была цель, и боялся упустить ее. Благодаря этому сновидению очень оживилась его фантазийная жизнь и усилилось самосознание. Сновидение способствовало тому, что он стал вспоминать другие истории из своей жизни: теперь он делал это намного эмоциональнее, чем раньше — особенно истории, связанные с его женой, которую он все время заставлял организовывать его жизнь, а потом корил за это. Теперь мы смогли поговорить о переносе этой ситуации и на меня. Однако это сновидение пробудило и тему

будущего, тему ожиданий и надежд, взаимосвязанности с новым представлением о цели. Сновидение привнесло большое оживление в его личность.

Я тоже почувствовала изменение. Я вдруг увидела цель, и это принесло мне облегчение, хотя периодически я ощущала пустоту. У меня было чувство — если пользоваться образом спасателя на водах — что его голова теперь над водой, он может сам активно подплыть к цели, он лишь иногда снова погружается под воду. На радостях от своей самостоятельности анализанду вдруг пришло в голову, что психологически было очень хорошо то, что он отказался от переучивания в компании — он впервые ушел от чего-то навязываемого извне. Напрямую он не отказался, что было бы еще лучше, но все-таки уклонился от этого.

Это сновидение было своего рода инициальным сновидением, началом нового этапа анализа, который сопровождался другими сновидениями, пусть их было и не очень много. Через два года психотерапии он справился с гневом на преждевременный уход на пенсию, с переработкой обиды.

На мой взгляд, этот пример показывает, что символический процесс, который продвигает терапию вперед, может начаться и продолжаться, только если удастся по-настоящему почувствовать анализанда, а затем сообщить ему то, что было прочувствовано. Однако в некоторых ситуациях на то, чтобы почувствовать человека, требуется очень много времени.

КОЛЛЮЗИВНЫЙ ПЕРЕНОС-КОНТРПЕРЕНОС И СИМВОЛОФОРМИРОВАНИЕ

Коллюзивный перенос-контрперенос¹³⁶ означает, что поведение аналитика сильно поляризовано и определяется поведением анализанда. Даже если аналитик осознает этот процесс, тип поведения не может быть изменен сразу. Паттерн отношений повторяется стереотипно. Станет понятно, почему это так происходит, если обратиться к основному определению комплекса, сделанному Юнгом:

¹³⁶Ср. Willi.

Очевидно, он [комплекс] обусловлен столкновением требования адаптироваться с особым укладом индивидуальной личности, не соответствующим этому требованию. Таким образом, комплекс становится диагностически ценным симптомом индивидуальной диспозиции.¹³⁷

Если принять во внимание, что требование адаптироваться, о котором Юнг здесь говорит, как правило, исходит от близких людей, с которыми мы состоим в отношениях, то речь идет не только об указании на индивидуальную диспозицию. В комплексах отражаются истории отношений детства и более поздней жизни вместе со связанными с ними аффектами и стереотипными способами поведения.

Часто в историях об отношениях в детстве противопоставляются два человека — ребенок и тот, кто о нем заботится, и в аналитических отношениях комплекс может расщепиться на две части. В таком случае в определенной ситуации, связанной с комплексом, аналитик поведет себя как тот человек из детства, а анализанд, соответственно, как ребенок, или наоборот. В ходе анализа такие ситуации проявляются через «призму» комплекса, протекают стереотипно, эмоционально окрашены и не приносят решения. От них защищается и аналитик, и анализанд, в частности, потому что оба чувствуют себя под давлением. В ситуации коллюзивного переноса-контрпереноса оба ощущают себя «пойманными».

В связи с этим я хотела бы сформулировать следующий тезис: формирование символов и «исчерпание» комплекса в фантазиях происходит, только если анализанд может понять констелляцию комплекса как детскую ситуацию отношений, понять связанные с ней аффекты, а представить участников ситуации в виде своих внутренних фигур. При этом часто бывает, что сначала все это переживает аналитик, а затем — анализанд.

Естественно, комплекс, который проявляется в переносе-контрпереносе, тоже можно понимать, как формирование символа: понимать аналитическую ситуацию как символ. Но и это необходимо понять именно на эмоциональном уровне, в противном случае энергия комплекса нередко остается связанной с отчасти детским противостоянием в переносе-контрпереносе.

¹³⁷Jung, Psychologische Typologie, in GW 6 §991.

Очень важно замечать коллюзивные переносы-контрпереносы, но часто мы осознаем их лишь после некоторых затруднений. Если их удастся по-настоящему понять, то есть прибавить у анализанда понимания себя и своей жизненной истории, а у аналитика — понимания своего поведения в данной конкретной ситуации, то становится возможным переживание нового, формирующегося символа. В таких ситуациях для более глубокого понимания себя требуется очень много эмпатии, способности вчувствоваться в происходящее.

Я покажу, как проявляются эти идеи на практике, на примере одного терапевтического процесса. Я попытаюсь описать его как можно точнее и начну с экскурса на тему чувства вины.

Размышления о чувстве вины. — Чувство вины — терзающее и мучительное; это ощущение того, что мы что-то упустили, и это, как минимум, очень неприятно. К чувству вины всегда примешиваются стыд и страх быть наказанным. Часто чувство вины появляется, только если человека в чем-то уличили. Пока человека не уличили в проступке, еще можно как-то договориться с самим собой по этому поводу. Чувство вины приводит к тому, что человек пытается сделать что-то «лучше», но это не всегда возможно. Терзающее и мучительное чувство вины, приводящее нас в большой разлад с самим собой, показывает, что мы виноваты в том, в чем не должны были быть виноваты, не выполнили что-то важное. В чувстве вины также выражается скорбь, что мы не так идеальны, как думали, или гнев на то, что не можем быть настолько хороши, как хотелось бы.

Когда мы испытываем чувство вины, мы находимся не в ладу с собой, чувствуем себя растерзанными, то есть в той или иной степени страдаем от проблематичной идентичности. Активируются защиты от страха распада, дополнительно угрожающего существующей идентичности. Мы начинаем оправдывать себя, ищем «козла отпущения», и так далее. Однако если удастся принять свое чувство вины, то у нас появляется человекообразный образ себя, образ человека, который может оставаться виноватым в чем-то, должен оставаться виноватым.

Интрапсихическая динамика. — Когда нас терзает чувство вины, то в душе происходит борьба: мы нападаем на себя и одновременно являемся жертвой собственного нападения. Возникает конфликт агрессора и жертвы. От агрессора мы слышим: «Почему ты просто не...?», «Вечно ты делаешь так...» Жертва отвечает: «Я такой ужасный человек!», «Я не имею права жить дальше...», и так далее. Эмоция, которая свойственна интрапсихическому агрессору — это агрессия, за агрессией часто стоит страх, от которого мы защищаемся. Эмоция, которая свойственна жертве — это страх, а страх легко переходит в агрессию. То есть с чувством вины связаны и агрессия, и страх. Мы боимся и одновременно сильно сердимся; такая динамика усиливает внутреннее ощущение растерзанности, утраты хорошей самооценки. С такими трудными чувствами нужно как-то справляться, и тогда мы активируем защитные механизмы, которые можно, конечно, называть и механизмами преодоления. Вот некоторые типичные способы:

— Обезвреживание: «Ну, не так уж это ужасно...»

— Оправдание: «Я просто был вынужден...», «Мне пришлось, потому что...» Мы знаем, что оправдания легко превращаются в порочный круг. Потом человек оправдывается за то, что оправдывается, и это оправдание нарастает, потому что таким образом человек сам себя обвиняет, как говорится во французской поговорке — «Qui s'excuse, s'accuse» — «Кто извиняется, тот обвиняется». Этот круг оправданий можно понять как защиту от вины. Однако в оправданиях можно также видеть попытку быть к себе эмпатичным. Когда нас так сильно поглощает чувство вины, сначала мы никак не можем найти сочувствия к себе, не можем понять себя и реагировать заботливо, реагируем только деструктивно. Но часто попытка быть к себе эмпатичным с помощью оправданий не удается, и тогда мы прибегаем к другим механизмам преодоления.

— Поиск «козла отпущения»: в древней Иудее люди грузили на козла камни — все «грехи» общины — и отправляли его в пустыню, и грехи исчезали из поля зрения. То есть человек находит кого-то, кто во всем виноват, кому можно приписать всю вину — находит образ для проекции вины. Затем его «отправляют в пустыню» — отторгают, отщепляют от сознания. Это очень распространенный

паттерн поведения: мы ищем виновного, «козла отпущения», и находим его, потому что кто-нибудь постоянно в чем-то хотя бы немного ошибается! Тогда на него можно «сгрузить» всю собственную вину и разгрузить самого себя. «Козла отпущения» обесценивают, себя идеализируют, и трудность у нас возникает лишь тогда, когда нам нужно срочно использовать таких «козлов отпущения» для других целей. Если же поиск «козла отпущения» не помогает справиться с чувством вины, могут быть задействованы другие механизмы преодоления.

— Стремление к собственной смерти: чувство вины может пойти так далеко, что человек начинает желать себе смерти, что внутренний агрессор говорит: «Ты вообще не достоин жизни!» Такое пожелание себе смерти также может выражаться в страхе смерти, например в фантазиях о гибели в результате несчастного случая или о том, что кто-то угрожает отнять жизнь. За этими фантазиями стоит убеждение в том, что мы настолько виновны, что карой за это может быть лишь разрушение некой безличной силой. При этом происходит тотальная идентификация с «жертвой», агрессор проецируется вовне.

При рассмотрении упомянутых механизмов преодоления становится понятно, что в этом внутреннем конфликте, когда «агрессор» противостоит «жертве» и человек является одновременно и «агрессором», и «жертвой», что иногда мы можем быть больше «агрессором», а иногда — больше «жертвой».

Наконец, можно поддаться вине, и чаще всего, это бывает не так опасно, как кажется. Мы, люди, любим виноватых, а «невинные ангелы» нам, как правило, действуют на нервы. Когда кто-то клянется в своей невинности, мы как раз начинаем искать «темные места». Мы не выносим этих невинных ангелов еще и потому, что на их фоне остальные явно делаются виноватыми.

Вина и ответственность. — Мы используем слово «вина» в двух смыслах. Мы говорим о вине, когда берем на себя ответственность: «Я виноват в том, что то и это случилось так и эдак.» Мы также говорим о вине, когда мы были недостаточно ответственными — и потом мы страдаем от чувства вины. Вина всегда связана

с тем, что это отступает от норм или законов, внешних или внутренних. Человек, как личность, никогда не бывает в полном согласии с внешними и внутренними нормами и законами, поэтому мы неизбежно оказываемся в чем-то виноватыми. Следовательно, мы неизбежно сталкиваемся с чувством вины, обращающим наше внимание на то, что за что-то необходимо взять ответственность.

Чувство вины направлено в прошлое. Оно указывает на то, что где-то была допущена ошибка, а также задает вехи будущего, требуя задуматься о том, за что именно необходимо взять ответственность на себя. Восстановление тоже соотносится с будущим. Иногда невозможно поправить то, в чем мы виноваты перед одним человеком, но можно осознать чувство вины, взять на себя ответственность и не допустить тех же ошибок в отношении другого человека.

Роль эмпатии. — Когда нас терзает чувство вины, важно отнестись к себе с эмпатией. Такую установку на эмпатию проще в себе найти, если задаться вопросом, как же так вышло. Мы склонны перекладывать вину на другого, и это становится очень контрпродуктивной игрой, которая может длиться вечно. Если удастся задаться вопросом, как мы вообще дошли до такого, как мы влияли друг на друга, что все это зашло так далеко, то мы можем более сочувственно отнестись к себе и к партнеру. Предпосылкой этому является принятие того, что мы, будучи людьми, всегда остаемся за что-то в долгу друг перед другом, всегда оказываемся в чем-то виноваты. Это также означает, что мы принимаем нашу конечность, но все же берем на себя ответственность за все то, за что можем ответить. Мы бываем виноваты не только перед другими людьми, но и зачастую перед самим собой.

Непродуктивный способ обходиться с чувством вины. — Мы можем очень непродуктивно долго жаловаться на упущенное — и это упущенное часто является чем-то малозначимым. Люди могут очень много жаловаться на свои промахи, допущенные пять лет назад — или пару недель назад. Такая форма осознания чувства вины не эмпатична и блокирует жизненный процесс. Человек объявляет себя виновным в ситуации, в которой он, возможно, не так

уж сильно виноват, и таким образом переводит на нее внимание с тех ситуаций, где действительно есть его вина, где снова и снова есть его вина, где действительно необходимо взять на себя ответственность за что-то. В таких самообвинениях за некое упущение присутствует не только агрессия, неотъемлемая от чувства вины, которая могла бы дать возможность действовать, но и тревога, которая дает нам возможность понять себя. Такое блокирование не дает человеку продолжать реализовывать себя в жизни, ведь чем больше мы реализовали себя, тем больше становимся в чем-либо виноваты — в том, что нечто происходит и нечто упущено, что то, что мы привнесли в мир, развивается не так, как мы планировали.

Непродуктивное чувство вины затмевает нам взгляд на то, в чем мы действительно виноваты, и одновременно отражает страх стать виноватым.

Виньетки из одного терапевтического процесса. — Вследствие дорожной аварии женщина (52 года) потеряла мужа. Это произошло на следующий день после того, как она начала бракоразводный процесс и сообщила об этом мужу — спустя 28 лет брака. У них было трое детей, все старше двадцати лет.

Женщина начала терапию через три недели после смерти мужа, она просто не могла больше это выдерживать. У нее не было других слов, кроме как: «Я не виновата, я не виновата!» Она повторяла их снова и снова. Эта женщина была среднего роста, худощавая, с несколько жесткими чертами лица. На ней было траурное платье, она выглядела разрушенной. Она также казалась мне симпатичной, хотелось ей помочь. С самого начала было ясно, что большую роль в ее ситуации играет чувство вины — она постоянно настаивала на своей невинности. Для развода ей было необходимо описать суду историю их отношений. Она дала мне прочитать эти листы в самом начале беседы. Обычно я так не поступаю, но на этот раз я будто была вынуждена взять их и прочитать. В этом описании ее муж был назначен «козлом отпущения», единственным виновным во всем — настолько, что моя психическая потребность в симметрии была ощутимо нарушена. Во мне возникла реакция, мне хотелось протестовать, не принимать эту однобокость, и я испытывала

агрессию к этой женщине, которую не понимала. В своей фантазии меня так и тянуло сделать ее саму «козой отпущения» — я становилась агрессором. Я ощущала себя выбитой из колеи и размышляла, хочу ли я вообще работать с ней. Я была неприятна сама себе, потому что испытывала такие чувства по отношению к женщине, оказавшейся в столь ужасной жизненной ситуации. Но я немного понимала свои чувства и принимала их во внимание, но ничего ей не говорила. Когда я подняла на нее взгляд от написанного, она сказала, что сейчас написала бы иначе. С тех пор, как погиб ее муж, она уже не воспринимала его только как «козла отпущения». Как выяснилось позже, теперь таковыми стали коллеги, родители и сиблинги мужа, работа.

Тема вины была настолько в центре внимания, что в процессе горевания этой женщине пришлось больше всего бороться именно с чувством вины, и чувство вины было ее основной проблемой. Также это могло указывать на то, что чувство вины всегда было одной из ее проблем. Утраты активизируют наши главные трудности.

Она рассказывала и ей становилось совершенно ясно, что в смерти мужа виноваты коллеги, которые снова убедили его выпить побольше, а затем сразу сесть за руль; конечно, и его родственники виноваты — сделали из него слабака, да и на работе его слишком перегружали — ей стало немного легче. Защитный механизм проекции помог ей избежать собственного чувства вины.

Затем я попросила ее рассказать историю ее отношений с мужем. «Когда мать моего мужа умерла, ему потребовалась новая женщина». Она сама была подходящего возраста, у нее никого не было, он ухаживал за ней, был несколько меланхоличен, что ей тогда очень нравилось, но она не любила его по-настоящему. «Но эту безумную любовь встречаешь только в дешевых романах, не так ли?» Я хотела возразить, но не смогла ничего сказать. У меня было впечатление, что меня поглотило «фатальное Мы». Ей казалось, что она совершает благое дело, выходя замуж за этого несколько потерянного молодого человека. К тому же он был обходительным, приличным, усердным. Так же считали все вокруг.

Последовала долгая история оправданий за то, почему она вышла замуж за этого мужчину, хотя не любила его по-настоящему.

Никакой новой информации не было. Она просто снова и снова оправдывалась, почему вышла за него замуж, а потом сама заметила, что оправдывается, и запустился «круг оправданий»: «Теперь все звучит так, как будто я должна извиняться. Конечно, я не должна. Мне это не нужно. Потому что сначала все было хорошо. Просто он был такой мягкий, такой избалованный, я была нужна ему как мать. Когда возникали проблемы, у него начинал болеть живот, как у малыша». Затем ей пришло в голову, что он очень ревновал ее к детям — довольно быстро у них появилось трое малышей. Она рассказала один эпизод: «Дети кричат, я прошу его хоть как-то мне помочь, а он просто смотрит на меня меланхолично и говорит: «А я? А обо мне кто позаботится?» Она тогда грубо выругалась на него, даже ударила один раз. Она сказала: «Такое просто доводит нас, женщин, до белого каления, не так ли?» Я почувствовала, что меня включили в высказывание «мы, женщины», как будто мы обе невиновны, другие виновны. Будто если мы обе женщины, то всегда являемся невинными жертвами, даже если ведем себя агрессивно или деструктивно. Здесь становится заметным расщепление на «агрессора» и «жертву». У меня было такое чувство, будто она очень быстро завладела мной, и я ничего не могла с этим поделать. Я очень быстро ощутила себя «жертвой», но не так, как обычно бывает при процессах горевания, когда мы чувствуем себя жертвой смерти, зная, что от нее нет никакого чудесного средства; я ощутила себя жертвой ее махинаций. Я подумала, не чувствовал ли себя ее муж, как я в тот момент. Но я не могла (не позволяла себе?) озвучить это впечатление. Я просто наблюдала за происходящим. Я ничего не могла с этим поделать и предположила, что происходит коллюзивный перенос—контрперенос, при котором у этой женщины была роль «агрессора», а у меня — «жертвы». Если бы я произнесла интерпретацию, она стала бы жертвой. Пока она могла делегировать мне роль «жертвы», она не должна была выдерживать внутреннюю борьбу «агрессора» и «жертвы», выдерживать собственную растерзанность.

Кроме того, я размышляла о том, что в наших отношениях отразился тот паттерн отношений, который, вероятно, был привычным для нее. На мой взгляд, я не могла коснуться этого паттерна

отношений в разговоре, потому что эта тема могла бы вызвать в ней слишком сильный страх и «проломить» ее защиту от чувства вины. Я осознала, что мне кое-что не нравится: прежде всего, это фатальное «мы», затем моя тяга ее отвергать, а также то, что я ощущала себя выбитой из колеи. Я чувствовала себя «зажатой, как в тисках» и подумала, не находится ли эта женщина «в тисках» своего чувства вины. Я вспомнила о своем сильном ощущении «выталкивания» в начале нашего разговора.

Затем она рассказала, что вскоре после свадьбы начались проблемы. Коллеги склоняли мужа к выпивке, она «пыталась удержать его на плаву», прикладывала множество усилий, чтобы он мог по-прежнему справляться со своей сложной работой (он был специалистом по электронике). Она описывала свою мучительную жизнь так: она делала все — воспитывала детей, носилась с ним, содержала дом в порядке, работала, чтобы выплатить долги, в которые они влезли при строительстве нового дома. Он видел ее совершенно безответственным. На мой вопрос, какими были их сексуальные отношения, она сказала, что сначала мало что чувствовала, а у ее мужа часто возникала потребность в нежностях, и сначала ей это нравилось, но затем и с этим возникало все больше затруднений. Когда у него возникало желание, у нее не возникало; когда желание возникало у нее, он уклонялся. Вообще все было настолько «сонным», что однажды ей пришла в голову мысль, что она сойдет с ума, если брак будет таким до самой смерти. Конечно, эта мысль появилась у нее не просто так, а в тот день, когда коллега ее мужа дал ей понять, что находит ее привлекательной. Тогда она подумала о том, что, пока жизнь еще не кончилась, нужно что-то делать. Тема развода звучала всегда, она использовала развод как угрозу, но на этот раз она подумала о нем всерьез. Реакция мужа: причитал и пил. Но он ничего не мог поделать с тем, что он жаловался и пил, это его мать виновата, потому что воспитала его таким мягким, и коллеги. Конечно, в момент аварии он был пьян. «Я тысячу раз ему говорила, не надо садиться за руль после выпивки, я предупреждала его, но коллеги постоянно его к этому подталкивали».

Затем она стала рефлексировать по поводу себя самой: «Теперь я должна была бы почувствовать облегчение. Лучше быть вдовой,

чем разведенной. Но я чувствую себя такой одинокой, беспомощной, а ведь мне так хотелось от него избавиться. Теперь я плохо сплю, мучаюсь со всей этой неразберихой и мне страшно». Я спросила ее, о чем она думает по ночам, когда не может заснуть. Она вспоминала разные ситуации с мужем или она прислушивалась, не пришел ли он домой, потом вспоминала, что он уже никогда не вернется, затем испытывала облегчение и одновременно большую печаль. «Иногда я думаю, не я ли довела его до смерти. Но ведь у человека есть право позаботиться и о себе, не так ли?» Я подтвердила, что она решилась на развод, потому что почувствовала ответственность за свою жизнь, и все же спросила ее, чувствует ли она себя виноватой в смерти мужа. «Не виноватой — виноват, очевидно, алкоголь — но каким-то образом все-таки причастной.»

У нас возникает чувство вины, когда мы должны принять ответственность за что-либо. Тогда мы также можем стать «виноватыми». Я попыталась подойти к чувству вины у этой женщины, заговорив о связанном с ним чувстве ответственности, которое мы так высоко ценим. С помощью такой интервенции я одновременно поддержала ее самооценку, что означает, что теперь она может отчасти поддаться чувству вины. При этом она также могла ему противостоять, и тут произошло нечто необычное. В немецкоязычной части Швейцарии под словом «вина» прежде всего понимают причастность причинам происходящего, не обязательно быть «виновным» в нем. Лингвистически нет никакой необходимости отгораживаться от того, чтобы «быть виноватой» — но психологически, конечно, ей это было необходимо. Поэтому я с осторожностью поднимала вопрос о вине, которой она коснулась. Она защищалась, и это меняло динамику наших отношений. Ранее мы всегда были солидарны в отношении тех, кто был виноват, теперь же моя интервенция прекратила нашу солидарность. Терапевтически, безусловно, имела место проекция на меня этой проблемы вины, в переносе возник аспект агрессивного виновника происходящего, «агрессора». Тем не менее, я приняла ее сопротивление и расценила его как знак того, что ей все еще слишком страшно затрагивать эту проблему. Я также приняла то, что она неделями говорила о повседневных проблемах, которые ей нужно было решать, о юридических

проблемах, проблемах с детьми, которые хотели получить наследство. Страховая компания «нападала» на ее погибшего мужа — утверждалось, что он находился за рулем в состоянии сильного алкогольного опьянения, то есть совершил грубое правонарушение. Ранее она сама высказывалась так же, теперь она возмущалась и настаивала на том, что ее муж был хорошим человеком. Перед лицом этого обвинения извне она перестала видеть его только плохим, а себя только хорошей, он стал и хорошим, и плохим, как минимум. На этом этапе я подумала, что мы могли бы пересмотреть историю их отношений — уже не перекладывая вину, не отыскивая «козлов отпущения», а с точки зрения того, как они влияли друг на друга. Мы также могли бы попытаться прояснить, что из их взаимного влияния привело к такому концу. Признание, что виноваты оба, но не с целью обвинить друг друга, а с целью понять — должно способствовать развитию эмоционального понимания поведения — своего и партнера.

Затрагивать тему взаимного влияния в истории отношений бывает очень непросто, поскольку это возвращает в сознание вытесненное чувство вины, и мы заново начинаем его переживать.

Эта женщина стала описывать, как происходили эти воздействия друг на друга. Например, она родила первого ребенка и была этим горда. У нее было ощущение, что это ее «продукт», которому она нужна целиком и полностью, он зависел от нее целиком и полностью. Она поделилась этим чувством с мужем, а он ответил, что тоже к этому причастен. Она стала спорить и сказала, что это она вырастила ребенка внутри себя, без нее ребенка вообще бы не было. Теперь она размышляла об этом и заметила, что тогда действительно «отлучила» его. Она не хотела делиться с ним радостью, которую приносил ей ребенок, но ему-то было очень важно быть частью этого процесса. У меня в начале тоже было такое чувство «отлученности», когда она стремительно начала «распоряжаться» мной, и еще — чувство, что она во мне нуждается, но не имеет на это права. Казалось, такое поведение было типичным для нее. Почему же она так себя вела?

Теперь она видела себя совершенно ужасной, плохой: виноватой в том, что всегда отталкивала мужа, в том числе, постоянными угро-

зами развестись. Теперь вдруг она стала виноватой во всем, а он — невинным ни в чем. Она относилась к себе совершенно неэмпатично, вынесла себе «приговор».

На 28-й сессии, около полугода после начала терапии, она снова сказала: «Я виновата, во всем виновата», — мне показалось, что ситуация зашла в тупик, и я сказала: «Я думаю, что могу глубоко понять Ваше чувство». Я рассказала ей о своих эмоциях в самом начале, когда читала ее описание отношений для суда, о чувствах, которые подталкивали меня отправить ее прочь. Я рассказала, какой плохой я показалась себе перед лицом ее ужасной ситуации. Эмоционально мы оказались в одном и том же месте, что принесло этой женщине заметное облегчение. Затем она рассказала другие истории, из которых было видно, что большой ценностью ее мужа была сопричастность. Он всегда хотел что-то делать вместе с другими; для него также было очень важно, чтобы в семье все были рядом, по возможности долго оставались все вместе в одной постели, в одной палатке, все вместе чем-то пользовались. Путь детей к самостоятельности был для него крайне болезненным. Она заметила, что чем самостоятельнее становились дети — а она следила за тем, чтобы они быстрее становились самостоятельными — тем больше он пил.

По ходу рассказа зазвучали презрительные интонации в ее голосе. Я спросила, как она переживала его стремление к сопричастности. Поначалу ей это казалось забавным, потом она все больше реагировала на него аллергически, наконец, она стала его высмеивать и делала все, чтобы препятствовать этой сплоченности. «Но он тут ни при чем, он был ни при чем, его семья была такой. Поэтому ему нужно было жениться сразу после смерти матери».

Напротив, в ее собственной семье ценилась самостоятельность, независимость; у них не было практически никакой сплоченности, а семья ее мужа была очень сплоченной. Сейчас ее тоже поддерживала семья мужа, а не ее собственная. Я пояснила ей, что, вероятно, семья ее мужа с самого начала была для нее такой притягательной, поскольку там поддерживались совсем другое поведение в отношениях, и такое поведение в отношениях также явно пугало ее — возможно, она боялась стать несамостоятельной, а значит — «ни-

какой». Она продолжала рассказывать: у нее дома всегда хвалили за самостоятельность, даже когда они стали взрослыми. Потом она вспомнила, что в детстве она и ее сиблинги не участвовали в жизни деревенской общины — они жили на краю деревни, и это тоже было символом крайности. Они были единственной протестантской семьей в католическом окружении. Она была «отлученной», идентифицировалась с отщепенцами и пыталась «выталкивать на край» других — как минимум, своего мужа. Дети, по-видимому, развивались нормально.

Если рассматривать чувство вины в аспекте отлучающего и отлученного, то тот, кто обвиняет, является отлучающим, а тот, кого обвиняют, — отлученным. Теперь, переживая себя виноватой, женщина становится отлученной, какой она всегда и была в детстве. Она снова и снова спрашивала меня о том, как я себя чувствовала на первой сессии, когда внутренне так «отталкивала» ее, и я снова и снова отвечала ей, и она заверяла меня, что чувствует себя так же. И тогда я говорила о том, что могу понять себя и что ее, на самом деле, тоже можно понять.

К слову, я отметила, что иногда я прямо вижу ее ребенком-отщепенцем, как она себя чувствовала тогда, такой несчастной. На это замечание у нее всплыло воспоминание. На 32-й сессии впервые появился образ. Она рассказала, что видит себя стоящей перед детским садом, все остальные дети находятся в нем, и только ей и ее братьям и сестрам не разрешают туда ходить, потому что это якобы слишком далеко. Начало лета, дети поют какую-то летнюю песню, она стоит на улице и ей так сильно хочется петь вместе с ними, но ей нельзя. Она стоит там, наполненная страданием, бежит домой к матери, говорит, что тоже хочет ходить в детский сад, но та отвечает: «Ты же знаешь, мы не с ними и не хотим быть с ними вместе». Вообще такая позиция давала ребенку некоторое ощущение, что она особенная, но в тот раз она почувствовала лишь ярость, отчаяние, боль. Всплыли и другие воспоминания такого рода, делающие боль отлученного ребенка ощутимой для нее и для меня. Мы чувствовали, что между нами возникла большая близость.

Тема «отлучающего и отлученного» и далее оставалась актуальной. Эта женщина никогда не забывала сны, но могла в красках

воскрешать образы детства — она могла даже сказать, как пахла земля, когда она стояла перед детским садом, и мне казалось, что образы воображения, представления могли бы привести нас в сферу образности. Мне хотелось взаимодействовать с образами, прежде всего, потому что с ними всегда связаны аспекты будущего.

На 35-й сессии я помогла ей немного расслабиться, а затем предложила подумать об образах на тему «отлученности». Я полагала, что на этом этапе комплекс мог бы исчерпаться в фантазиях.

«Отлученные... Я вижу слепую девочку, которая бродит по местности, заросшей тернистыми растениями». Позднее она ассоциировала с этим образом сказки «Рапунцель» и «Девушка-безручка».

«Отлучающие... Девушку прогнал бранящийся старик с палкой».

Я попросила ее представить себя на месте либо слепой девочки, либо старика.

Только переживая себя отлучающей и отлученной, она смогла подойти к своему чувству вины и проявить эмпатию к себе. Опыт пребывания «вместе» со мной была предпосылкой к творческому воображению.

Она идентифицировалась с девочкой и вздохнула: «Я босая, слепая, и мне непривычно быть слепой. Очень холодно, идет дождь, я то и дело на что-то натыкаюсь. На моей коже ссадины. Я чувствую откуда-то тепло и иду туда. Там есть дома, но все двери закрыты. Я представляю, что за дверью стоит старик с палкой. Он злой, он наказывает. Он знает, за что, он непреклонен. Он решил, что девочка должна искупить вину. Она отходит от двери, принимает ситуацию, выходит опять под дождь, к колючкам, бесцельно и растерянно. Она должна искупить вину. Она принимает это».

Здесь я вмешалась в ход ее активного воображения.¹³⁸ «А знает ли девочка свой проступок, за который искупает вину?» — спросила я, потому что у меня сложилось впечатление, что это страдание ради страдания. Я слушала ее, и во мне внезапно поднялся гнев, который, по-моему, должна была бы переживать девочка. Когда вся агрессия проецируется на «агрессора», то «жертва» лишается сил. Если к «жертве» возвращается гнев, конструктивный гнев, то она может выйти из игры «агрессор — жертва».

¹³⁸Ср. Kast, Imagination.

Девочка не знает, в чем ее проступок, она просто готова искупать вину. Я спросила: «А старик знает, в чем ее проступок?» Этот вопрос спровоцировал смену ролей в образе, и у женщины возникает порыв отнестись к себе с большей эмпатией. Старику приходится подумать об этом, и он бормочет: «Девочки всегда делают что-то недозволенное. Девочек всегда нужно наказывать». Он листает и листает какую-то книгу, и наконец, находит страницы с перечнем наказаний. Он многозначительно произносит «хмм, хмм» и молчит.

Девочка решила, что больше не будет искупать вину и покинет это место. Она бежит куда-то, думает о том, что когда-нибудь сюда придут люди; спотыкается, падает, но постепенно наступает день. Она ложится на траву, засыпает и чувствует себя совершенно безопасно.

Представление этого образа растянулось с 35-й по 42-ю сессии. Когда девочка, наконец, проснулась, она постепенно начала видеть. Оказалось, что рядом с ней находится пожилая женщина, она прикладывает к ее глазам и стопам лечебные травы, сочувствует ей, произносит слова сочувствия, утешения. Девочка совсем не хочет просыпаться, эти слова для нее словно бальзам. Женщина спрашивает: «Ты правда все еще не видишь?» — только после этого девочка открывает глаза и видит. Она не узнает старую женщину.

Сначала она была просто поражена тем, что в ее фантазии есть такая женщина, и была этому очень рада. Она хотела бы иметь такую мать, хотела бы быть такой матерью. Мы долго говорили об этой женщине, которая смогла увидеть ее страдание, смогла его принять, найти слова утешения. После этого я стала интерпретировать этот образ на субъектном уровне. Когда я сказала ей, что эта фигура указывает на ее собственный жизненный и эмоциональный потенциал, она просияла и сказала: «Однако знаете, она немного похожа на Вас». Она переносила образ этой женщины с травмами на меня, и мы больше не были пойманы в ловушку ее комплекса, в игру «агрессор-жертва» в переносе-контрпереносе.

Всегда остается вопрос, не подрываем ли мы перенос, интерпретируя символы на субъектном уровне. По моему опыту, зачастую в терапии можно касаться переноса, лишь если анализанд тоже чув-

ствует, что содержание, перенесенное на аналитика, существует и в нем самом, что ощущение силы в отношениях не противоречит ощущению силы в себе.

Оглядываясь назад, мы вместе удивлялись глупости той девочки, которая просто хотела искупать вину, потому что ей казалось, что это необходимо. Затем я спросила эту женщину, кто в ее жизни бормотал такие же слова, как старик в ее активном воображении. Ассоциации привели к священнику, который, очевидно, полагал, что все грехи — от женщины, и потому необходимо заблаговременно заставлять девочек искупать грехи. Так, у этой девочки снова и снова в жизни появлялось ощущение, что она все делает не так и сама во всем виновата.

В активном воображении девочка долго оставалась у доброй женщины, росла и многому научилась. По большей части она рассматривала в проекции эту добрую женщину, но знала, что она также является частью ее самой, которую она иногда замечала в себе. Никто из нас не был исключенным. В тот период мы еще говорили об «отлученности» и о том, что ей больше не обязательно быть такой.

Она начала заново рассказывать историю взаимных влияний в отношениях с мужем, теперь уже с подлинной эмпатией к себе и к мужу. Несмотря на эту эмпатию к истории их взаимоотношений, чувство вины стало намного более отчетливым, намного более явным. Она чувствовала себя виноватой, ужасно виноватой, и говорила об этом. В один из таких моментов я попросила ее найти какое-нибудь другое выражение для чувства вины, потому что за словами «Я ужасно виновата» можно долго прятаться. По-другому она выразилась так: «Я не дала то, что можно было дать, ни ему, ни себе. Было можно ощущать безопасность, принадлежать друг другу и при этом оставаться отдельными людьми».

Вопрос собственной вины продолжал ее занимать. Тогда она подумала о старике из активного воображения. Ему это должно быть известно. Я была очень рада, что она снова обратилась к этой части образа. Она каким-то образом все время оставалась со мной, несмотря на то, что женщина о ней не говорила.

Когда анализанды представляют образ, терапевты в каком-то смысле присоединяются к их воображению. И в этом случае я всег-

да ловила себя на том, что в каком-то «уголке» образа существовал дом старика, хотя я каждый раз видела, как девочка росла рядом с этой женщиной, я радовалась этому и хорошо себя при этом чувствовала. Мои образы будто говорили мне: «Хоть он и на краю, о нем нельзя забывать.» Но я не формулировала эту мысль в разговоре с анализандом.

Теперь женщина искала в своем образе старика. Она шла около его хижины, но его не было видно. Там стоял мужчина помоложе, и она спросила его, где же старик. Тот ответил: «Он умер.» Она сказала, что ей нужно знать, в чем была ее вина. Книга теперь была у молодого мужчины. Вместе с ней они нашли ее страницу, на которой было написано: «Она не принимала свои чувства всерьез.» Мужчина прочитал эту фразу, как благословение во время обряда конфирмации, перехода в подростковый возраст.

Больше образов на тему старой эмпатичной женщины и старика не было. Дело было сделано.

Теперь ее очень занимало «конфирмационное благословение». Для нее это было тем, что человек получает при инициации. Для нее стало очевидным, что вина и ответственность связаны для нее с тем, что она должна принимать всерьез свои чувства. Она начала размышлять о том, какие же чувства она не принимала всерьез и почему. Всплывало много воспоминаний, и, наконец, появилось это: она же знала, что ее муж был таким мягкотелым, он никогда и не был другим. Она также знала, что он тяготел к пьянству, когда назревал конфликт — она всегда это чувствовала, с самого начала их знакомства, но все-таки вышла за него замуж. И даже тогда, когда ей была нужна защищенность, она из принципа выступала за раздельность, за автономию.

Теперь она была убеждена, что станет принимать свои чувства всерьез. Она могла принять, что была виновата, что виновата по отношению к мужу. Она могла также понять себя в этом, понять историю взаимных влияний друг на друга в их отношениях. Теперь ей хотелось бы получить от своего мужа знак с того света, что он на нее не в обиде. Она надеялась увидеть сновидение, но его не было. Тогда она решила, что до сих пор она просто не могла быть другой, но в будущем (а чувство вины — это всегда указание на то,

что в будущем что-то может измениться) сможет относиться к себе иначе и принимать свои чувства всерьез.

Эта терапия длилась 86 сессий и закончилась очень важной фазой отделения от меня.

Процесс переноса–контрпереноса, который я показала на примере этого анализа, был очень типичным при коллюзии: мы менялись ролями «жертвы» и «агрессора», затем их сменяло переживание того, что мы «вместе». Очень типичным являлось то, что такое разделение пополам очень естественным образом обеспечивается, поскольку нарушается собственная целостность. Такой процесс может продвигаться вперед, только если присутствует эмпатия, только если к таким расщеплениям относятся с эмпатией, только если есть опыт совместности в сфере чувств, в том числе в сфере негативных чувств. В этом случае это выразилось в образах активного воображения, которые дали этой женщине возможность по-матерински отнестись к самой себе, а также вывели ее из позиции «девочки» и позволили «умереть» очень ригидному «отцу» в ней и он «воскрес» в более мягком виде.

Кроме того, для нее стала доступным творческое воображение, имажинативный метод психологической работы.

В целом Юнг считал, что творческий путь — это наилучший способ обходиться с бессознательным. Он также рекомендовал «додумывать» фантазии «до конца» и формировать их так, как будто это были неизбежные жизненные ситуации.

Все трудности, с которыми Вы столкнетесь в таких фантазиях, являются символическим выражением Ваших психических трудностей; в той мере, в какой Вы справитесь с ними в имажинации, Вы преодолете их в Вашей психике.¹³⁹

В другой работе Юнг говорит, что с помощью имажинативного метода мы, с одной стороны, анализируем бессознательное, с другой стороны — даем возможность бессознательному анализировать эго-комплекс¹⁴⁰. Если человеку однажды удалось поработать с воображением, то с помощью имажинативного метода можно про-

¹³⁹ Jung, Briefe I, S. 146.

¹⁴⁰ Jung, Briefe II, S. 76.

дуктивно вступать в отношения с констеллированным комплексом и позволить ему исчерпаться в фантазиях, в том числе, вне терапевтической ситуации¹⁴¹.

АРХЕТИПИЧЕСКИЙ КОНТРПЕРЕНОС КАК ИНСАЙТ ПО ПОВОДУ СКАЗКИ

Когда Марсель пришел ко мне «провериться», ему было 25 лет. По крайней мере, это было поводом, который он упомянул в телефонном разговоре, и я полагала, что речь идет о консультации по выбору профессии. На встречу пришел темноволосый молодой человек среднего роста, мускулистый, спортивного телосложения, который производил впечатление очень напряженного человека. Он рассказал, что терпеть не может, когда его «проверяют», что он не выдерживает никакого тестирования и вообще ему нужен психотерапевт, который останется в городе минимум на десять лет, потому что он уже потерял восьмерых терапевтов в связи с их переездами.

Вся эта ситуация показалась мне очень необычной, и я попросила его рассказать о своем опыте психотерапии.

Он начал искать психотерапевта, когда ему было 20 лет, поскольку был недоволен своей жизнью и профессией. Первый кризис в связи с тревогой, который он называл «депрессией», у него произошел, когда ему предложили более ответственную работу. Он был разнорабочим на одном государственном предприятии. Прежде чем начать терапию со мной, он четыре года работал временно и шесть раз добровольно ложился в психиатрическую клинику, потому что у него складывалось впечатление, что он страдает от депрессии.

Из описаний того, что происходило в психотерапии, следовало, что его дважды был покинут психотерапевтами (оба забыли о назначенных сессиях), в других случаях терапию прекращал либо он, либо терапевт. Это просто не получалось.

Я конфронтровала его с этим негативным восприятием действительности: «Мне кажется, что Вы ищете еще одного терапевта,

¹⁴¹Ср. Kast, Imagination als Raum der Freiheit. В этой книге я попыталась показать, каким образом можно практиковать представление образов и как можно перейти от имажинативных образов к активному воображению, которое соответствует теории формирования символов.

чтобы доказать ей, что она ни на что не способна, и чтобы убедить себя самого в том, что Вы неизлечимы». Он ответил: «Я докажу Вам, что Вы неправы». Затем добавил: «У меня нет желания рассказывать Вам свою историю. Я рассказывал ее уже тысячу раз. Кстати, никто в нее не верит. Она невероятна. Врач из клиники пришлет Вам мою историю болезни».

Во время первой сессии я испытывала противоречивые чувства и впечатления: Марсель был мне любопытен, я чувствовала в нем сильную витальность, находила его симпатичным. С другой стороны, я ощущала сильную злость, агрессию и какую-то тревогу, которая была мне незнакома. Он передавал ощущение, что он очень энергично подходит к своим проблемам, а в решающий момент — отступает. Я соединила это впечатление с образом водителя, который одновременно давит на газ и на тормоз. Причиной тому, вероятно, был страх, который вызывала в нем встреча лицом к лицу со своими проблемами. Он почувствовал себя в какой-то мере понятым и сказал: «У меня есть немного доверия к Вам, но сейчас я должен уйти и обдумать это, чтобы понять, действительно ли я хочу работать с Вами, и может быть, Вы тоже это обдумаете».

Марсель явно боялся, что его оттолкнут, и не осознавал, что сам отталкивает. Он чувствовал себя покинутым. Я воспринимала его сильные, очень противоречивые эмоции, прежде всего деструктивную агрессию и тревогу. Он снова и снова искал помощи — и не мог ее принять. Когда он сказал, что у него есть немного доверия, ему пришлось уйти, чтобы обдумать, действительно ли он хочет работать со мной. Должно быть, он испытывал сильную тревогу в связи с тем, чтобы вступить в терапевтические отношения, вероятно, страх сблизиться со мной и поэтому подвергнуться риску быть покинутым. Затем Марсель вернулся в клинику, где находился в тот момент, и попросил отправить мне историю болезни. Он рассказывал каждому, кто только готов был его слушать, что нашёл лучшего в мире терапевта, как сообщил мне врач. При этом происходило «примитивное идеализирование».

Марсель был диагностирован как шизоидная личность с параноидными чертами. Некоторые сведения из его жизненной истории: он был первым из двоих детей в очень проблематичной семье.

У его матери была параноидная шизофрения; ее неоднократно принудительно госпитализировали — впервые это произошло, когда Марселю было три года, а его сестре — год. Отец был агрессивным алкоголиком. В возрасте от 6 до 15 лет Марсель с сестрой проживал в приюте, которым руководили монахини. Он воспринимал атмосферу воспитания, царящую там, как невероятно жесткую.

После школы он работал разнорабочим. Он пытался так или иначе начать какую-нибудь учебу, но каждый раз, когда искал наставника, придумывал себе биографию, чтобы не рассказывать свою настоящую историю. Он слишком стыдился своего происхождения. Затем он, конечно, путался в своих разнообразных биографиях, в связи с чем в истории болезни было указано, что он — лжец. Я думаю, в этом случае речь шла не о лжи, а о расщеплении и связанном с ним отрицании.

Размышления по поводу диагностики: первый кризис случился, когда ему нужно было работать более независимо, то есть, в момент отделения от коллег. Он с большой тревогой переживал периоды сепарации, требования автономии. В качестве защитных механизмов, очевидно, выступали расщепление и отрицание, а также фантазии о всемогуществе и стратегии обесценивания. К ситуации переноса-контрпереноса я перейду позже.

Мои предварительные размышления по поводу диагностики привели к тому, чтобы рассматривать Марселя как параноидную личность с пограничной структурой.

На второй сессии он сказал, что подумал, хочет ли работать со мной, и считает, что мы сможем проделать вместе чрезвычайно хорошую работу, так что он очень скоро поправится. В любом случае, он твердо намерен интенсивно работать со мной, и хочет доказать свою добрую волю, доверяя мне две тайны. Первая: он испытывает огромный страх заболеть, поэтому никогда не касается дверных ручек и не подает никому руку. Впоследствии это побудило меня интенсивно работать над телесным эго этого пациента, помогать ему осознанно воспринимать свое тело, и прежде всего, помочь ему почувствовать свое напряжение и скрытую агрессивность, как силу.

Вторая тайна, которую он сообщил: «все на свете» считают, что его заболевание связано с болезнью его матери, но это не так. Он

рассказал: «Мне, как ребенку, было очень тяжело, когда пришли полицейские и забрали с собой маму. Но мне также было тяжело, когда мама говорила с людьми, которых я не видел. Это было очень страшно». Ужас все еще был «написан» у него на лице, когда он об этом рассказывал.

«Но моя мама — очень милая женщина. Я ее очень люблю. Я помню, как тщательно она нас мыла. Она мыла нам ноги «Вимом» (агрессивное чистящее средство), я был очень важным для моей мамы, я должен был заботиться о том, чтобы она принимала лекарства».

Потом он продолжил: «Когда я сейчас Вам об этом рассказал, у меня возникла фантазия: я нахожусь в горах, на опушке леса, на поляне. Осень, вот как сейчас, и там течет речка, это очень красивое место. Хорошо побыть одному, я не хочу никого видеть».

Он (с угрозой в голосе): Если кто-то придет, я его побью, особенно, если это будет женщина.

Я: Кто-то идет?

Он: Нет, никто не идет. Скучно. Почему Вы не идете?

Я: Не хочу быть побитой.

Он: Вы можете подойти, но я скажу, на какое расстояние.

Я: Ладно, подойду.

Он: Между нами сейчас 200 метров. Это хорошо.

Я: Здесь красиво. Мы над туманом.

Он (торжествующе): Вам нужно спуститься, идите в туман. Вы в нем замерзнете.

Я: Вам, наверное, не понравилось, что я сказала о тумане? Я сказала о тумане, потому что не может быть, чтобы было так красиво, что ситуация такая мирная, что Вы чувствуете себя так хорошо. И к тому же, это скучно. А затем Вы доверили мне тайну. Это очень важно для меня. Я верю, что у Вас были хорошие отношения с мамой, но явно было трудно жить с ней и заботиться о ней. Я еще не очень хорошо это понимаю, для меня это как в тумане.

Он внимательно выслушал меня, а потом сказал: «Все-таки я Вас накажу.»

Я: ...за то, что я не делаю того, что Вы хотите? А может быть, Вы наказываете, когда Вам страшно? Бывает страшно видеть ситуацию такой, какая она есть. Я это хорошо понимаю.

Он: Я всегда очень агрессивен. Я всегда в гневе и мне всегда страшно. Однако сейчас Вы разрушили мою фантазию, и я Вас накажу. Но мы пойдем в туман. Сессия окончена. Не забудьте мои тайны.

Снаружи, у двери в мой кабинет, стоял почтальон. Марсель заговорил с ним, как ни в чем не бывало.

Что произошло? Когда он говорил о тайне, касающейся его матери, он пытался «закрыть глаза» на трудности, на страх, который он наверняка испытывал при общении с ней, и создал очень умиротворяющую фантазию. Тем не менее, сразу же была заметна его изоляция, прежде всего, от женщин. Этот страх перед женщинами и сильная тоска по ним, а также связанная с этим агрессия, была перенесена на меня. Кроме того, отчетливо проявилась его проблема близости-дистанции. Ему хотелось, чтобы люди приближались к нему, но для него было чрезвычайно важно самому определять дистанцию. Приближаться к нему было словно приближаться к пугливому животному. Моя интерпретация помогла ему выразить свой страх и заметить, что он всегда находится в гневе. Так что мое объяснение, скорее, укрепило его это. Это подтвердило мою гипотезу: намного вероятнее, что у Марселя есть психические проблемы, связанные с пограничной организацией личности, вряд ли это начало психоза. В переносе заметна тенденция к расщеплению. С одной стороны, я была тем, кто мог разделить его глубокое одиночество, то есть, «хорошей», но если я не делала того, что он хотел, я сразу становилась «плохой». И он должен бороться со мной и наказывать меня — это указывает на проективную идентификацию, связанную с фантазией о всемогуществе, за которой стояло бессилие, беспомощность и тревога. Также было заметно, что он мог легко отщеплять то, что происходило в терапии, и благодаря этому реагировать без особенностей в обыденной реальности.

Когда он сказал мне, чтобы я спустилась в туман, чтобы я там замерзла, то я тоже почувствовала сильный гнев — не столько из-за самих слов, сколько из-за того, как он их произнес, с хамско-садистской ухмылкой, которую, как мне казалось, я заметила на его лице. Я поняла свой гнев отчасти как контрперенос, в котором отражался его гнев. Естественно, в нем был и мой собственный гнев:

гнев на мужчин, которые решают, что делать женщинам. Чувства в контрпереносе никогда не бывают полностью свободными от чувств из собственной жизненной истории. Я поняла, что Марсель может выдерживать свои тревоги, пока держит окружающих под контролем — в этом проявляется такой защитный механизм как проективная идентификация. Он переживал аспекты собственной личности в виде своих собеседников и должен был их контролировать, чтобы оставаться «целым», чтобы эти «плохие» аспекты не вышли из-под его контроля и не обратились против него. Безусловно, это было связано с переживанием того, как его мать не могла контролировать свои страхи, и того, как он, ребенок, был беспомощен при контакте с матерью.

На следующих пяти сессиях Марсель говорил о своей повседневной жизни, о проблемах с работой. Речь шла о том, чтобы найти работу, которая ему нравится и соответствует его возможностям. Наряду с тем, что он получал пенсию по инвалидности, ему назначили профконсультанта от страховой компании, чтобы разбираться с проблемой работы. Он снова и снова обсуждал со мной варианты, которые находил консультант. В этой ситуации мне была назначена роль «хорошего отца», а консультанту пришлось быть «плохим отцом». Я видела Марселя один раз в две недели. С одной стороны, я выбрала такой ритм консультаций, потому что люди с пограничной организацией личности испытывают сильный страх слияния и при слишком частых встречах вынужденно перевозбуждаются и реагируют на это очень деструктивно. С другой стороны, на первой встрече он рассказал, что лучших результатов он достигал с теми психотерапевтами, с которыми он встречался раз в две или даже в три недели.

На восьмой сессии, месяца через три после начала терапии произошло следующее:

Он: Я очень недоволен Вами. Так больше не пойдет!

Я: Вы хотите меня наказать?

Он: Я расскажу Вам одну историю. Знаете, какую?

Я: Нет, я не ясновидящая.

Он: Вот именно в этом и проблема. Вы совсем не ясновидящая, Вы бедолага.

С одной стороны, требование быть ясновидящей меня позабавило, с другой стороны, я, конечно, подумала, что это значит. Я разозлилась и почувствовала, как во мне нарастает тревога, которую я не могла себе объяснить.

Он: У Вас сегодня плохое настроение, я это точно знаю. К сожалению, я не могу принять его во внимание. Мне очень жаль, но я должен рассказать Вам историю. Я придумал ее дома.

«Я нахожусь в пещере, а Вы живете в крестьянском доме недалеко от этой пещеры. Я один, мне скучно. Я выхожу и вижу, что Вы работаете в саду. Я спрашиваю, не помочь ли Вам, и решаю, что Вам нужен забор. Я строю его. Вечером Вы возвращаетесь к себе и приглашаете меня зайти к Вам. Я хочу молока, и Вы приносите мне его. Я хочу вернуться в свою пещеру, но на улице холодно, и Вы оставляете меня переночевать у Вас в комнате для гостей. Утром Вам звонят, что нужно куда-то съездить, а я еще сплю. Вы пишете мне записку. Я готовлю завтрак, и мы едим вместе после Вашего возвращения.»

Рассказывая, он внимательно смотрел на меня, а я — по нашему уговору — не могла на него смотреть — ему не нравилось, когда на него смотрят. Я могла на него смотреть, только если он разрешал это каким-то явным образом.

Он: Вы моете посуду, я застилаю постель, затем я возвращаюсь в свою пещеру, Вы можете меня позвать, если Вам что-то от меня понадобится. А теперь скажу о Вас: Вы ужасная шлюха, настоящая потаскуха. Вам нужно вырвать волосы, один волос за другим, и бросить в подвал. Шлюхи бывают очень разные: такие, как монахини в моем интернате, и такие, которые спят с кем попало. Невыносимо, что моя сестра — проститутка, я не могу этого вынести. Как же, наверное, страдает моя мама!

Я: Ваша мать понимает это?

Он: Нет, это страдаю я. Я отвечаю за сестру. Я всегда отвечал за сестру.

Я объяснила ему, что, безусловно, для его сестры было чрезвычайно важно, что он взял на себя ответственность за нее, но теперь она живет своей жизнью, которую мы должны принять, даже если сомневаемся в том, что то, что она делает — правильно.

Эта фантазия появилась у Марселя дома, между 7-й и 8-й сессией. В ней он позволил себе фантазировать, что я — это добрая кормящая мать. Я дала ему молоко, и у меня был сад. Он идентифицировался со мной, поэтому «знал», что происходит, «знал», что «мне» нужно. В его фантазии «мне» был нужен забор. Это значит, что и у него была потребность обозначить границы, или он хотел защитить наши отношения, или это говорит о том, что мы должны были более внимательно относиться к границам в наших отношениях, заботиться о его отдельности. Он сохранял за собой возможность вернуться в пещеру. Конечно, можно задаться вопросом, почему он выбрал именно этот символ. Пещера — это один из символов материнского архетипа, который указывает не только на защиту, но и на ограничения, это место трансформации, «матка» Земли. Его приход ко мне был путем к автономии. Свою пещеру он описал как холодное место, как возможность установить дистанцию между живой, теплой матерью и самим собой. В своей фантазии он также показал, что должен помочь мне, чтобы я помогла ему. Необходимость помогать, чтобы затем получить помощь, возможно, идет из опыта отношений в детстве. Конечно, такой опыт отношений очень распространен в нашем обществе.

В фантазии просматривается идея, что слияние возможно, но он все-таки предоставляет мне определенную автономию, он даже отважился допустить в фантазии, что мне можно доверять настолько, чтобы позволить уйти и вернуться.

Если рассматривать эту фантазию в целом, то в ней выражено много доверия и близости. Он видит меня «кормящей матерью», которая также допускает его автономию. Он показал, что в таких отношениях может удовлетворять свои базовые человеческие потребности. Он видит себя защитником, но это для него, вероятно, единственная возможность выстраивать отношения.

Дома он явно приукрасил свою фантазию, затем пришел с ней на сессию и сказал мне, что совершенно недоволен мной, потребовал от меня быть ясновидящей. В этом опять же заметно расщепление. Он фантазировал лишь о «хорошем» аспекте, о «хороших» отношениях, и я представляю, что он сильно тревожился, не оттолкну ли я его с его фантазией, не слишком ли сильным стало его жела-

ние слияния со мной как с «хорошей матерью». «Забор» мог быть защитой от регрессии или преградой для слишком нежных чувств.

Затем он сказал: «А теперь я скажу о Вас», — как будто до этого он говорил не обо мне. Вообще-то это так и было, потому что на тот момент я была прежде всего объектом переноса. Он обозвал меня шлюхой, что само по себе очень сильно, которой нужно вырвать по одному все волосы — по-моему, это садизм. Такие образы указывают на то, что у него были и сексуальные фантазии обо мне, которые он не решался выразить. Вырывая мне волосы, он, вероятно, хотел лишить меня эротической силы. Таким образом, я стала для него очень опасной по многим аспектам.

Реагируя на его фантазию, я не стала интерпретировать ни прогресс, который в ней выражался, ни расщепление, имевшее место в этой ситуации, хотя, возможно, и стоило это сделать. Он сразу же сказал о сестре и рассказал в этой связи еще одну очень постыдную тайну — что его сестра была проституткой. Это указывало на то, что он проецировал на меня и свою сестру.

На последующих сессиях он много и часто говорил о сестре. Он пытался понять, почему она стала проституткой. Говоря о ней, он рассказывал и о своих печальных переживаниях во время пребывания в приюте. Он описывал себя как человека, который постоянно переживает отчаяние и сильный гнев. С одной стороны, я присоединялась к его гневу, с другой стороны, его детский опыт меня тоже очень печалил. Однажды у меня появились слезы на глазах, и, вероятно, он заметил это и начал плакать. Когда он пришел в следующий раз, в начале декабря, то спросил, надолго ли я уеду на Рождество. Затем его лицо ожесточилось:

Он: В прошлый раз Вы довели меня до слез. Так не пойдет! Я не могу сойти со своей позиции! Я побью Вас цепями! Я свяжу Вас цепями и побью! Возьму железную палку и еще буду бить! И будет течь кровь, будет течь кровь... Я буду гнать Вас, как зверя...

Я (перебивая): Стоп, с меня довольно. Это невыносимо!

Я испытывала сильный страх, искушение отреагировать примитивно и садистически, и могла бы просто выкинуть его вон. Мне было страшно за свою жизнь. Этот страх выражался в фантазии о том, что в любой момент он может достать из кармана пистолет и

убить меня, и я думала о том, как мне его обезоружить. Разбираясь со своими фантазиями, я посмотрела на него и заметила, что его лицо было искажено сильным страхом. Я поняла, что мне нужно защитить его, что он боится меня не меньше, чем я его. Я объяснила ему, что мы сейчас переживаем его безумный гнев, его жажду разрушения, которая пугает и его, и меня. В таких ситуациях оживает жуткий первобытный страх и ярость, и мы оба бессильны перед ними. Затем я также сказала, что ярость и страх появляются, когда он защищается от нежности. Я объяснила ему, что он выразил очень архаические агрессивные и сексуальные влечения, и, конечно, это сильно его напугало — и меня тоже, но я считаю, что у нас достаточно хорошие отношения, чтобы он мог выражать свои фантазии. Однако у меня должна быть возможность сказать «стоп».

Он: Извините, пожалуйста. Знаете, не я придумал эти фантазии. Их создает большой мужчина.

Я: Вы видите этого мужчину в своей фантазии? (Я специально добавила «в фантазии», потому что у меня было впечатление, что он смешивает реальность и фантазию).

Он: Это очень большой человек, высокий как великан, очень серьезный, очень требовательный. Он хочет, чтобы я не плакал, чтобы у меня была хорошая работа, чтобы у меня не было страхов, чтобы я все делал так же, как остальные молодые люди.

Я: Вы чувствуете, что он Вас терроризирует?

Он: Да, он меня терроризирует. Он мне не помогает. Ни разу в жизни мне никто не помог. Мой отец всегда был пьян. Мне нужно было защищать от него мать. Он мне не помогал. Он был доволен, что я был рядом с матерью. Когда мне было 18 лет, он упрекал меня в том, что у меня нет хорошей работы. Что же делать, если этот человек терроризирует меня, а я потом терроризирую Вас?

Я: В следующий раз скажите мне сразу, как только этот человек начнет Вас терроризировать. Мы попытаемся понять, что Вас пугает. Вы терроризируете других, когда Вам страшно, то есть, когда Вы боитесь меня потерять, например, перед рождественскими каниками. А еще Вам бывает страшно, если я становлюсь ближе. И тогда, я думаю, нужно хорошо следить за этим человеком, и, возможно, нам удастся его умирить.

Мое чувство скорби создало большую близость между нами, возможно, приблизило его к нему самому. Он боялся, что его поглотят такие чувства, поэтому создавал деструктивную всемогущую фантазию. Моя интервенция была не совсем профессиональной, я не подумала о том, в подходящий ли момент я обращаю его внимание на то, что я — реально существующий человек вне его системы, но такая реакция была единственно возможной для меня. Интересна его реакция на мою интервенцию. Он провел различие между своим эго и великаном, который его терроризировал. Произошло различие «Я» и «не-Я», сепарация, но в то же время он чувствовал ответственность за этого великана. Возможно, ситуация развивалась бы иначе, если бы я осознала, что это нападение в переносе на самом деле было признанием в любви, от которого он был вынужден защищаться. Если бы я это интерпретировала, то мог бы запуститься совсем другой процесс, но на тот момент я этого не осознавала.

На начальном этапе терапии в фантазиях Марселя можно было увидеть особенности переноса, характерного для пограничных пациентов, описанные у Роде-Даксер, с опорой на Кернберга. Ниже перечислены основные особенности¹⁴²:

- надежда магического свойства на терапию и на личность терапевта;
- ослабленная способность различать фантазию и реальность;
- эпизоды переноса, которые окрашены очень агрессивно, спровоцированы недоверием и мощным страхом отвержения;
- резкая смена эмоциональной тональности переноса вплоть до психоза переноса. На такие переносы я реагировала особыми контрпереносами, также типичными для пограничной организации личности. В ходе одной сессии в контрпереносе я переживала очень много различных эмоций, резко сменявших друг друга;
- подспудная агрессивность постоянно присутствует в пространстве;
- во мне активировались механизмы проективной идентификации, архаические тревоги и агрессия, которые были направлены против клиента.

¹⁴²Ср. Rhode-Dachser, Kernberg.

С одной стороны, чувство близости, с другой стороны, мой страх и мое сопротивление этим архаическим эмоциям и мое нежелание просто принимать его переносы помогли Марселю дистанцироваться от великана, который его терроризировал. Марсель снова и снова описывал, как он боится его, но мы не продвигались вперед. Неделями мы были заняты этой темой, но ничего существенного не происходило. Я все больше беспокоилась, пыталась больше концентрироваться на себе и ждать, не возникнет ли инсайт. В этой ситуации я вспомнила сказку о Синей Бороде и рассказала ее Марселю.

В определенной аналитической ситуации инсайт в виде сказки является особым видом контрпереноса, архетипическим контрпереносом. С помощью такого инсайта я, с одной стороны, показываю, что готова поместить этого «внутреннего» мужчину в межличностное пространство в наших отношениях, и это позволит нам обоим видеть его. С другой стороны, это выводит личную историю, личное страдание на уровень связи с чем-то большим. Личное страдание отражается в опыте, через который всегда проходят все люди. Кроме того, сказка обладает тем преимуществом, что в ней показано, с какой установкой можно подойти к определенной проблеме — в данном случае, к влиянию Синей Бороды. Выяснилось, что решение, которое предлагается в сказке, подходит и для Марселя, и для меня.

СКАЗКА «СИНЯЯ БОРОДА»

Жил-был однажды человек, за которым водилось много всякого добра: были у него прекрасные дома в городе и за городом, золотая и серебряная посуда, шитые кресла и позолоченные кареты. Но, к несчастью, его борода была синей, и эта борода делала его таким безобразным и грозным, что все девушки и женщины бежали от него со всех ног.

У одной из его соседок, дамы благородного происхождения, были две дочери, совершенные красавицы. Он посватался к одной из них, не назначая какую именно, пусть мать сама выберет ему невесту. Но ни та, ни другая не соглашалась быть его женою: они не могли решиться выйти за человека, у которого была синяя борода, и только перекорялись между собою, отсылая его друг дружке. Их смущало еще и то, что он уже имел несколько жен, и никто не знал, что с ними случилось.

Чтобы познакомиться получше, Синяя Борода повез их вместе с матерью, тремя-четырьмя самыми близкими их приятельницами и несколькими молодыми людьми в один из своих загородных домов по соседству, и они провели там целую неделю. Гости гуляли, ездили на охоту, ловили рыбу; плясали и пировали без оглядки на чины и звания. Они и думать не хотели о сне, ночи проходили за шутками и играми. Словом, всем было так хорошо и весело, что младшая из дочерей подумала, что борода у хозяина не такая уж и синяя, что он заслуживает всех похвал. Как только они вернулись в город, сыграли свадьбу.

Через месяц Синяя Борода сказал жене, что вынужден уехать в провинцию по меньшей мере на шесть недель по очень важному делу. Он попросил её не скучать, пока его нет, а напротив, всячески развлекаться, пригласить подружек, повезти их за город, если вздумается, и ставить на стол лучшее с кухни и из подвала.

— Вот, — прибавил он, — ключи от двух больших кладовок; вот ключи от шкафов с золотой и серебряной посудой, которая ставится на стол не каждый день; вот — от сундуков с деньгами; вот — от ящичков с драгоценными камнями; вот и ключ, который отпирает любую комнату. А этот ключик отпирает каморку, которая находится внизу, в самом конце длинного коридора первого этажа. Можешь все отпирать, всюду входить, кроме той каморки. Я запрещаю тебе туда входить, запрещаю со всей строгостью. Если же ты все-таки так сделаешь, то на тебя обрушится мой ужаснейший гнев.

Она обещала в точности исполнить его наказ; он обнял ее, сел в карету и пустился в путь.

Соседки и подруги не стали дожидаться приглашения, а пришли сами, до того велико было их нетерпение увидеть собственными глазами несметные богатства, какие были в доме. Они боялись прийти, пока ее муж был дома: его синяя борода их очень пугала. А теперь они ходили по залам, комнатам и гардеробным — и каждая следующая была краше предыдущей. Они добрались до кладовок — и не было конца их удивлению от того, какими красивыми были многочисленные ковры, кровати, диваны, шкафы с тайными ящичками, столы и зеркала, в которых можно было увидеть себя с головы до ног, в таких рамах из стекла, серебра и позолоченного серебра, каких краше и роскошнее не бывало на белом свете.

Соседки и подруги без умолку восхваляли и превозносили счастье хозяйки дома и завидовали. Однако молодая жена не могла радоваться вместе с ними, глядя на все эти богатства: ей не терпелось открыть каморку внизу, в конце коридора первого этажа. Любопытство пересилило, и даже не задумываясь о том, насколько невежливо хозяйке покидать гостей, она бросилась вниз по маленькой потайной

лестнице, так что два или три раза чуть не сломала себе шею. Перед самой дверью каморки она, однако, остановилась на мгновение и вспомнила о запрете своего супруга: «Ну будет мне беда за непослушание!» Но соблазн был слишком силен, она никак не могла с ним сладить. Она взяла ключ и с дрожью во всем теле открыла дверь.

Сперва она ничего не разобрала: в каморке было темно, ставни были закрыты. Немного погодя, она увидела, что на полу были пятна запёкшейся крови; в них отражались тела нескольких мёртвых женщин, привязанных к стенам. Это были прежние жёны Синей Бороды, которых он убивал одну за одной. От страха она чуть не умерла на месте и выронила ключик.

Наконец она опомнилась, подняла ключик, заперла дверь и пошла в свою комнату наверх прийти в себя, но никак не могла, потому что волнение было слишком большим. Она заметила, что ключик от каморки запачкан кровью; она терла его раз, другой, третий, но кровь не сходила. Как она его ни мыла, как ни терла песком и толченым кирпичом — пятно крови никуда не девалось, ведь ключик был заколдованным, и его никак нельзя было отчистить; кровь сходила с одной стороны и выступала с другой.

В тот же вечер Синяя Борода вернулся из своего путешествия. Он сказал, что по дороге получил известие, что дело, по которому он должен был ехать, решилось в его пользу. Жена его, как водится, всячески старалась показать ему, что очень обрадовалась его скорому возвращению.

На другое утро он захотел забрать у нее ключи. Она подала их ему, но рука ее так дрожала, что он без труда догадался обо всем, что произошло в его отсутствие.

— Отчего, — спросил он, — здесь нет ключика от каморки?

— Должно быть, я забыла его у себя наверху, на столе, — отвечала она.

— Не забудь мне его потом принести, — сказал Синяя Борода.

Она тянула время как могла, но настал момент, когда она все-таки принесла тот ключ. Он посмотрел на него и спросил: «Почему на нем кровь?».

— Не знаю, — ответила бедная женщина и побледнела как полотно.

— Не знаешь? — вскричал Синяя Борода. — А я знаю! Ты хотела войти в ту каморку?! Теперь, моя дорогая, тебе придется туда войти и занять свое место возле тех женщин, которых ты там видела.

Она бросилась к ногам мужа, горько плакала и искренне раскаивалась в своём непослушании. Камень был бы тронут отчаянными

мольбами такой красавицы, но у Синей Бороды сердце было тверже камня.

— Ты должна умереть, моя дорогая, — сказал он, — и притом — сейчас.

— Если я непременно должна умереть, — сказала она сквозь слезы, которые лились ручьем, — так дай мне немного времени, чтобы я помолилась Богу.

— Даю тебе полчетверти часа, — сказал Синяя Борода, — и ни мгновения больше!

Пока она была в своей комнате одна, она позвала свою сестру:

— Моя дорогая Анна (так звали сестру), поднимись, пожалуйста, на башню, посмотри, не едут ли наши братья? Они обещали навестить меня сегодня. Если ты их увидишь, подай им знак, чтобы они поторопились.

Сестра поднялась на башню, а бедняжка в отчаянии иногда ей кричала:

— Анна, сестра моя Анна, что ты видишь?

Сестра ей отвечала:

— Я вижу, солнце светит, трава зеленеет.

Между тем Синяя Борода вскричал изо всех сил, держа в руке огромный нож для оленьей охоты:

— Спускайся немедленно сюда, или я сам поднимусь!

— Пожалуйста, один миг, и я иду, — ответила ему жена и прибавила вполголоса, — Анна, сестра моя, что ты видишь?

И сестра отвечала:

— Я вижу, солнце светит, трава зеленеет.

— Спускайся сюда или я иду наверх! — вскричал Синяя Борода.

— Я уже, иду! — отвечала жена и опять обращалась к сестре:

— Анна, сестра моя Анна! Что ты видишь?

— Я вижу, — отвечала Анна, — что к нам приближается большое облако пыли.

— Это братья?

— Ах, нет, дорогая сестра, это стадо баранов.

— Спустишься ты наконец?! — зарычал Синяя Борода.

— Еще один миг, — отвечала его жена и опять спросила:

— Анна, моя сестра Анна! Что ты видишь?

— Я вижу двух всадников, которые скачут сюда, но они еще очень далеко. Слава Богу, это братья! Я подам им знак, как смогу, чтобы они поспешили.

Синяя Борода закричал так громко, что стены дома затряслись. Бедная его жена спустилась и бросилась к его ногам, вся в слезах, с растрепанными волосами.

— Тебе ничто не поможет, — сказал Синяя Борода, — ты должна умереть!

Одной рукой он схватил ее за волосы, в другой держал свой страшный нож... Он замахнулся, чтобы отсечь ей голову... Бедная женщина взглянула на него со смертным ужасом в глазах и попросила дать ей еще миг, чтобы собраться с духом.

— Нет, нет! Вручи свою душу Богу!

И поднял уже руку... Но в это мгновение раздался такой ужасный грохот в дверь, что Синяя Борода на миг остановился. Дверь отворилась и в комнату ворвались два всадника. Выхватив свои шпаги, они бросились прямо на Синюю Бороду.

Он узнал братьев своей жены — драгуна и мушкетера, — бросился бежать, чтобы спастись, но братья нагнали его, прежде чем он успел добежать до крыльца.

Они проткнули его насквозь своими шпагами и оставили на полу мертвым. Бедная женщина была почти так же мертва, как ее муж. У нее не было сил даже подняться, чтобы обнять своих братьев.

У Синей Бороды не было наследников, и все его богатство перешло к вдове. Одну часть его богатства она потратила, чтобы выдать свою сестру Анну за молодого дворянина, который уже давно был в нее влюблен; другую часть она потратила, чтобы купить братьям капитанский чин; остальное осталось ей, и потом она вышла за достойнейшего человека. С ним она забыла все горести и беды, которые причинил ей Синяя Борода.

Марсель слушал очень внимательно, что было против его привычек; обычно ему не нравилось, когда я говорила; наконец, он сказал, что это могло бы быть его историей. Это точно его «Синяя Борода», с которым ему все время приходится бороться. Он очень быстро понял, что это именно братья победили его в конце сказки. Марсель подчеркнул, что у его великана не было синей бороды, но она вполне могла бы у него быть. При сопоставлении Синей Бороды с этой мужской фигурой прояснилось, в какой перспективе следует интерпретировать сказку. Речь шла о том, чтобы положить конец проискам «Синей Бороды». Что касается конца сказки, когда братья убивают Синюю Бороду, в такой перспективе речь идет о том, чтобы сделать деструктивность агрессивностью, ведущей к конструктивным действиям. Такая перспектива понимания сказки оказалась очень важна для Марселя. Он обратил внимание, что Синяя Борода, должно быть, был очень

могущественным и очень богатым, но при этом женщины его не выносили.

Марсель почувствовал, что фантазии, которые у него были, очень похожи на фантазии, описанные в сказке. В проекции на сказку он смог намного больше признать свои фантазии и встретиться с ними напрямую. Он считал, что Синяя Борода садист. Он глубоко осуждал женщин, которые связывались с ним, потому что они, очевидно, делали это только из-за денег. В начале сказки ясно говорится о том, что сначала всем женщинам было страшно, и они не хотели связываться с Синей Бородой, но они не принимали свой страх всерьез. Марсель это почувствовал: он метался, не зная, злиться ему на этих женщин или на Синюю Бороду. Мы говорили о том, что Синяя Борода расчленил своих жен, только если они узнавали его тайну. Марселя это сильно выбило из колеи, и он сказал, что убил бы любого, кто узнал бы его тайны; для него было очень важно хранить тайны. Мысль о том, что кто-то может их узнать, перевозбуждала его. Я подчеркнула, что мы сейчас говорим о Синей Бороде, а не о нем, и он успокоился.

Таким образом, сказка оказала эффект, аналогичный воздействию триангуляции: мы смогли рассмотреть проблемы, которые ранее наметились в наших отношениях, в проекции на сказку, обсудить их в этой проекции, и распознать в них его собственные проблемы — в том объеме, в каком Марсель мог выдержать.

Работа со сказкой длилась около полугода. Мы снова и снова говорили о его повседневной жизни, об учебе, которую он начал, снова и снова возвращались к некоторым фрагментам сказки о Синей Бороде. Марсель размышлял, снова и снова говорил о трупах, видел самого себя расчлененным, время от времени говорил и о том, что Синяя Борода, наверное, очень боялся женщин, раз был вынужден их расчленять.

Через несколько недель он потерял интерес к «трупам» и начал интересоваться поведением младшей дочери. Уже какое-то время назад я поняла, что нахожусь в роли этой девушки, которая не хотела больше иметь дело с Синей Бородой и обратилась за помощью к другим силам, надеясь на братьев. Я переживала это в контрпереносе следующим образом: вторая часть сказки всегда была для

меня актуальной, даже когда Марсель говорил о Синей Бороде и о трупах, я всегда, так сказать, знала, что девушке не следует очаровываться им, ей нельзя быть наивной в отношении деструктивности Синей Бороды.

В нашем варианте героиня обращается к сестре. Сестра — это та ее сторона, которая не находится во власти Синей Бороды; она — посредница между ней и воинственными братьями. Я никогда не упускала из своего внимания это место в сказке, и это помогло мне и, вероятно, Марселю тоже, вообще выдержать тему Синей Бороды.

Работа со сказкой помогла ему встретиться лицом к лицу со своей проблемой, позволяя держать дистанцию, достаточно большую, чтобы проблема перестала оказывать парализующий эффект. Работа со сказкой всегда так и происходит.

Когда Марсель начал интересоваться женой Синей Бороды, я попросила его представить себе солнце, которое светило в сказке, и траву, которая зеленела. Он подумал о том, что в этом есть огромный контраст с «камерой смерти» на первом этаже дома. Выражение «камера смерти» он придумал сам, и оно кажется мне очень подходящим, потому что в Синей Бороде, безусловно, скрыт аспект бога мертвых, а в деструктивности Марселя — страх смерти. Увязывая сказку с индивидуальными проблемами клиента, мы не уделяли внимания аспекту «Синяя Борода как бог мертвых». Я попросила его представлять зеленеющую траву под сияющим солнцем и Синюю Бороду, который точит свой нож. Ему удалось представить оба образа и удержать в сознании это напряжение. Вскоре он «оживил» в активном воображении братьев, которых он не раз описывал с большой любовью. Появление этих «братьев», которого он ждал с нетерпением, сигнализировало о поворотном моменте в терапии. Когда ему удалось представить в фантазии, как братья нагоняют Синюю Бороду на крыльце и убивают, он убедился в том, что победил Синюю Бороду в самом себе.

За то время, пока мы работали со сказкой, новых атак в переносе не возникало: когда я говорила то, что нас сближало, он хмурил лоб или в его голосе появлялся определенный тон, и я напоминала ему о сказке.

Символический процесс, выраженный в сказке, может выполнять функцию переходного объекта. Работа со сказкой может снизить напряжение в отношениях с терапевтом, поскольку терапевт и пациент будут смотреть не друг на друга, а вместе — на нечто третье. В данном случае это оказалось очень полезным, так как было необходимо увидеть этого деструктивного человека иначе, чтобы изменить его. Работу со сказкой также можно понимать как попытку быть понятым, указывающую на то, что стоит за этими отношениями, за повседневной реальностью, и в конечном счете, указывающую на главную первопричину, которая становится доступной для понимания с помощью символа, а также символических процессов, выраженных в сказках. В этом контексте я понимаю эти процессы как несущие конструкции коллективного бессознательного, которые становятся доступными нам в сказках и мифах, которые мы можем предоставить людям в распоряжение при проработке их проблем. Такая работа также воздействует на структуру эго.

В дальнейшем терапия протекала более спокойно. Братья из сказки о Синей Бороде по-прежнему были очень важны для Марселя. Он размышлял, как они могли бы помочь ему, как эти братья могли бы вести себя в определенных ситуациях, и иногда ему удавалось быть не деструктивно атакующим, а сдержанным, и он был этому рад.

Этот пример показывает, что мой инсайт по поводу использования сказки, которая дала Марселю возможность проработать очень многие из его внутренних конфликтов, а также развить новое поведение, тесно связан с турбулентными процессами в переносе—контрпереносе, типичными для людей с пограничной организацией личности.

Эти три наглядных примера показывают, что в ситуациях, когда в терапевтическом процессе происходит подлинная трансформация, мы действительно имеем дело с формированием новых символов. При этом символы находятся в явной взаимной связи со специфическими ситуациями в переносе—контрпереносе, которые являются существенным аспектом терапевтических отношений. Наряду с другими авторами, этот тезис также подтверждает Ингрид Ридель,

опираясь на длинную серию образов, которые возникали спонтанно в анализе.¹⁴³ В терапевтических отношениях процессы формирования символов переплетаются с процессами, идущими в отношениях. Таким образом, примеры из терапевтической практики доказывают большую важность высказывания Юнга:

Процесс индивидуации [...] — это, с одной стороны, внутренний, субъективный процесс интеграции, с другой стороны, он неизбежно является и объективным процессом отношений.¹⁴⁴

¹⁴³ Cp. Riedel, Die Symbolbildung.

¹⁴⁴ Jung, König und Königin, in GW 16 §448.

ЛИТЕРАТУРА

- Ahrens, St.: Zur Affektverarbeitung von Ulkus-Patienten — ein Beitrag zur „Alexithymie“-Diskussion. In: Studt, H. H. (Hrsg.): Psychosomatik in Forschung und Praxis. Urban und Schwarzenberg, München, Wien, Baltimore 1983.
- Anderson, H. (Ed.): Creativity and its Cultivation. New York 1959.
- Barz, H., Kast, V., und F. Nager: Heilung und Wandlung: C. G. Jung und die Medizin. Artemis, Zürich, München 1986.
- Bloch, E.: Das Prinzip Hoffnung. Suhrkamp, Frankfurt am Main 1959.
- Bürgin, D.: Die Bedeutung von affektiven Austauschvorgänge für den Aufbau des Selbst in der Kindheit. In: Rauchfleisch, U. (Hrsg.): Allmacht und Ohnmacht. Das Konzept des Narzißmus in Theorie und Praxis. Huber, Bern 1987.
- Capra, F.: Wendezeit. Scherz, Bern, München, Wien 1983.
- De Coulon, N.: La cure de packs, une application des idées de Winnicott en Clinique psychiatrique. In: L'Information Psychiatrique, Vol.61, 2, Février 1985.
- Evers, T.: Mythos und Emanzipation. Eine klinische Annäherung an C. G. Jung. Junius, Hamburg 1987.
- Frank, R., und D. Vaitl: Alexithymie: differentialdiagnostische Analyse aus verhaltenstherapeutischer Sicht. In: Studt, H. H. (Hrsg.): Psychosomatik in Forschung und Praxis. Urban und Schwarzenberg, München, Wien, Baltimore 1983.
- Von Franz, M.-L.: Der Individuationsprozeß. In: Jung, C.G.: Der Mensch und seine Symbole. Walter, Olten 1986, 11. Aufl. 1988 — [Рус. изд.: фон Франц М. Л. Процесс индивидуации. В кн.: Человек и его символы. Пер. с англ. — СПб.: АСТ, 1997.]. — Zahl und Zeit. Klett, Stuttgart 1970.
- Fromm, E.: The creative Attitude. In: Anderson, H. (Ed.): Creativity and its Cultivation. New York 1959.
- Grof, S.: Topographie des Unbewußten. Klett-Gotta, Stuttgart 1978.
- Jacobi, J.: Komplex, Archetypus, Symbol. Rascher, Zürich 1956.
- Jacobi, M.: Individuation und Narzißmus. Psychologie des Selbst bei C. G. Jung und H. Kohut. Pfeiffer, München 1985.
- Psychotherapeuten sind auch Menschen. Walter, Olten 1987.
- Jung, C.G.: Gesammelte Werke (= GW), 20 Bände, hrsg. von Lilly Jung-Merker, Elisabeth Rüf und Leonie Zander. Walter, Olten. Использованы тексты из следующих томов:
- GW 2: Experimentelle Untersuchungen. 1979, 2. Aufl. 1987.
- GW 3: Psychogenese der Geisteskrankheiten. 1968, 3. Aufl. 1985 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Работы по психиатрии. СПб.: Академический проект, 2000.].
- GW 6: Psychologische Typen. 1960, 7. Aufl. 1989 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Психологические типы. М.: Прогресс-Универс, СПб.: Ювента, 1995.].
- GW 7: Zwei Schriften über Analytische Psychologie. 1964, 4. Aufl. 1989 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Психология бессознательного. — М.: Канон, 1994. (1,2)].
- GW 8: Die Dynamik des Unbewußten. 1967, 5. Aufl. 1987 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Структура и динамика психического. — М.: Cogito centre, 2008 (1-17); Юнг К. Г. Трансцендентная функция. Рефл-бук, Ваклер, 1997 (2,3,18); Юнг К. Г. Об энергетике души. М.: Академический проект, 2008 (1, 9, 19)].
- GW 9 / I: Die Archetypen und das kollektive Unbewußte. 1976, 5. Aufl. 1989 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Бог и бессознательное. — М.: Олимп, АСТ, 1998 (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9); Юнг К. Г. Душа и миф: шесть архетипов. — Киев: Гос. библиотека Украины для детей и юношества, 1996 (4, 5, 6, 7, 8, 9); Юнг К. Г. О природе психе. — М.: Рефл-бук, Ваклер, 2002 (12)].
- GW 9 / II: Aion. Beiträge zur Symbolik des Selbst. 1976, 7. Aufl. 1989 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Aion. Исследование феноменологии Самости. — М.: Рефл-бук, Ваклер, 1997].
- GW 12: Psychologie und Alchemie. 1972, 5. Aufl. 1987 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Психология и алхимия. М.: АСТ, 2008].
- GW 13: Studien über alchemistische Vorstellungen. 1978, 3. Aufl. 1988 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Тайна золотого цветка // О психологии восточных религий и философии. — М.: 1994 (1); Юнг К. Г. О природе психе. — М.: Рефл-бук, Ваклер, 2002 (2, 5); Юнг К. Г. Дух меркурий. — М.: Канон, 1996 (3, 4)].
- GW 14 / II: Mysterium Coniunctionis. 1968, 4. Aufl. 1984 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Mysterium coniunctionis. — М.: Рефл-бук, Ваклер, 1997.].
- GW 15: Über das Phänomen des Geistes in Kunst und Wissenschaft. 1971, 4. Aufl. 1984 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Дух меркурий. — М.: Канон, 1996 (1, 2, 3, 4, 5, 6); Юнг К. Г., Нойманн Э. Психоанализ и искусство. — М.: Рефл-бук, Ваклер, 1996 (5, 6, 7, 8); Юнг К. Г. Феномен духа в искусстве и науке. — М.: 1992 (4, 9)].
- GW 16: Praxis der Psychotherapie. 1958, 4. Aufl. 1984 — [Рус. изд.: Юнг К. Г. Практика психотерапии. М.: АСТ, СПб.: Университетская книга, 1998].
- Der Mensch und seine Symbole. Walter, Olten 1986, 11. Aufl. 1988 — [Рус. изд.: Человек и его символы. Пер. с англ. — СПб.: АСТ, 1997.].
- Briefe, 3 Bände, hrsg. von Aniela Jaffe in Zusammenarbeit mit Gerhard Adler. Walter, Olten 1971 — 1973.
- Kast, V.: Das Assoziationsexperiment in der psychotherapeutischen Praxis. Bonz, Fellbach 1980, 2. Aufl. 1988.
- Trauern. Phasen und Chancen des psychischen Prozesses. Kreuz, Stuttgart 1982, 5. Aufl. 1988 — [Рус. изд.: Каст В. Горевание. М.: Ин-т гуманитарных исследований, 2017].
- Paare. Beziehungsphantasien oder wie Götter sich in Menschen spiegeln. Kreuz, Stuttgart 1984 — [Рус. изд.: Каст В. Пары. Как фантазии влияют на наши любовные отношения. М.: 2018].
- Die Bedeutung der Symbole im therapeutischen Prozeß. In: Barz, H., Kast, V., und F. Nager: Heilung und Wandlung: C.G.Jung und die Medizin. Artemis, Zürich, München 1986.
- Märchen als Therapie. Walter, Olten 1986, 3. Aufl. 1989.
- Imagination als Raum der Freiheit. Dialog zwischen Ich und Unbewußtem. Walter, Olten 1988, 3. Aufl. 1989.
- Der schöpferische Sprung. Vom therapeutischen Umgang mit Krisen. Walter, Olten 1987, 4. Aufl. 1988.
- Traumbild Auto. Vom alltäglichen Unterwegssein. Walter, Olten 1987.

- Kernberg, O. F.: Borderline-Störungen und pathologischer Narzißmus. Suhrkamp, Frankfurt a. M. 1978.
- Koch, C.: Der Baumtest. Bern 1982.
- Krapp, M.: Gestaltungstherapie als Beitrag zur Psychotherapie psychotischer Patienten. In: Zeitschrift für Analytische Psychologie 20 (1), 32–57, 1989.
- Lurker, M.: Wörterbuch der Symbolik. Kröner, Stuttgart 1979.
- Märchen aus dem Iran. Diederichs, Jena 1939.
- Mahler, M., Pine, F. und A. Bergmann: Die psychische Geburt des Menschen. Symbole und Individuation. Fischer TB 6731, Frankfurt am Main 1978.
- Matussek, D.: Kreativität als Chance. Piper, München 1974.
- Mentzos, St.: Neurotische Konfliktverarbeitung. Kindler TB 1982.
- Middendorf, I.: Der erfahrbare Atem. Eine Atemlehre. Junfermann, Paderborn 1984.
- Neumann, E.: Die Große Mutter. Walter, Olten 1974, 9. Aufl. 1989.
- Overbeck, G.: Krankheit als Anpassung. Der sozio-psychosomatische Zirkel. Suhrkamp TB 973, Frankfurt am Main 1984.
- Perrault, Ch.: Märchen aus alter Zeit. Illustriert von Gustave Dore. A. Melzer Verlag, Weert 1976.
- Rauchfleisch, U. (Hrsg.): Allmacht und Ohnmacht. Das Konzept des Narzißmus in Theorie und Praxis. Huber, Bern 1978.
- Rohde-Dachser, C.: Das Borderline-Syndrom. Huber, Bern, Stuttgart, Wien 1979.
Abschied von der Schuld der Mütter. Vortrag, gehalten in Lindau an den 39. Lindauer Psychotherapiewochen 1989.
- Riedel, I.: Farben. In Religion, Gesellschaft, Kunst und Psychotherapie. Kreuz, Stuttgart 1983, 7. Aufl. 1989.
— Formen. Kreis, Kreuz, Dreieck, Quadrat, Spirale. Kreuz, Stuttgart 1985.
Bilder in Therapie, Kunst und Religion. Kreuz, Stuttgart 1988.
— Die Symbolbildung in der Analytischen Beziehung am Beispiel einer Bilderreihe. Vorgetragen auf dem 11. Internationalen Kongreß für Analytische Psychologie 1989 in Paris. Опубликовано в: Mattoon, M.A. (ed.): Personal and Archetypal Dynamics in the Analytical Relationship. Daimon, Einsiedeln 1990.
- Schwarzenau, P.: Das göttliche Kind. Der Mythos vom Neubeginn. Kreuz, Stuttgart 1984.
- Stern, D.: Mutter und Kind. Die erste Beziehung. Klett-Gotta, Stuttgart 1979.
- Studt, H. (Hrsg.): Psychosomatik in Forschung und Praxis. Urban und Schwarzenberg, München, Wien, Baltimore 1983.
- Von Uexküll, Th.: Psychosomatische Medizin. Urban und Schwarzenberg, München, Wien, Baltimore 1986.
- Willi, J.: Die Zweierbeziehung. Rowohlt, Reinbek bei Hamburg 1975.