

Мюррей Стайн

Юнговская карта души: Введение в аналитическую психологию

Посвящается Саре и Кристоферу

Murray Stein

Jung's Map of the Soul:

An Introduction

Open Court

Chicago and La Salle, Illinois

Печатается с разрешения Open Court Publishing Company, a division of Carus Publishing Все права защищены. Любое использование материалов данной книги полностью или частично без разрешения правообладателя запрещается.

Перевод с английского

Ю. Данько (Введение, гл. 3, 8, 9), Д. Залесского (гл. 2, 7), Н. Литвиненко (гл. 7),
А. Некрасовой (гл. 1), К. Слепака (гл. 4), А. Стембовской (гл. 6), М. Щаповой (гл. 5)

Под редакцией

Ю. Данько

Благодарности

Эта книга не увидела бы свет без терпеливой помощи Линн Волтер, выполнившей работу по ее набору и редактуре. Я хочу поблагодарить ее за преданность и неиссякаемый оптимизм. Я хочу также поблагодарить Яну Марлан за ее активную поддержку и одобрительные замечания о моей работе. Те, кто посещал мои лекции на протяжении многих лет, смогут распознать свой вклад во многие детали изложения, которых не было бы в тексте книги, если

бы не их вопросы и наблюдения. Всем вам большое спасибо.

Введение

Вы можете осторожно продвигаться вдоль берегов Африки на юг: направляясь же на запад, вы обнаружите там только ужас; это неведомое, не «наше море», а *Mare Тайн*, *Mare Ignotum*. Карлос Фуэнтес. Погребенное зеркало

В лето, когда умер Юнг, я готовился к поступлению в колледж. Это было в 1961 году, когда человечество вступало в эру исследования космического пространства и умы были захвачены соревнованием между Америкой и СССР: кто первым из них достигнет поверхности Луны. Все взоры были прикованы к этому великому приключению – покорению космоса. Впервые в своей истории люди смогли оторваться от *terra firma*[1] и направлялись в путешествие к звездам. В то время я еще не понимал, что наше столетие в равной мере отмечено прорывом внутрь человека, эпохальным исследованием внутреннего мира, предпринятым Карлом Юнгом в те десятилетия, что предшествовали старту спутников и «Аполлонов». Значение Юнга для открытия нашего внутреннего космоса можно сравнивать с ролью, которую сыграли Джон Гленн и Нейл Армстронг в исследовании космоса внешнего.

Юнг тихо почил в своем доме неподалеку от Цюриха, в комнате с окнами на запад, на спокойное озеро. К югу оттуда видны Альпы. За день до ухода он попросил сына помочь ему добраться до окна, чтобы бросить последний взгляд на любимые горы. Всю свою жизнь он исследовал внутренний мир и рассказывал об этих открытиях в своих книгах. В тот год, когда Нейл Армстронг ступил на поверхность Луны, я отправился в Цюрих учиться в Институте Юнга. И то, чем я хочу поделиться с читателями этой книги, – квинтэссенция моего тридцатилетнего знакомства с юнговской картой души.

Цель этой книги – рассказать об открытиях Юнга, представленных в его трудах. Поначалу прикосновение к Юнгу может показаться чем-то подобным проникновению в «Море Тайн», о котором писал Фуэнтес, имея в виду первопроходцев, отправлявшихся в плавание из Испании через Атлантический океан. Именно такое чувство – восторг, смешанный со страхом, – рождается, когда приближаешься к неведомым берегам. Я вспоминаю мое первое впечатление от работ Юнга. Я был настолько захвачен открывающимися перспективами, что с некоторым беспокойством обратился за советом к своим университетским профессорам. Я боялся, не слишком ли «это» опасно. Написанное Юнгом было настолько привлекательно, что, казалось, не могло быть правдой! Вдруг я забудусь, заблужусь, потеряюсь? К моему счастью, учителя дали мне «зеленый свет», и с тех пор я странствую, открывая все новые сокровища.

Собственное путешествие Юнга было гораздо более пугающим. Он действительно не был уверен, найдет ли сокровища или окажется за пределами этого мира, в открытом космосе. Бессознательное на самом деле было *Mare Ignotum*, когда он впервые погрузился в него. Он был молод, бесстрашен и полон решимости для того, чтобы открывать новое. И он отправился в путь.

Юнг часто называл себя пионером и исследователем тайны, для которой не существует карты, – тайны человеческой души. Видимо, в нем жил дух авантюризма. Для него – как все еще и для нас – психическое представляло собой обширную территорию, большей частью еще не изученную. Она была тайной, бросающей вызов храбрецам, маня их обещанием сокровищ, а робким угрожая безумием. Для Юнга изучение души имело огромное значение,

ибо, как он однажды сказал, весь мир висит на единственной нити и этой нитью является psyche – человеческая психика. Потому так важно, чтобы мы все ближе ее узнали.

До сих пор остается неразрешенным вопрос: можно ли познать человеческую душу, проникнуть в ее глубины, начертить карту ее ландшафтов? Пионеры глубинной психологии, такие как Юнг, Фрейд и Адлер, считали возможным определить невыразимую и совершенно непостижимую человеческую душу. Не исключено, что ими руководили остатки былой самонадеянности XIX века, когда они пытались сделать это. И они отправлялись в *Mare Ignotum*, и Карл Юнг был Христофором Колумбом внутреннего мира. XX век стал эрой прорыва и технологических чудес во всех сферах; но он является также и эрой глубокой интроспекции и исследования нашей общей человеческой субъективности, а результат этого исследования воплотился в том, что сегодня известно нам как глубинная психология.

Единственный путь знакомства с психическим – это изучение его карты, нарисованной и доступной нам благодаря усилиям ее великих первооткрывателей. В их наследии мы можем найти множество ориентиров, они вдохновляют нас на дальнейшие исследования и новые открытия. Юнговская карта души, какой бы предварительной и незавершенной она ни казалась, как и все попытки картографирования неведомых земель, все же может быть важным подспорьем для всех вступающих во внутреннее пространство, в мир психики: его карта дает возможность не потеряться в этом мире.

В этой книге я предлагаю познать роль исследователя и картографа, которую Юнг взял на себя, этот образ сопровождает меня, когда я знакомлюсь с его теорией. Психическое – это неведомая страна, которую он исследовал; его теория – это карта, созданная, чтобы рассказать, какой он видел эту территорию. Я попытаюсь нарисовать в этой книге карту души по Юнгу, ведя тебя, читатель, сквозь его наследие. Я предлагаю карту, которая, надеюсь, поможет тебе в дальнейшем самому путешествовать по жизни Юнга и его работам.

Как все картографы, Юнг пользовался теми инструментами и знаниями, которые были в распоряжении в его время. Родившись в 1875 году, в 1900-м он закончил изучение медицины в Базельском университете в Швейцарии, а в 1905-м – психиатрическую подготовку в клинике Бургхельцли в Цюрихе. С 1907 по 1913 год он сотрудничал с Фрейдом, что сыграло первостепенную роль в его жизни, затем несколько лет занимался углубленным самоанализом, пока, наконец, не выступил с собственной психологической теорией. Он назвал ее аналитической психологией и впервые представил миру в 1921 году в книге «Психологические типы»¹. В 1930-м он, 55-летний, уже в основном сформулировал свою теорию, хотя многие ее положения нуждались в уточнении. Их разработкой он занимался все последующие годы, дополняя и развивая ее вплоть до смерти в 1961 году.

План научного изучения человеческой психики возник у Юнга достаточно рано. Его первое официальное исследование изложено в докторской диссертации «О психологии и патологии так называемых оккультных явлений»². В ней давалась психологическая оценка внутреннего мира одаренной молодой женщины, которой, как мы теперь знаем, была его кузина Хелен Прейсверк. В отрочестве она обладала необычными медиумическими способностями общения с духами умерших. Юнг был заинтригован, попробовал понять и проинтерпретировать это загадочное явление психики. Он использовал ассоциативный тест, чтобы раскрыть невидимые свойства психического ландшафта, не классифицированные ранее. Его выводы были опубликованы в многочисленных статьях, которые теперь помещены во втором томе его собрания сочинений (*Collected Works*). Вновь открытые свойства бессознательного он назвал «комплексам», этот термин прижился и сделал его известным. После этого он взялся за две животрепещущие психиатрические проблемы – психозы и шизофрению – и написал книгу «Психология *dementia praecox*»³, которую послал Фрейду как пример использования идей психоанализа в области психиатрии (сам Фрейд работал в области неврологии). Получив от Фрейда теплый, полный энтузиазма отзыв, он вступает с ним в переписку, вскоре знакомится лично и очень быстро становится одним из лидеров

зарождавшегося психоаналитического движения. Одновременно он начинает изучение теневых сторон невротических состояний, исходя, в конечном итоге, из открытых им более или менее инвариантных, универсальных фантазий и паттернов (архетипов) в области глубинного психического, которым он дал название «коллективного бессознательного». Описание и детальное рассмотрение архетипов и коллективного бессознательного становится его уникальным вкладом в психологию, благодаря этому его карта оказывается в одном ряду с картами других великих исследователей глубин психического.

1930 год делит профессиональную деятельность Юнга на две почти равные половины: начав в 1900-м практику и психиатрические исследования в Бургхельцли, в 1961-м он умер мудрым стариком в собственном доме в Кюснахте на Цюрихском озере. Ретроспективно можно видеть, насколько плодотворными были первые тридцать лет его профессиональной деятельности. На протяжении этих лет он заложил основные элементы монументальной психологической теории, а также отразил главные научные вопросы своего времени. Вторая половина его творческой жизни, возможно, дала не так много новых идей и теоретических конструктов, но по объему выпущенных книг оказалась даже более продуктивной, чем первая. Это были годы углубления и переоценки выдвинутых ранее гипотез и интуитивных догадок. Он развил свою теорию, дополнив ее исследованиями в области истории, культуры и религии и отыскав ключевые связи с современной физикой. Клиническая работа Юнга с психиатрическими пациентами и анализандами была более продуктивной и интенсивной в первой половине его профессиональной жизни; она сократилась до минимума после 1940 года, когда война прервала нормальную жизнь в Европе, а сам Юнг пережил сердечный приступ.

Подход Юнга к изучению психического был крайне личностным. Его исследования бессознательного основывались не только на работе с пациентами и на экспериментальных данных. Он анализировал и самого себя, на какое-то время фактически сделав себя основным объектом изучения. Тщательно наблюдая свои собственные сновидения и развивая технику активного воображения, он находил путь ко все более глубоким и скрытым областям внутреннего мира. Чтобы лучше понимать своих пациентов и себя самого, он разработал метод интерпретации, основанный на сравнительном изучении культур, мифов и религий; фактически он пользовался любыми материалами из мировой истории, имевшими отношение к психическим процессам. Этот метод был назван им «амплификацией».

Источники юнговской мысли до сих пор до конца не изучены. В своих работах он отдает дань многим мыслителям, среди которых Гете, Кант, Шопенгауэр, Лукреций Кар, Хартманн и Ницше; существенно, что он помещает себя в один ряд с античными гностиками и средневековыми алхимиками. Самым авторитетным философом для него был Кант. Влияние диалектики Гегеля на его теоретизирование также очевидно. Фрейд тоже оставил свой след. Хотя мысль Юнга развивалась на протяжении всех лет его деятельности, в ней заметна преемственность основной интеллектуальной ориентации. Некоторые читатели Юнга обнаруживают семена его позднейших психологических теорий уже в первых университетских сочинениях, прочитанных им в студенческом обществе и опубликованных под названием «Зофингианские лекции». Он написал их до 1900 года, будучи студентом-старшекурсником Базельского университета. Историк Генри Элленбергер берет на себя смелость утверждать, что «ростки аналитической психологии Юнга можно обнаружить в его выступлениях в Зофингианском студенческом обществе и в экспериментах с кузиной-медиумом Хелен Прейсверк»⁴. Зофингианские лекции показывают, как рано Юнг увлекся основными вопросами, занимавшими его впоследствии всю жизнь, такими как отражение религиозного и мистического опыта в научном эмпирическом исследовании. Совсем молодой Юнг доказывает, что подобные материи должны быть открыты для изучения и к ним следует подходить без предубеждения. В 1909 году он встретился в университете Кларка с Уильямом Джеймсом, который занимал точно такую же позицию и написал свой классический труд «Разнообразие религиозного опыта», исходя из тех же предпосылок.

На основе своих исследований и опыта Юнг начертил карту человеческой души. Это карта описывает психику во всех ее измерениях, таким образом Юнг пытался прояснить ее внутреннюю диалектику. И все же он всегда сохранял уважение к последней тайне психического. Его теория может быть воспринята как карта души, но это в то же время карта тайны, которую невозможно до конца изложить в рациональных терминах и категориях. Это карта живой, меркурианской сущности – Psyche.

Читая Юнга, необходимо иметь в виду, что карта не есть сама территория. Знание карты – это не то же самое, что переживание глубин души. В лучшем случае карта может быть полезна для ориентировки и планирования пути. Для потерявшегося она может быть спасительной. В иных она пробудит жажду собственного опыта, которую описал Юнг. Впервые прочитав Юнга, я стал записывать свои сновидения. Позднее я даже отправился в Цюрих, чтобы четыре года учиться в институте Юнга. В результате анализа и личного соприкосновения с бессознательным я достиг непосредственного знания того, что было открыто Юнгом. И все же мой внутренний мир не совпадает с его миром. Его карта может указать путь и дать общие очертания, но не раскрывает конкретного содержания, которое каждый должен открыть для себя сам.

Многие свойства этой карты основаны на научной интуиции Юнга и удивительно живом воображении. Современные ему научные методы не могли доказать или опровергнуть, например, его гипотезу о коллективном бессознательном. Сегодня мы ближе подошли к ее обоснованию. Но Юнг был художником, он использовал творческое мышление для воссоздания картины внутреннего мира. Подобно тем прекрасно иллюстрированным картам античности и эпохи Возрождения, появившимся еще до того, как картография стала наукой, карта, созданная Юнгом, иллюстративна, а не абстрактна. Здесь мы находим русалок и драконов, героев и злодеев. Как ученый-исследователь, он, безусловно, был обязан проверять опытным путем свои наития и гипотетические построения. Но и после этого в них оставалось достаточно места для воображения.

Юнг работал в области психиатрии, или медицинской психологии, как он сам иногда говорил. Его главным учителем в годы практики в клинике Бургхельцли в Цюрихе был известный швейцарский психиатр Ойген Блейер, который пустил в обращение термин «шизофрения» для обозначения одного из самых серьезных психических заболеваний и который изучал тему психической амбивалентности. Юнг искал подтверждения и доказательства своих гипотез и вовне, и в своем непосредственном опыте. Диапазон его чтения и интересов был поистине широчайшим. Как исследователь психики, он претендовал на то, чтобы нарисованная им карта описывала не только территорию его собственного внутреннего мира, но и отражала свойства человеческой души вообще. Подобно творениям великих художников, нарисованные им картины обладают способностью вызывать отклик у людей разных поколений и культур.

Я считаю, что этот швейцарский психолог, чье имя сегодня общеизвестно, на которого так часто ссылаются, но чьи труды не всегда читают внимательно и часто критикуют за противоречивость, на самом деле создал стройную психологическую теорию. Я рассматриваю ее как объемную карту, которая показывает различные уровни психики и динамику взаимоотношений между ними. Это непротиворечивое творение, которое волнует одних и оставляет равнодушными других. Его постулаты могут служить образцом научных посылок, и, тем не менее, многие из них крайне сложно эмпирически обосновать или опровергнуть. В этой области продолжается важная работа, но, какие бы результаты она ни давала, суть трудов Юнга будет и впредь привлекать внимание и восхищать. Произведения искусства никогда не устаревают, хотя карты могут терять свое значение с течением времени в связи с изменением методологии.

Представить карту души по Юнгу в небольшой книге – идея не новая. Подобные попытки предприняли, в частности, Иоланда Якоби и Фрида Фордхам. Моя книга, надеюсь, подчеркнет

всеобъемлющую согласованность теории Юнга. Ее часто излагают так: есть что-то здесь, что-то там, но то, что все эти части основаны на едином согласованном видении, которое я считаю великим видением души, не столь уж очевидно. К тому же прошло уже много лет с момента выхода тех ранних книг, предлагающих введение в теорию Юнга, и настало время для нового введения.

Моя цель – показать, что, несмотря на пробелы и противоречия, в основе карты Юнга лежит глубокое единство видения и это единство намного перевешивает случайные отклонения от логической точности. В этом плане для меня не главное показать развитие мысли Юнга или коснуться в той или иной мере ее практического применения в психотерапии и в анализе. Я хотел бы показать то интеллектуальное единство, которое стоит за путаницей комментариев и деталей, составляющих его заверченный труд. Я надеюсь, что внимательный читатель, прочтя эту книгу, сможет увидеть общую картину теории аналитической психологии, как ее излагал сам Юнг, а также определить наиболее важные детали и взаимосвязи единого целого.

Причина внутренней согласованности юнговской картины психики лежит, как мне кажется, в свойстве его мышления, которое не основывается на его эмпирической методологии. Юнг был интуитивным творческим мыслителем по образцу старых философов вроде Платона и Шопенгауэра. Он создал свою карту психики на основе идей, витавших в общей научной и интеллектуальной атмосфере эпохи, но он придал этим идеям уникальный разворот, не столько выступая с радикальными нововведениями, сколько используя общедоступное и создавая из него новые и в высшей степени четкие формы. Он, подобно великим мастерам живописи, использует известные образы и материалы и творит нечто новое, невиданное.

Кроме того, Юнг был визионером в традиции Мейстера Экхарта, Беме, Блейка и Эмерсона. Многие его озарения возникли в моменты пиковых переживаний, посещали его в снах, видениях, во время активного воображения. В автобиографии он признается, что его первым учителем в области «реальности психического» была фигура Филемона, который однажды явился ему во сне и сопровождал его на протяжении многих лет в моменты активного воображения⁵. Непосредственный опыт переживания был важнейшим источником юнговской теории, что свидетельствует о ее глубоком внутреннем единстве и согласованности.

Но при всем том Юнг оставался последовательным ученым, и это выводит его творчество за пределы опусов поэтов и мистиков. Он использовал научный метод, его труды предназначались для научного сообщества и подлежали эмпирической проверке. Его прозрения, интуиции и внутреннее понимание не просто выносились на суд окружающих; они соответствовали очевидности общечеловеческого опыта. О сильнейшей потребности Юнга оставаться научным и эмпиричным свидетельствуют несглаженные углы его теории, грубые приближения, которые можно было бы сгладить усилиями интеллекта и воображения. В эмпирическом мире – при непосредственном переживании жизни – нет порядка, она полностью не укладывается в ячейки, созданные человеческим разумом и воображением. Поскольку Юнг в одно и то же время и визионер, интуитивный мыслитель, и ученый-эмпирик, его карта человеческой души одновременно и согласованна, и, в широком понимании, систематична и непротиворечива.

Одна из причин, по которой я настойчиво читал Юнга на протяжении более чем двадцати пяти лет, – это то, что он не является насильственно непротиворечивым. Изучая таких по-настоящему систематичных мыслителей, как Тиллих или Гегель, я всегда чувствовал себя неловко в плотных тисках их железных доводов. Их мысли слишком строго организованы для меня. Куда исчезает беспорядочность и свежесть жизни? Это заставляло меня искать мудрости у художников и поэтов, а не у философов и теологов. Я подозрительно отношусь к строгим системам. Они выглядят для меня слишком параноидальными. Но я никогда не воспринимал так написанное Юнгом.

Читая Юнга, я всегда ощущал глубокое уважение к тайнам человеческой психики, и такое отношение давало мне возможность расширять горизонты. Его карта открывает перспективы вместо того, чтобы закрывать их. Надеюсь, мне удастся создать такое же впечатление у тебя, читатель.

Этот труд является вводным. Хотя я надеюсь, что даже те, кто хорошо знаком с юнгианской психологией, смогут извлечь из него что-то полезное, моя основная аудитория – это те, кто хотел бы знать, о чем говорил Юнг, но пока еще не знает, как подступиться к его богатому и сложному наследию.

Каждая глава этой книги посвящена одному из разделов его теории. Я рассматриваю отдельные фрагменты из собрания сочинений Юнга, относящиеся к конкретной части его карты. Мотивированный и любознательный читатель может на досуге продолжить свое знакомство с этими произведениями. Я надеюсь, что ознакомление с наследием Юнга, основанное на его текстах, станет дружеским приглашением погрузиться в первоисточники и проштудировать подчас непростые для понимания юнговские смыслы, вникнуть в их контекст.

Я выбрал эти фрагменты на свой вкус. С тем же успехом можно цитировать и анализировать другие, относящиеся к предмету работы. Я пытался выбрать наиболее понятные и представительные статьи и отрывки из трудов Юнга, которые продемонстрировали бы согласованность его мировоззрения. Карта души по Юнгу – это плод мощного ума, наблюдательности и творческого прозрения. Достижения немногих мыслителей современности можно сравнить с той выдающейся работой, которая заключена в 18 томах Собрания сочинений Юнга, трех томах писем, многочисленных интервью и заметок по разным поводам, его автобиографии (написанной совместно с Аниелой Яффе). Из этой горы материалов я выбрал разделы, имеющие непосредственное отношение к его теории, и оставил в стороне те, которые связаны с аналитической практикой и интерпретацией культуры, истории и религии.

Я возвращаюсь к вопросу, заданному мной выше: существует ли система в наследии Юнга? Ответом было бы, наверное, осторожное «да». Эта теория едина в той же мере, в какой Швейцария остается единой страной несмотря на то, что ее население говорит на четырех разных языках.

Целое связано воедино, даже несмотря на то, что части кажутся разрозненными и функционируют совершенно независимо друг от друга. Юнг не мыслил систематически, как это делают философы, строя свои положения на основании посылок и будучи уверенными, что части согласуются между собой без противоречий. Он претендует на то, чтобы быть эмпирическим ученым, поэтому его теоретизирование отражает неупорядоченность эмпирически переживаемого мира. Как интуитивный мыслитель, Юнг намечает основные концепции, разрабатывает некоторые их детали, а потом переходит к другим концепциям. Он нередко возвращается назад, повторяется и по дороге заполняет пробелы. Это делает его труды сложными для чтения. Чтобы получить общую картину, необходимо знать всю книгу. Читая его работы более или менее вразброс, вы через какое-то время начинаете подозревать, что отдельные части как-то согласуются в собственном представлении Юнга, но, только дочитав до конца и поразмышляв некоторое время, вы можете увидеть, как они связаны на самом деле.

Я думаю, что, проникнув в своей клинической деятельности в глубины и достигнув дальних пределов психики, Юнг чувствовал, что должен терпеливо и долго работать, чтобы достоверно изобразить эту величественную картину человеческой души. Он не спешил и, бывало, годами откладывал публикацию, пока не продвигался в построении структур, которые могли бы поддержать его убеждения в ученом мире. Поскольку мы пытаемся постичь эту картину во всей ее широте, нам необходимо помнить, что он работал над ней на

протяжении почти шести десятилетий. Не стоит требовать абсолютной согласованности от такой долгой работы, к тому же настроенной на эмпирическую действительность.

Вот какую историю рассказывали о Юнге его студенты из Цюриха. Когда однажды его обвинили в противоречиях по каким-то теоретическим пунктам, он ответил: «Я сконцентрировал свой взгляд на центральном огне и пытаюсь расставить зеркала, чтобы сделать его видимым для других. Иногда между этими зеркалами остаются пробелы, и они не стыкуются друг с другом. Я не могу исправить этого. Лучше смотрите на то, на что я пытаюсь указать!»

Я считаю своей задачей как можно точнее описать, что Юнг показывает в этих зеркалах. Это видение, которое подтверждено многими представителями нашего поколения, может быть, и есть видение на обозримое будущее. Кроме того, его наследие дает нам образ великой тайны, именуемой человеческой психикой.

Глава 1

Поверхность

Я начну рассматривать юнговскую карту души с его описания человеческого сознания и наиболее важной его особенности –

Эго. Эго – это технический термин, который происходит от латинского слова, означающего «я». Сознание – это состояние бодрствования, и в центре его находится Я. Это очевидная отправная точка, это вход в обширную внутреннюю область, которую мы называем психикой. В то же время это сложное специфическое свойство психики, все еще таящее в себе множество загадок и вопросов, остающихся без ответа.

Юнга больше интересовало то, что лежит ниже сознания во внутренних сферах психики, но вместе с тем он поставил перед собой задачу описать и объяснить человеческое сознание. Он хотел создать полную карту души, а эго-сознание является главной характерной особенностью исследуемой им территории. На самом деле Юнга нельзя назвать эго-психологом, но все-таки он приписал социальную ценность именно Эго. Он предложил список функций Эго и распознал решающее значение большего осознания для будущего человеческого существования и культуры. Кроме того, он хорошо понимал, что эго-сознание является необходимой предпосылкой психологического исследования. Это инструмент. То, что мы, как человеческие существа, знаем о чем-либо, обусловлено свойствами и ограничениями нашего сознания.

Поэтому изучать сознание – значит направлять внимание на инструмент, которым все мы пользуемся в психологических исследованиях и изысканиях.

Почему так важно – особенно в психологии – понимать природу эго-сознания? Потому что нам необходимо вносить исправления в искаженную картину. Юнг говорил, что любая психология – это личное вероисповедание¹. Каждый творческий психолог ограничен своими собственными личностными предубеждениями и неисследованными предположениями. Не все, что кажется истинным даже самому серьезному и искреннему сознанию исследователя, обязательно является точным знанием. Многие из того, что среди людей воспринимается как знание, при ближайшем критическом рассмотрении оказывается обыкновенным предрассудком или верованием, основанным на искажении, предубеждении, слухах, предположениях или чистой фантазии. Верования принимают за знание и цепляются за них, будто это надежные и несомненные факты. «Верую, чтобы понимать» – это известное

высказывание св. Августина звучит несколько странно для современных ушей, и все же такое часто случается, когда люди говорят о психологической реальности. Юнг искренне стремился исследовать основы собственных суждений, критически оценивая орудие, которым пользовался, чтобы совершать свои открытия. Он настойчиво повторял, что критическое понимание сознания в науке так же необходимо, как и в философии. Точное понимание психики или чего бы то ни было подобного зависит от состояния сознания. Юнг хотел представить критическое понимание сознания. Это было главной целью его работы над ключевым трудом «Психологические типы», где описаны восемь когнитивных схем, совершенно по-разному влияющих на человеческое сознание, а также обработку информации и жизненный опыт.

Отношение Эго к сознанию

Итак, Юнг много пишет об эго-сознании в своих работах. Я хочу обсудить, прежде всего, первую главу его последнего труда, *Aion*, озаглавленную «Эго», а также некоторые связанные с ней тексты и высказывания. Они подытоживают его позицию и показывают нам его зрелое суждение о предмете. В конце этой главы я буду обращаться также и к «Психологическим типам».

«*Aion*» можно читать на нескольких уровнях. Это произведение отражает его глубокую озабоченность западной интеллектуальной и религиозной историей и ее будущим. Здесь также можно обнаружить его наиболее тщательно продуманные мысли относительно архетипа Самости. Первые четыре главы были добавлены к книге позже, чтобы снабдить неискушенного читателя введением к его общей психологической теории и дать ключевые термины аналитической психологии. Несмотря на то что эти вводные страницы не изобилуют подробностями или техническими деталями, в них содержатся сжатые суждения Юнга относительно таких психических структур, как Эго, Тень, Анима, Анимус и Самость.

Юнг дает следующее определение Эго: «Оно представляет собой центр поля сознания как такового; и в той степени, в которой его охватывает эмпирическая индивидуальность, Эго является предметом всех личностных действий сознания»². Сознание – это «поле», а то, что Юнг называет «эмпирической индивидуальностью», является нашей личностью, какой мы ее знаем в непосредственном переживании. Эго как «предмет всех личностных действий сознания» находится в центре этого поля. Термин «Эго» относится к переживанию себя как центра воли, желания, размышления и действия. Определение Эго как центра сознания проходит через все работы Юнга.

Далее Юнг характеризует функцию Эго в рамках всей психики: «Отношение психического содержимого к Эго является критерием его сознательности, ибо никакое содержимое не может быть сознательным, если оно не представлено субъекту»³. Эго – тот «субъект», которому психическое содержимое должно быть «представлено». Оно подобно зеркалу. Более того, связь с Эго – необходимое условие того, чтобы что-либо стало сознательным: чувство, мысль, восприятие или фантазия. Эго – своего рода зеркало, в котором психика видит себя и становится сознательной. Поскольку психическое содержимое принято и отражено в Эго, постольку можно говорить о том, что оно принадлежит сознанию. Пока психическое содержимое лишь едва или только частично осознано, оно еще не схвачено и пребывает на отражающей поверхности Эго.

В абзацах, следующих за определением Эго, Юнг проводит кардинальное различие между сознательными и бессознательными чертами психики: сознание – это то, что мы знаем, а бессознательное – все то, чего мы не знаем. В другом тексте, написанном приблизительно в то же время, он дает более точную формулировку:

«Бессознательное – это не просто неизвестное, это, скорее, психическое неизвестное; и это мы определяем <...> как все те вещи в нас, которые, будучи восприняты сознанием,

по-видимому, ни в каком отношении не будут отличаться от известного психического содержимого»⁴. Различие между сознательным и бессознательным, столь фундаментально важное в общей юнговской теории психики, как и во всей глубинной психологии, указывает на то, что какое-то содержимое отражается Эго и хранится в сознании, где в дальнейшем его можно исследовать и контролировать, в то время как другое психическое содержимое пребывает вне сознания – временно или постоянно. Бессознательное вбирает в себя весь психический материал, который по какой-либо причине сколь угодно долго находится вне сознания. Фактически это обширная большая часть психического мира. Бессознательное являлось главной сферой исследований глубинной психологии, и самый страстный интерес Юнга обращен к исследованию именно этой территории. Однако более подробно об этом ниже.

Юнг в своих работах часто говорит об Эго как о «комплексе» – термин, который мы всесторонне обсудим в следующей главе. Тем не менее в «Aion» он просто называет его специфическим содержимым сознания, утверждая, что сознание есть более широкая категория, чем Эго, и вмещает в себя намного больше, чем Эго.

Чем является сознание само по себе – это поле, где расположено Эго, которое занимает и определяет его центральную часть? Если совсем просто, сознание – это осознание. Это состояние бодрствования, наблюдения и отслеживания всего того, что происходит вокруг и внутри тебя. Конечно же, люди – не единственные осознающие существа на земле. Другие животные тоже обладают сознанием, так как с очевидностью наделены умением наблюдать происходящее в окружающей среде и реагировать различными, тщательно отработанными способами. Чувствительность растений к окружающей среде тоже можно рассматривать как некую форму сознания. Само по себе сознание не выделяет человеческий вид из всех других форм жизни. Оно также не является чем-то, что отличает взрослых людей от младенцев и детей. В самом строгом смысле человеческое сознание по своим сущностным свойствам вообще не зависит от возраста или уровня психологического развития. Мой друг, наблюдавший рождение своей дочери, рассказал мне, как он был тронут, когда, после того как удалили плаценту и прочистили ей глаза, она открыла их и осмотрела помещение, вбирая его в себя. Это был очевидный признак сознания. Глаз – это индикатор присутствия сознания. Его живость и движение являются сигналами того, что на мир смотрит сознательное существо. Конечно же, сознание зависит не только от зрения, но и от других чувств. Еще в матке, прежде чем глаза младенца начнут видеть, он реагирует на голоса и музыку и демонстрирует заметную отзывчивость. Мы еще не знаем точно, когда впервые эмбрион достигает уровня осознания и способности реагировать, который можно было бы определенно назвать сознательностью, но это происходит рано и, несомненно, еще в пренатальный период.

Противоположным сознанию является глубокий сон без сновидений, полное отсутствие отклика и чувственного осознания. А длительное отсутствие сознания в теле – это практическое определение смерти, за исключением случаев долгого пребывания в коме. Сознание, даже потенциальное, является «фактором жизни»; оно присуще только живым организмам.

Все, что совершает с сознанием развитие, – добавляет в него определенное содержание. В теории человеческое сознание можно отделить от его содержания – мыслей, воспоминаний, идентификаций, фантазий, эмоций, образов и слов, которые переполняют его. Но на практике это почти невозможно. В действительности только продвинутые адепты духовных практик, видимо, способны убедительно продемонстрировать такое отделение. Тот истинный мудрец, кто способен отделить сознание от его содержания и сохранять их разделенными, чье сознание не определяется идентификациями с отдельными мыслями и образами. Для большинства людей сознание без осязаемого объекта, в котором оно могло бы укорениться, покажется чем-то чересчур эфемерным и непостоянным. Устойчивость сознания и чувство «осязаемости», как правило, обеспечиваются наличием конкретных объектов и содержаний,

таких как образы, воспоминания, мысли. Именно они создают сущность и непрерывность сознания. Однако, как свидетельствуют парализованные люди, содержание и даже эго-функции сознания – суждение, запоминание, называние, способность говорить, способность узнавать образы и людей, их лица – на самом деле являются гораздо более мимолетными и хрупкими, чем само сознание. Например, можно полностью потерять память и все еще остаться осознующим. Сознание похоже на комнату, которую временно заполняет психическое содержание. И сознание предшествует Эго, которое затем может стать его центром.

Эго, как и сознание, тоже выходит за пределы конкретного содержания, находящегося в «комнате» сознания в любой конкретный момент. Эго – это фокус в пределах сознания, его центральный элемент и, возможно, его наиболее постоянное свойство. Вопреки мнению, господствующему на Востоке, Юнг утверждает, что в отсутствие Эго сознание само ставится под сомнение. Однако верно то, что некоторые функции Эго можно приостановить или даже упразднить, не разрушив сознания полностью и что люди имеют реальную возможность хотя бы в течение короткого периода пребывать в своего рода «сознании без Эго», когда почти не проявляются признаки волевого центра Я.

Для Юнга Эго является главным центром сознания и фактически в значительной степени определяет, какое содержание останется в пределах сферы сознания, а какое будет пропущено и попадет в бессознательное. Эго ответственно за хранение содержания в сознании, и оно также может, прекратив отражать содержание, удалить его оттуда. Если воспользоваться термином Фрейда, который Юнг находил приемлемым, Эго может «вытеснять» содержание, которое кажется ему неприятным, нестерпимо болезненным или несовместимым с другим содержанием. Оно может также восстановить содержание из его хранилища в бессознательном (то есть из банка памяти), коль скоро оно: а) не заблокировано механизмами защиты, такими как вытеснение, удерживающими невыносимые конфликты за пределами досягаемости сознания, и б) имеет достаточно прочную ассоциативную связь с Эго – оно достаточно хорошо «изучено».

В своей основе Эго не состоит из приобретенного содержания сознания и не определяется им, как, например, мимолетными или даже хроническими идентификациями. Оно подобно зеркалу или магниту, что удерживает содержимое в фокусе осознанности. Но оно также проявляет волю и действует. Будучи животворным центром сознания, оно предшествует обретению языка, персональной идентичности и даже осознанию личного имени. Более поздние приобретения Эго, такие как узнавание собственного лица и имени, относятся к содержанию, тесно примыкающему к этому центру сознания, и, в свою очередь, они определяют Эго и увеличивают сферу его контроля и самосознания. По сути, Эго – это виртуальный центр осознанности, который существует, по крайней мере, с рождения, око, которое смотрит и всегда смотрело на мир из этого пункта наблюдения, из этого тела, с этой индивидуальной точки зрения. Само по себе оно ничто, то есть не нечто. Вот почему оно так неуловимо и неосязуемо. Иногда его существование вообще отрицается. И все же оно всегда присутствует. Оно не продукт воспитания, роста или развития. Оно является врожденным. И хотя оно может принимать тот или иной вид, развиваться, становиться сильнее, проходя через столкновения с действительностью (см. ниже), его ядро – это данность. Оно появляется вместе с новорожденным.

Согласно описанию психики у Юнга, существует некая сеть ассоциаций между различными содержаниями сознания. Все они прямо или косвенно связаны с центральным штабом, с Эго. Эго – не только топографический, но и динамический центр сознания. Это энергетический центр, который движет содержимым сознания и распределяет его в порядке значимости. Эго – центр принятия решений и свободной воли. Когда я говорю: «Я собираюсь на почту», – мое Эго принимает решение и мобилизует физическую и эмоциональную энергию, необходимую для выполнения задания. Эго направляет меня к почтовому отделению и встречает меня там. Оно – руководитель, который устанавливает приоритеты: «Иди на почту, не отвлекайся и не

поддаваясь желанию пойти прогуляться по парку». Эго можно рассматривать как центр «эгоизма», но оно является также центром альтруизма. Внутри и вне себя Эго, как понимал и описывал его Юнг, является нравственно нейтральным, это не «что-то плохое», как слышится многим при его упоминании в обычной речи («ах, какое у него Эго!»), а необходимая часть психологической жизни людей. Эго – это то, что отличает людей от других живых существ, тоже наделенных сознанием; оно также отделяет одного человеческого индивидуума от других человеческих существ. Это фактор индивидуализации в человеческом сознании.

Эго фокусирует человеческое сознание и придает нашему осознанному поведению постоянство и целеустремленность. В силу того, что у нас есть Эго, мы обладаем свободой принимать такие решения, которые могут бросить вызов нашим инстинктам самосохранения, размножения и творчества. В Эго содержится наша способность управляться с большим количеством материала в рамках сознания и манипулировать им. Это мощный магнит ассоциаций и организационный посредник. Именно из-за того, что люди владеют такой силой в центре сознания, они способны интегрировать большие массивы данных и управлять ими. Сильное Эго способно овладевать большими количествами содержаний сознания и произвольно перемещать их. Слабое Эго не слишком приспособлено к работе такого рода и легче уступает импульсам и эмоциональным реакциям. Слабое Эго легко отвлекается, и, как следствие, сознанию недостает концентрации и мотивации.

Люди вполне могут оставаться сознательными, приостановив многие обычные функции Эго. По собственной воле мы можем оставаться пассивными и бездействующими, просто фиксируя все происходящее вокруг и внутри, как кинокамера. Однако обычно невозможно длительное время сохранять волевым усилием созерцательное состояние сознания, потому что Эго и вся психика быстро вовлекаются в объект созерцания. Например, при просмотре кинофильма, поначалу мы можем просто следить за игрой актеров и сюжетом. Но вскоре мы начнем отождествлять себя с тем или иным персонажем, и наши эмоции оживятся. Эго готовится к действию, и, если вы испытываете трудности в различении образов кинофильма и реальности (еще одна функция Эго), у вас появится искушение совершить что-то реальное. Тогда тело мобилизуется, а Эго выбирает и определяет конкретное направление действия. В действительности кино построено так, чтобы зрители эмоционально принимали чью-либо сторону и поддерживали все, что бы ни делал или чувствовал конкретный персонаж. Вовлеченное таким образом в действие Эго, как центр желания, надежды, а, возможно, и намерения, приходит в активное состояние. Вполне вероятно, что кто-то может принять самое главное решение своей жизни во время просмотра кинофильма под влиянием чувств и мыслей, вызванных его образами. Люди покидают кинозал, преисполнившись силы или вожделения. Эго оказывается захваченным эмоциями, идентификациями и желаниями и включает свою направляющую функцию и энергию, чтобы действовать.

Очевидно, свобода Эго весьма ограничена. Оно легко поддается влиянию как внутренних психических импульсов, так и внешних стимулов окружающей среды. Эго может ответить на угрожающий стимул, защищая себя с оружием; а может прийти в состояние активности под влиянием острой потребности творить, или любить, или искать возмездия. Оно может также ответить на эго-импульс, то есть отреагировать нарциссически. Например, оно может быть захвачено жадой мести.

Таким образом, бодрствующее сознание фокусируется посредством того, что Эго регистрирует внутренние стимулы, внешние события и приводит тело в движение. Возвращаясь к истокам Эго, отметим, что они предшествуют самому раннему детству и младенчеству. Даже младенец замечает вокруг себя какие-то образы, некоторые из них кажутся ему приятными, и он тянется им навстречу. Эти самые ранние сигналы интенциональности организма – свидетельство раннего происхождения Эго, ощущения Я.

Размышление о природе и сущности этого Я приводит нас к глубоким психологическим вопросам. Чем является Эго в своей основе? Что такое Я? Юнг сказал бы просто, что Эго –

это центр сознания.

Я чувствует, возможно, наивно, что оно существовало всегда. Даже упоминания о прошлых жизнях иногда воспринимаются с готовностью. Изменяется ли Я существенным образом на протяжении жизни, остается открытым вопросом. Разве не то же Я, которое плакало по маме в возрасте двух лет, плачет об утраченной любви в сорок пять лет или об ушедшей супруге в восемьдесят? Хотя очевидно, что многие свойства Эго развиваются и изменяются, особенно те, что касаются познания, самопознания, психологической идентичности, компетентности и т. д., одновременно что-то остается неизменным в самом сердце Эго. Многие люди предпринимали активные попытки найти «внутреннего ребенка». За этим стоит признание, что тот ребенок, которым я был когда-то, – это тот же самый человек, что и я взрослый. Возможно, ядро Эго не изменяется в течение жизни. Может быть, именно на этом основаны интуиции и стойкие убеждения многих людей, что ядро Эго не исчезает вместе с физической смертью, но отходит в место вечного отдыха (небеса, нирвана) или рождается повторно в другой жизни на физическом плане (реинкарнация).

Впервые ребенок говорит «я» приблизительно в двухлетнем возрасте. До этого момента он говорит о себе в третьем лице или по имени: «Тимми хочет» или «Сара идет». В тот момент, когда ребенок становится способен сказать «я» и мыслить саморефлексивно, сознательно помещая себя в центр своего личного мира и обозначая это положение специальным местоимением первого лица, он

совершает огромный прыжок на пути к сознанию. Но не это является моментом рождения Эго. Еще задолго до этого сознание и поведение сосредоточивалось вокруг реального центра. Эго с очевидностью существует до того, как становится воспринимаемым сознательно и рефлексивно, а процесс осознания разворачивается постепенно и продолжается всю жизнь. Рост самосознания – это процесс, который проходит через многие стадии, начинаясь в младенчестве и заканчиваясь во взрослой жизни. Одну из таких стадий Юнг довольно подробно описывает в «Воспоминаниях, сновидениях, размышлениях», где он рассказывает, как в тринадцать лет, выйдя из тумана, он вдруг впервые осознал: «Теперь я сам по себе»⁵.

Именно наличием этой способности достигать высокого уровня самопознания и самосознания, то есть саморефлексивного Эго, человеческое сознание отличается от животного, насколько нам это теперь известно. Это различие относится не только к человеческой речи, дающей возможность говорить о себе «я», зная, что имеем в виду себя, и таким образом делать его более сложным, но и к очевидной функции отражения, существующей в человеческом сознании. Эта функция является доречевой и послеречевой. Это знание того, что некто существует (а позднее, что некто умрет). Именно в силу наличия Эго – этого встроенного в сознание зеркала – мы знаем, что мы есть, и знаем, какие мы. Очевидно, что другие виды животных тоже хотят жить, управляя окружающей средой, они проявляют явные признаки эмоций и сознания, а также интенциональности, исследования действительности, самоконтроля и многого другого, что мы относим к эго-функциям. Однако в сознании животных отсутствует или же присутствует в очень слабо выраженной форме именно эта отражающая функция. У них очень мало Эго. Знают ли они, что каждый из них умрет, что они – отдельные индивидуумы? Вряд ли. Поэт Рильке говорил, что животные относятся к смерти не так, как люди, и это дает им преимущество более насыщенной жизни в каждое мгновение. Животные осознают себя не в той степени, что люди, и, не имея языка, они не способны ни проявить даже ту самоосознанность, которой обладают, ни отделить себя от других, как это делают люди при помощи речи⁶.

Начиная с определенного момента в развитии, Эго и сознание человека в значительной степени формируются миром культуры, в котором личность растет и воспитывается. Это внешний уровень, или оболочка эго-структуры, которая окружает центр Эго. По мере того как ребенок взрослеет в мире культуры, изучает ее формы и обычаи в процессе семейного

воспитания и школьного образования, оболочка Эго становится все более мощной. Говоря об этих двух составляющих Эго, Юнг называет их «личность № 1» и «личность № 2»⁷. Личность № 1 – это врожденное ядро Я, а личность № 2 – его культурно приобретенный слой, который увеличивается с течением времени.

Определенная часть содержимого эго-сознания может проявлять большую стабильность на протяжении долгого времени. Собственное имя человека, как правило, является таким устойчивым свойством сознания. Иногда даже создается впечатление, будто оно срослось с Эго. В то время как имя, по сути, всего лишь обезличенное приспособление, относящееся к социальной сфере как часть

персоны (см. главу 5), однако, если его произносят ваши родители, ваш ребенок или возлюбленный, оно затрагивает самые интимные уголки вашего самоощущения. Однако следует признать, что имя является культурным артефактом и потому связано с Эго не так прочно, как, например, тело. Люди могут изменить имена, но остаться теми же самыми людьми. Пока что еще никто не смог полностью изменить свое тело, чтобы проверить, останется ли все, как прежде; если такое произойдет, мы будем знать, больше ли Эго, чем тело. Подозреваю, что ответ будет положительным несмотря на то, что тело кажется полностью сплавленным с Эго.

Существует большое искушение определить Эго как телесное осознание себя как некоей волеизъявляющей, индивидуальной, обособленной, уникальной сущности. Если бы какого-то человека стали называть по-другому, можно было бы поспорить, стало ли его сущностное Я после этого другим. Но если у человека будет другое тело, будет ли тогда Эго существенно другим? Эго глубоко укоренено в теле, гораздо больше, чем в культуре, однако насколько далеко простирается эта связь – по-прежнему открытый вопрос. Как бы там ни было, Эго чрезвычайно сильно боится смерти тела. Это страх, что за кончиной тела последует исчезновение Эго. Однако, согласно Юнгу, Эго не является строго ограниченным своей соматической основой. В «Aion» он пишет, что Эго «не простое или элементарное явление, но очень сложное, к тому же не поддающееся исчерпывающему описанию. Опыт показывает, что оно базируется на двух, по-видимому, различных, основаниях – соматическом и психическом»⁸.

По мнению Юнга, психику нельзя считать простым продуктом телесной активности, результатом химических реакций в мозге или какого-либо другого физического процесса. Важной составляющей психики является ум, или дух (греческое слово

nous наилучшим образом отражает рассуждения Юнга по этому поводу), а значит, она иногда может выходить за пределы своего физического местоположения. В следующих главах мы подробнее рассмотрим, каким образом Юнг выводит психику из комбинации физической природы и трансцендентального духа, или же ума,

nous. А пока достаточно отметить, что психическое и телесное не совпадают друг с другом и невыводимы одно из другого. К тому же Эго, о котором Юнг говорит преимущественно как о всецело психическом объекте, лишь отчасти покоится на соматической основе. Эго опирается на тело только в том смысле, что оно переживает чувство единства с телом, однако тело, переживаемое Эго, является психической реальностью. Это образ тела, а не само тело. Тело переживается «во всей сумме эндосоматических перцепций»⁹, то есть благодаря тому, как мы сознательно ощущаем свое тело. Эти перцепции тела «являются результатом эндосоматических стимулов, лишь немногие из которых переходят порог сознания. Значительная часть действует в бессознательном, то есть подсознательно»... Тот факт, что они являются подсознательными, не обязательно подразумевает, что они наделены только физиологическим статусом, и еще менее это верно относительно психического содержимого. Иногда эти стимулы способны переходить порог, то есть становятся перцепциями. Но, вне всякого сомнения, значительная часть этих эндосоматических

стимулов просто непригодна для осознания и настолько элементарна, что нет никаких причин наделять их психической природой»¹⁰.

По этой цитате видно, что Юнг проводит линию на границе психики, включая в нее эго-сознание и бессознательное, но не соматическую основу как таковую. Многие физиологические процессы никогда не затрагивают психику,

бессознательную ее часть. Они в принципе неспособны к тому, чтобы когда-либо стать осознанными. Доказано, например, что симпатическая нервная система большей частью недоступна для сознания. В то время как сердце бьется, кровь циркулирует, а нейроны возбуждаются, некоторые, хотя и не все, соматические процессы могут стать осознанными. Неясно только, насколько сильно можно развить способность Эго проникать в соматическую основу. Опытные йоги утверждают, что способны в значительной мере контролировать телесные процессы. Известно, например, что они по собственному желанию могут уходить из жизни или останавливать биение сердца. Способность одного йога усилием воли менять поверхностную температуру своей ладони была проверена и подтверждена: он мог произвольно изменять ее на десять – двадцать градусов. Это доказывает существование значительных психических способностей проникать в тело и управлять им, но все еще оставляет много неразрешенных вопросов. Насколько глубоко на клеточный уровень может проникать Эго? В какой степени тренированное Эго может сократить злокачественную опухоль или, например, успешно справиться с гипертонией? На эти и другие вопросы пока ответа нет.

Нужно иметь в виду, что есть две границы: первая отделяет сознание от бессознательного, а вторая отделяет психику (как сознательную, так и бессознательную) от соматической основы. Я расскажу подробнее об этих границах в следующих главах, но пока хочу отметить, что их надо рассматривать как гибкие границы, а не как устойчивые и неизменные барьеры. Для Юнга психика включает в себя и сознание, и бессознательное, но не распространяется на все тело в его физиологическом измерении. Юнг утверждает, что Эго опирается на психическое тело, то есть на образ тела, а не на тело само по себе. Следовательно, Эго по существу является психическим фактором.

Местонахождение Эго

Вся территория психики почти совпадает с потенциальным диапазоном Эго. Психика, согласно определению Юнга, ограничена и связана с тем местом, в котором Эго может функционировать. Однако из этого не следует, что психика и Эго – это одно и то же, так как психическое включает бессознательное, а Эго более или менее ограничено сознанием. Но бессознательное, по крайней мере, потенциально доступно Эго, даже если Эго фактически никогда не переживало какой-то бессознательный материал. Смысл здесь в том, что психическое само по себе имеет границы, и эти границы есть точки, в которых внутренние стимулы или экстрапсихические содержания не могут в принципе

никогда быть осознаны. Согласно философии Канта, которой следовал Юнг, эта непереживаемая сущность называется Ding an sich^[2]. Человеческий опыт ограничен. Психическое ограничено. Юнг не был панпсихистом, то есть человеком, утверждающим, что психическое есть повсюду и составляет собой все. За границами психического существует тело, мир гораздо больше, чем психика.

И все же нам не следует ожидать от Юнга слишком большой точности в терминологии, особенно в отношении таких терминов, как

психическое и

бессознательное. В противном случае мы получим жесткие схемы, в которых Юнг намеренно оставил пробелы и неясности. Психическое

не так уж строго совпадает с совместной территорией сознания и бессознательного, а также не ограничено в

точности областью Эго. На краях, где психика и сома пребывают вместе и где психическое встречается с миром, есть полоса полутени «внутреннего/внешнего». Эти переходные области Юнг называет психоидными. Это сфера, которая преимущественно ведет себя подобно психике, в целом не являясь психической. Она квазипсихическая. В этих сумеречных областях кроются психосоматические загадки. Каким образом душа и тело влияют друг на друга? Где заканчивается одно и начинается другое? На эти вопросы по-прежнему нет ответа.

Юнг проводит это тонкое различие в «Aion», описывая психическую основу Эго следующим образом: «С одной стороны, Эго покоится на всем поле сознания, с другой, на общей сумме содержаний бессознательного. Оно делится на три группы: во-первых, временно подсознательные содержания, которые по желанию могут быть воспроизведены (память) <...>, во-вторых, бессознательные содержания, которые не могут быть воспроизведены по желанию <...>. В-третьих, содержания, которые вообще не способны стать осознаваемыми»¹¹. Согласно предыдущим определениям, эта третья группа должна была остаться за пределами психического, и все же Юнг помещает ее в бессознательном. Очевидно, он считал, что бессознательное достигает тех мест, где уже больше нет психики, и простирается в непсихические области, то есть в «мир» за пределами психического. Но при этом, по крайней мере, на каком-то промежутке этот непсихический мир находится еще в пределах бессознательного. Здесь мы вплотную подходим к великим тайнам: основе экстрапсихического восприятия, синхронистичности, чудесным исцелениям и многому другому.

Как ученый, Юнг должен был выдвинуть аргументы и доказательства столь смелых гипотез, как существование бессознательного, личного и коллективного. Здесь он просто ссылается на аргументы, которые детализированы в других работах:

«Вторая группа может быть выведена из непосредственного вторжения подсознательных содержаний в сознание»¹². Это объясняет, каким образом комплексы влияют на сознание. «Третья группа является гипотезой; это логический вывод из фактов, подтверждающих существование второй группы»¹³. Определенные последовательные паттерны, присущие комплексам, привели Юнга к гипотезе об архетипах. Когда какие-то явления выражены и достаточно устойчивы, ученый формулирует гипотезу, которая, как он надеется, объяснит эти явления и позволит в дальнейшем их изучать¹⁴.

Эго, продолжает Юнг в тексте «Aion», опирается на два основания: соматическое (телесное) и психическое. Каждое из этих оснований имеет много уровней и частично существует в сознании, но большей частью в бессознательном. Говорить, что Эго опирается на них, – значит говорить, что корни Эго достигают бессознательного. В верхних слоях своей структуры Эго рационально, когнитивно и ориентировано на реальность, но в более глубоких и скрытых слоях оно подвержено потоку эмоций, фантазий и конфликтов, а также вторжениям из физического и психического слоев бессознательного. Таким образом, Эго очень уязвимо и для соматических проблем, и для психических конфликтов. Всецело психический организм, живительный центр сознания, прибежище идентичности и воли, Эго в своих нижних слоях открыто влияниям многих источников.

Как я уже отмечал ранее, необходимо отличать Эго от поля сознания, в котором оно расположено и для которого является центральной инстанцией. Юнг пишет: «Когда я говорю, что Эго “лежит” на всем поле сознания, я не имею в виду, что оно состоит из него. Если бы это было так, оно было бы неотличимо от поля сознания в целом»¹⁵. Как и Уильям Джеймс, который различал «я» и «меня» («I» and «me»)¹⁶, Юнг проводит различие между Эго и тем, что Джеймс назвал «потоком сознания». Эго – это точка, которая погружается в поток и может

отделить себя от потока сознания, осознавая себя как нечто отличное от него. Сознание не находится под полным контролем Эго, даже если последнее достаточно отделено от него, чтобы наблюдать за потоком и изучать его. Эго перемещается по полю сознания, наблюдая, выбирая, в какой-то мере направляя моторную активность, но вместе с тем игнорируя большое количество материала, с которым в противном случае сознанию пришлось бы иметь дело. Если вы ведете автомобиль по знакомому маршруту, внимание Эго будет блуждать и обращаться к вопросам, не связанным с ездой. Вы благополучно прибываете к месту назначения, миновав светофоры и привычные указатели, недоумевая, как же вы добрались сюда! Фокус внимания находился в другом месте, Эго блуждало и поручило езду на автомобиле сознанию, не связанному с Эго. Тем временем сознание независимо от Эго постоянно отслеживало, усваивало, обрабатывало и реагировало на информацию. В случае кризиса Эго возвращается и принимает командование. Эго часто сосредоточивается на воспоминаниях, на мыслях или чувствах или же на планах, вырванных из потока сознания. Оно оставляет все рутинные действия обыденному сознанию. Эта отделенность Эго от сознания является умеренной и непатологической формой диссоциации. В определенной степени Эго может отделиться от сознания.

Хотя рудиментарное, или примитивное, Эго, по-видимому, присутствует с самых ранних моментов сознания как своего рода виртуальный центр, во многих важных аспектах оно растет и развивается на ранних стадиях младенчества, а потом и детства. Юнг пишет: «Несмотря на то, что его основы, как психические, так и соматические, сами по себе относительно неизвестны и бессознательны, Эго является сознательным фактором *par excellence*[3]. Судя эмпирически, оно даже приобретает в процессе жизни людей. По-видимому, впервые оно возникает как результат столкновения между соматическим материалом и окружающей средой и, став однажды субъектом, продолжает развиваться в дальнейших столкновениях с внешним и внутренним миром»¹⁷. Согласно Юнгу, то, что заставляет Эго расти, – это «коллизии», столкновения. Другими словами, конфликт, тревога, боль, печаль, страдание. Именно они заставляют Эго развиваться. Требования, предъявляемые к личности в плане физической и психической адаптации к окружающей среде, формируют потенциальный центр в сознании и усиливают его способность функционировать, с тем чтобы сфокусировать сознание и мобилизовать организм в определенном направлении. Будучи виртуальным центром сознания, Эго является врожденным, но в качестве фактического и действующего центра оно обязано своим значением тем коллизиям между психофизическим телом и окружающей средой, которые нуждаются в реагировании и приспособлении. Поэтому, согласно Юнгу, определенное количество конфликтов с окружающей средой и умеренная фрустрация являются наилучшими условиями для развития Эго.

Однако эти столкновения могут быть катастрофическими и причинять психике серьезный вред. В этом случае нарождающееся Эго не усиливается, а скорее повреждается и получает настолько глубокую травму, что дальнейшее его функционирование радикально ухудшается. Пережитое в детстве насилие и сексуальная травма являются примерами таких психических катастроф. Из-за них Эго часто повреждается в самых глубоких психических слоях. Оно может функционировать нормально в когнитивном плане, но в менее сознательных частях эмоциональный разлад и отсутствие связной структуры создают серьезные нарушения характера и тенденции к диссоциации. Такое Эго не просто уязвимо естественным образом, как и любое другое Эго, оно хрупко и склонно к чрезмерной защите. В состоянии стресса оно легко теряет целостность и поэтому имеет тенденцию возвращаться к примитивному (но очень мощному) способу защиты: отгородиться от мира стеной и защищать психику от вторжений и возможного ущерба. Такие люди не могут доверять другим. Как это ни парадоксально, их и в самом деле постоянно подводят и серьезно разочаровывают другие люди и жизнь вообще. Постепенно такие личности изолируют себя от окружающей среды, которая воспринимается ими как чрезвычайно угрожающая, и могут прожить всю жизнь в защитной изоляции.

Глава 2

Внутренняя вселенная (Комплексы)

В предыдущей главе мы отметили, что эго-сознание как поверхность психического является объектом тревоги и эмоциональных реакций, возникающих вследствие противоречий между человеком и внешней средой. Юнг предполагал, что коллизии между психическим и миром выполняют положительную функцию. При умеренной выраженности они стимулируют развитие Эго, так как требуют более совершенной способности фокусироваться на определенной части сознания. В конечном счете, это ведет к развитию внутренних возможностей по разрешению проблем и к большей личностной автономии. Человек, которому приходится совершать выбор и самоопределяться, развивает в себе способность делать больше и лучше. Это можно сравнить с развитием мускулатуры при помощи изометрического напряжения. Эго развивается благодаря множеству таких стимулирующих столкновений с миром. Опасности, влечения, раздражение, угрозы и фрустрации, исходящие от других людей и от различных факторов окружения, пробуждают в сознании некоторый уровень сфокусированной энергии, и Эго мобилизуется, чтобы иметь дело с этими бросающими вызов элементами окружающего мира.

Существуют, однако, и другие тревожащие сознание факторы, прямо не связанные с окружением, как и с другими внешними причинами. Причины этих тревог проистекают, скорее, из внутренних коллизий, чем из внешних. Люди временами приходят в бешенство по самым незначительным поводам. Или они проявляют весьма причудливые представления о мире, которые ведут к необъяснимым формам поведения. Они становятся психотиками, галлюцинируют, уходят в мечты или просто сходят с ума, влюбляются до безумия или впадают в ярость.

Люди далеко не всегда действуют рационально и в соответствии с собственными интересами. «Рациональный человек», на котором основываются экономические теории, в лучшем случае только частично описывает реально существующих людей. Люди находятся под воздействием психических сил, руководствуются мыслями, которые вряд ли основаны на рациональных процессах и подвластны образам и влияниям, которые не могут быть измерены в наблюдаемом мире. Проще говоря, мы – создания, ведомые эмоциями и фантазиями в той же мере, в какой мы рациональны и приспособляемы к окружению. Мы мечтаем столько же, сколько и размышляем, а чувствуем, возможно, много больше, чем думаем. По крайней мере, многие мысли окрашены эмоциями и большинство наших рациональных расчетов служат нашим страстям и страхам. Стремление понять эту менее рациональную сторону человеческого характера побудило Юнга взяться за прикладные научные методы и посвятить свою жизнь исследованию того, что формирует и обуславливает человеческие эмоции, фантазии и поведение. Этот внутренний мир был *terra incognita*[4] в его время для его современников. И он обнаружил, что этот мир населен.

Исследование бессознательного

Вообразите на мгновение, что психика – это трехмерный объект, подобный солнечной системе. Эго-сознание – это Земля, *terra firma*[5], место, где мы живем, по крайней мере, в часы бодрствования. Космическое пространство вокруг Земли заполнено спутниками и метеоритами самых разных размеров. Этот космос можно сравнить с понятием бессознательного у Юнга, а объекты, с которыми мы встретимся в первую очередь, если отважимся на космическое путешествие, – это комплексы. Бессознательное населено комплексами. Эта территория поначалу привлекла Юнга как психиатра. Позже он назвал ее

личным бессознательным.

Он начал составлять карту этой области психического еще до того, как подробно исследовал эго-комплекс и природу сознания. Юнг предпринял это первое исследование, используя научный инструмент, высоко оцененный на рубеже столетий, – словесный ассоциативный эксперимент¹. Позже он также использовал некоторые идеи, позаимствованные из ранних произведений Зигмунда Фрейда. Вооруженный представлением о бессознательной обусловленности душевных процессов и словесным ассоциативным экспериментом, Юнг возглавил группу исследователей в научном проекте, целью которого было проведение тщательно спланированных лабораторных экспериментов для проверки возможности опытным путем оценить влияние бессознательных психологических факторов.

Результаты этого проекта были собраны в книге «Diagnostische Assoziationstudien» под редакцией Юнга. Эти исследования были проведены в психиатрической клинике Цюрихского университета при поддержке его преподавателя Ойгена Блейлера². Проект был задуман в 1902 году и выполнялся последующие пять лет. Результаты отдельно публиковались с 1904 по 1910 год в «Journal für Psychologie und Neurologie». В ходе этих экспериментов Юнг впервые использовал термин «комплекс», который он заимствовал у немецкого физиолога Г. Циена, расширив и обогатив это понятие, основываясь на собственных исследованиях и теории. Позже этот термин был принят Фрейдом и широко использовался в психоаналитических кругах³, до тех пор пока Фрейд и Юнг не разорвали свои отношения и это понятие не было почти полностью исключено из фрейдовской лексики, как и упоминание Юнга и всего юнговского.

Теория комплексов стала наиболее важным вкладом Юнга в понимание структуры бессознательного. Эта теория явилась развитием точки зрения Фрейда относительно психологических результатов вытеснения: безусловной важности детства в структуре характера и проблемы сопротивления в анализе. Эта теория сохраняет свою актуальность и в современной аналитической практике. Как же Юнг пришел к открытию этой стороны бессознательного?

Вопрос, собственно, состоял в том, как могут быть преодолены барьеры сознания. Сознание можно исследовать путем простого задавания вопросов и фиксации ответов или с помощью интроспекции. Но как можно погрузиться глубже в субъективный мир, исследовать его структуру и функционирование? Решая этот вопрос, Юнг и его исследовательская группа психиатров провели серию экспериментов с добровольцами, наблюдая, как при воздействии вербальными стимулами возникают ответы сознания – «следовые реакции», если можно так выразиться, тонкие эмоциональные реакции, которые делают очевидным существование более глубоких структур. Работая в тесном сотрудничестве со своими коллегами Блейлером, Верлином, Руерстом, Бинсвангером, Нунбергом и более других с Риклином, Юнг сначала усовершенствовал словесный ассоциативный тест в соответствии со своими целями. Он остановился на четырехстах общих, повседневных и относительно нейтральных словах-стимулах, например: стол, голова, чернила, игла, хлеб, лампа⁴. Среди этих слов были рассеяны и более провокационные: война, честный, протестовать, ударить. Затем количество слов было сокращено до 100. Слова-стимулы последовательно зачитывались испытуемому, который отвечал первым словом, которое приходило на ум и проявлял при этом самые разнообразные реакции. Были зафиксированы длинные паузы, бессмысленные ответы, рифмованные и повторяющиеся ответы и даже физиологические реакции, которые измерялись с помощью устройства под названием психогальванометр⁵.

Юнга интересовал вопрос, что происходит в психике испытуемого в момент, когда звучит слово-стимул? Его внимание привлекали эмоциональные реакции, особенно признаки возбуждения, свидетельствующие о тревоге и ее воздействии на сознание. Фиксировался не только сам ответ, но и время ответа. Затем все слова-стимулы повторялись снова и испытуемого просили воспроизвести его первые ответы. Снова фиксировались результаты.

Анализ теста, в частности, заключался в сравнении времени ответов на разные слова-стимулы. Ответы на одни слова следовали через 1 секунду, на другие – через 10 секунд, а некоторые слова вообще оставались без ответа. Затем учитывались другие типы реакций. Некоторые слова сопровождались особыми ответами типа рифм, бессмыслицы или необыкновенных ассоциаций. Юнг полагал, что такие ответы были индикаторами

комплекса признаков тревоги и проявлением защитных реакций от бессознательных психологических конфликтов. Что они могли сказать ему относительно природы бессознательного?

Комплексы

Юнг предполагал, что реакции сознания, которые регистрировались и измерялись как ответы на словесные стимулы, были связаны с бессознательными ассоциациями на услышанные слова. Его ход рассуждений согласуется с идеями Фрейда, изложенными в «Толковании сновидений», в частности с представлением о связи содержания сновидений с мыслями и чувствами прошедшего дня (или даже с мыслями и чувствами прошедших лет, вплоть до раннего детства). Такие ассоциации, однако, являются чрезвычайно тусклыми и смутными. Ассоциации существуют, утверждает Юнг, не между стимулом и словесным ответом, а, скорее, между словом-стимулом и скрытым бессознательным содержанием. Определенные слова-стимулы активизируют бессознательное содержание, а оно, в свою очередь, ассоциативно связано уже с другим содержанием. Когда стимулируется сеть ассоциативного материала – вытесненные воспоминания, фантазии, образы, мысли, – происходит некоторое возмущение в сознании. Признаки эмоционального волнения – это индикаторы комплекса. Чтобы определить точно, какова причина волнения, необходим целенаправленный расспрос испытуемого и затем, если это необходимо, внимательный анализ полученных сведений. Но, кроме того, возмущения, зарегистрированные в этом эксперименте, дают ключ к дальнейшему исследованию и подтверждают наличие бессознательных структур, лежащих ниже уровня осознания. Часто испытуемые поначалу не могли понять, почему некоторые слова вызвали у них такие реакции.

Юнг обратил внимание на то, что существенные возмущения потока сознания иногда связаны с внешне безобидными словами-стимулами, например «стол» или «сарай». При анализе систематических ответов он обнаружил, что, очевидно, беспокоящие слова могут быть сгруппированы тематически. Эти группы указывают на общий контекст. Когда испытуемых расспрашивали об их ассоциациях, связанных с этими кластерами слов-стимулов, они постепенно вспоминали эмоционально заряженные моменты прошлого. Обычно эти моменты включали и травматический опыт. Слова-стимулы вызывали болезненные ассоциации, которые были погребены в бессознательном, и эти стрессогенные ассоциации оказывали возмущающее действие на сознание. Бессознательные содержания, ответственные за эти возмущения сознания, Юнг назвал «комплексами».

Установив, что комплексы существуют в бессознательном, Юнг продолжил исследование. Используя возможности словесного ассоциативного эксперимента, он мог определять комплексы довольно точно. Точное измерение помогало трансформировать смутные догадки и спекулятивные теории в научные данные, в экспериментальные факты, что соответствовало научным воззрениям Юнга. Юнг обнаруживает, что мог бы измерить степень эмоциональной заряженности, связанной со специфическим комплексом, если подсчитать количество индикаторов комплекса и определить силу возмущений, которые он генерирует. Это показывало относительное количество психической энергии, связанной в данном комплексе. Исследование бессознательного, таким образом, могло опираться на количественные показатели. Эта информация также могла быть полезной для психотерапии, указывая на наиболее серьезные эмоциональные проблемы пациента и на то, что необходимо предпринять для их лечения. Особенно важны такие данные при краткосрочной психотерапии.

Результаты экспериментов утвердили Юнга в мнении, что есть некие психические образования за пределами сознания, которые существуют как спутники эго-сознания, при этом они способны вызывать удивительные, иногда просто драматические возмущения Эго. Эти «гремлины», эти внутренние демоны могут захватывать человека врасплох. Возмущения, исходящие из комплексов, должны быть четко отделены от раздражений, вызванных стрессорами внешней среды, даже притом, что они могут тесно переплетаться с ними.

Когда Юнг в апреле 1906 года послал «Diagnostischen Assoziationstudien» Фрейду, тот немедленно распознал родственный дух и написал ему теплые слова благодарности. Эти два человека встретились годом позже и до разрыва в 1913 году их взаимоотношения были эмоционально и интеллектуально насыщены и связаны с высокими и далеко идущими целями. Можно сказать, что они преуспели в стимулировании друг у друга ядерных комплексов. И конечно, их объединял глубокий интерес к бессознательному. Личная дружба с Фрейдом оказала огромное влияние на дальнейший путь Юнга в психиатрии и в становлении собственной психологической теории. И его развитие как психиатра, и его теория в первоначальном виде формировались в тени личности Фрейда. Тем не менее юнговская карта внутреннего мира в ее окончательном виде вполне независима от фрейдовского влияния. Для читателей, знакомых с работами Фрейда, это станет очевидным при прочтении этой книги. Эти два человека существовали как будто в различных интеллектуальных вселенных.

К 1910 году разработка теории комплексов была в значительной степени завершена. В дальнейшем он нечасто обращался к этой теме, не добавлял нового материала и особенно не пересматривал своих представлений относительно базового понятия комплекса, за исключением идеи, что каждый комплекс содержит архетипический (то есть врожденный, примитивный) компонент. «Обзор теории комплексов»⁶, изданный в 1934 году, является превосходной итоговой работой. В этой работе, написанной много лет спустя после разрыва с Фрейдом, Юнг сделал ряд подчеркнуто уважительных ссылок на своего учителя и коллегу и в отношении психоанализа в целом, подтверждая огромное значение идей Фрейда для его собственной работы над теорией комплексов. Из всех частей теории Юнга именно учение о комплексах отмечено наиболее выраженным влиянием Фрейда.

Стоит заметить, что Юнг представил «Обзор теории комплексов» на 7-м конгрессе по психотерапии в мае 1934 года в Бад-Нейхеме, в Германии. В то время Юнг был президентом Международного медицинского общества психотерапии, которое проводило эту конференцию. Политическая ситуация в Германии того времени общеизвестна. Нацисты, недавно пришедшие к власти, подвергли нападкам Фрейда как источник отравляющего еврейского влияния, которое они хотели изъять из немецкой культуры. Книги Фрейда сжигались, а его идеи яростно преследовались. Юнг был вице-президентом организации и, приняв президентство в 1933 году, столкнулся со сложными и опасными политическими факторами. С одной стороны, это было страшное время для лидерства в любой организации в немецкоговорящих странах. Нацисты зорко, как ястребы, следили за ревизией их расистских доктрин. Медицинское общество не было исключением. Юнг подвергался сильному давлению со стороны должностных лиц, которые стремились привести все в соответствие со своей политической программой. С другой стороны, в этот момент психиатры, не немцы, определяли свое отношение к этой международной ассоциации. Юнг стремился сохранить организацию как международное медицинское общество. Одним из его первых действий на посту президента было изменение устава общества, чтобы немецкие доктора-евреи могли поддерживать индивидуальное членство в нем даже в случае их исключения из всех немецких медицинских обществ. В 1933 году мало кто мог предположить, каким агрессивным и всепоглощающим окажется импульс зла нацистских лидеров.

Теневая сторона этого периода заключалась, возможно, в испытании профессиональных амбиций Юнга. Фрейд был самым выдающимся среди психиатров и физиологов Германии в течение предыдущего десятилетия, но теперь идеи Юнга получили возможность реванша. С

этической точки зрения, Юнг был подобен эквилибристу на натянутом канате. Научный мир и общественное мнение были в ожидании и ловили каждое сделанное им в этот период движение. Решение Юнга принять президентство этой медицинской организации в 1933 году и его дальнейшая деятельность на этом посту вплоть до 1940 года являются темой горячих дискуссий как в то время, так и сейчас. Находясь под серьезным политическим давлением, в первые годы президентства Юнг допускал высказывания и поступки, которые дали основания для обвинений его в сочувствии политике Гитлера и его программе «очищения немецкой расы»⁷.

Аргументом в защиту Юнга является содержание «Обзора теории комплексов», который был представлен в Германии в 1934 году, поскольку в этом президентском докладе он ни в коей мере не обесценивает важность открытий Фрейда. Напротив, фактически он подчеркивает влияние давнего наставника на свою работу в гораздо большей степени, чем ожидалось, учитывая их разрыв и отсутствие общения в течение двадцати лет. В Германии 1934 года нужна была смелость, чтобы говорить о Фрейде даже в слегка положительном тоне.

«Обзор» начинается с обсуждения работы со словесными ассоциациями, выполненной в ранний период деятельности Юнга. Уделив значительное внимание реакциям людей друг на друга при общении в клиническом сеттинге и других видах доверительных отношений, он сосредоточивается на психологических закономерностях экспериментальной ситуации как таковой. Он указывает, что ситуация тестирования сама по себе уже ведет к констелляции комплексов. Люди воздействуют друг на друга, и, когда они вступают во взаимодействие, между ними устанавливается определенное психическое поле, которое пробуждает комплексы.

Термин «констелляция» часто появляется в текстах Юнга и является достаточно важным в юнгианском словаре.

Это слово зачастую понимается не совсем верно. Обычно это относится к воссозданию психологически заряженного момента, когда сознание или уже захвачено комплексом, или приближается к такому состоянию. «Этот термин просто выражает факт, что внешняя ситуация разблокирует психический процесс, в котором определенное содержание собрано воедино и готово к действию. Когда мы говорим, что человек находится в ситуации констелляции комплекса, мы имеем в виду, что он занимает позицию, в которой он обречен реагировать совершенно определенным образом»⁸. Реакции, продиктованные комплексом, абсолютно предсказуемы, если вы знаете, каковы специфические комплексы человека. Мы можем описать нагруженные комплексом области психического как «кнопки». Можно сказать: «Она знает, какие кнопки у меня нужно нажимать!» Когда вы нажимаете определенную «кнопку», то получаете эмоциональную реакцию. Другими словами, вы создаете констелляцию комплекса. Узнав человека ближе, вы уже знаете некоторые из его «кнопок» и избегаете этих чувствительных для него областей или меняете свой привычный стиль обращения с этими зонами.

Каждый человек знает, что такое констелляция комплекса, на собственном опыте. Она происходит в широчайшем спектре эмоций, от легкого беспокойства до впадения в бешенство. Когда комплекс констеллируется, человек находится под угрозой потери контроля над эмоциями и до некоторой степени упорядоченного поведения. Люди реагируют иррационально и часто потом жалеют о содеянном. Психологически мыслящий человек живет с депрессивным осознанием того, что он не единожды был в этом состоянии прежде и реагировал именно таким образом. Более того, он не способен был воздержаться от повторения этого и на сей раз. При констелляции человек оказывается захвачен демонами, сила которых превышает его индивидуальную волю. Это создает чувство беспомощности. Даже когда человек видит, как он превращается в безвольную жертву внутреннего принуждения, говорит или делает что-либо, прекрасно понимая, что этого лучше не делать, все равно прокручивается знакомый порочный сценарий. Ситуацией, констеллирующей

комплекс, вызываются к жизни мощные интрапсихические силы.

Архитектура этих констелляций «определяется комплексами, обладающими своей собственной специфической энергией»⁹. «Энергия» комплекса (этот термин будет полнее раскрыт в следующей главе) соотносится с потенциальным количеством чувств и действий, которые находятся в «магнитном поле» ядра комплекса. Комплексы обладают энергией, которую можно представить в виде вращения электронов вокруг атомного ядра. При стимуляции ситуацией или событием они порождают вспышку энергии и переходят на другой уровень, и так повторяется, пока они не проявятся в сознании. Их энергия проникает через оболочку эго-сознания и затопляет его, тем самым побуждая разрядить часть эмоциональной энергии. Когда это происходит, Эго не вполне может управлять сознанием, как, впрочем, и телом. Человек оказывается во власти этих разрядов энергии, происходящих вне контроля Эго. Единственное, что остается Эго в случае высокой интенсивности процесса, – это удержать часть энергии комплекса внутри себя и минимизировать эмоциональные и физические вспышки. Но в значительной степени ни один из нас не может быть полностью ответствен за то, что говорит и делает, будучи захваченным комплексом. Само собой разумеется, это не может быть оправданием в суде. Иногда общество устанавливает более суровые стандарты по сравнению со стандартами психики.

Комплексность психики (извините за игру слов) становится очевидной. Теорию Юнга иногда называли «комплексной психологией» (вместо известного названия «аналитическая психология»); и комплексность, и понятие комплекса составляют основу его представления о психическом. Психическое полицентрично, его различные центры обладают собственной энергией, целями и даже некоторым сознанием.

При таком способе осмысления личностной организации эго-комплекс оказывается одним среди многих. Каждый комплекс при этом имеет собственный специфический квант энергии. Когда мы говорим об энергии Эго, мы понимаем под этим «свободную волю». Если мы хотим определить энергию, связанную с комплексом, мы говорим о силе наших внутренних демонов. Эти иррациональные компульсивные силы могут захватывать нас и в большей или меньшей степени диктовать нам свои желания. Комплекс, как правило, действует внутри области сознания, но это не всегда так. Иногда возмущения происходят вне психического как такового. Юнг обратил внимание на то, что комплекс может воздействовать на объекты и других людей в окружающем мире, подобно полтергейсту или очень тонкому влиянию на других людей.

Юнг сделал еще одно интересное наблюдение относительно комплексов. Человек иногда может блокировать влияние внешнего стимула и пресекать констелляцию комплекса: «Личности с сильной волей могут посредством словесной активности экранировать значения слов-стимулов быстрой реакцией, так что они не достигают их вообще, исключая случаи, когда защищаются действительно важные личностные тайны»¹⁰. Это означает, что люди могут управлять своими бессознательными реакциями, намеренно экранируясь от внешних стимулов. Преодолевая это препятствие в ситуации тестирования, Юнг создал, по сути, прообраз детектора лжи. Это был побочный продукт словесного ассоциативного эксперимента.

Измеряя электрическую проводимость кожи с помощью психогальванометра, Юнг показал, что изменения в проводимости соотносимы с признаками комплексов. Другими словами, когда человек лжет или пытается скрыть очевидные, заряженные комплексом реакции, Эго способно исключить некоторые внешние признаки, но гораздо труднее подавить более тонкие физиологические реакции. При ответе на слово или вопрос, провоцирующее комплекс, человек мог реагировать увлажнением ладоней, дрожью в теле или сухостью во рту. Измеряя проводимость кожи, Юнг нашел усовершенствованный метод фиксации признаков комплекса. Используя это устройство, Юнг смог расследовать случай грабежа в своей психиатрической клинике¹¹. Само собой разумеется, что этот метод не безошибочен.

Большинство людей через эго-функции способно до некоторой степени нейтрализовать эффекты комплексов. Эта способность отвечает интересам адаптации и даже выживания. Это родственно (или возможно идентично) способности к диссоциации. Если этого не происходит, эго-функция может быть нарушена как раз в момент опасности, когда «холодная голова» крайне необходима. В профессиональной деятельности в интересах дела необходимо отодвигать собственные комплексы в сторону. Психотерапевт должен быть способен держать в рамках собственные эмоции и личные конфликты во время работы с пациентами. В интересах пациента, чья жизнь течет не лучшим образом, врач должен оставаться спокойным даже в моменты полного хаоса в своей собственной жизни. Любая работа должна выполняться вне зависимости от того, что происходит в личной жизни. Как говорят в театре, *show must go on*[6]. Это требует способности, как минимум, в некоторой степени отключить влияние комплексов на эго-сознание. Обсуждая способность контейнировать собственную тревогу и реакции комплексов, Юнг приводит пример бесспорного мастера этого искусства, дипломата Талейрана. Дипломаты действуют согласно инструкциям глав государств и используют словарь, который позволяет ограничить до минимума их собственные чувства и предпочтения. Они преуспевают в искусстве речи, скрывающей эмоции и признаки комплексов. Впрочем, их преимущество связано с тем, что они не подключены к психогальванометру.

Уровни бессознательного

Обычно считается, что комплексы должны быть «индивидуальными». И большинство комплексов, несомненно, возникает у людей благодаря их собственной жизненной истории, и принадлежат они конкретному человеку. Но существуют также семейные и социальные комплексы. Они принадлежат индивидууму не больше, чем ему принадлежит, например, инфекционное заболевание. Такие вещи имеют коллективный смысл, а люди лишь «подхватывают» их. Это означает, что в обществе множество людей имеют похожие элементы внутренней организации. Люди, выросшие в одной семье или в родственном окружении, а также в одной культурной традиции, используют много схожего из общей бессознательной структуры. Даже в таком большом и разнообразном обществе, как американское, существует немало социальных процедур, единых для всей популяции. Почти каждый ребенок идет в школу в возрасте пяти – шести лет, переживает похожие стрессы от тестирования и травмы от неудач и унижений, затем проходит через тревогу во время экзаменов при поступлении в колледж или во время собеседований при приеме на работу. Все эти общие переживания в присутствии различных, но находящихся в похожей позиции «властей» создают социально обоснованные психологические паттерны, тонко программируя индивидуальное бессознательное. Типичные травмы создают типичные комплексы. Иногда они генерализуются. Раньше было принято говорить о «менталитете депрессии», характеризуя людей, переживших 1930-е годы и травму Великой депрессии. Сегодня мы говорим «ветеран Вьетнама», имея в виду всех, кто участвовал во Вьетнамской войне, обобщая более или менее сходный тип формирования комплекса из травматического опыта этой войны.

Можно задуматься об уровне бессознательного, связанного с культурой, своего рода культурном бессознательном¹². Оно индивидуально в том смысле, что приобретается в ходе личной истории, но имеет коллективный смысл, так как принадлежит группе. Бессознательное на этом уровне структурировано общепринятыми культурными образцами и отношениями, что ограничивает влияние сознательных установок человека, а также более специфических комплексов в бессознательном ближайшего культурного окружения. (Культурное бессознательное отличается от коллективного бессознательного, о чем я буду говорить в главе 4.)

В связи с этим возникает интересный вопрос о том, как формируются комплексы. Обычный ответ – в результате травмы. Но давайте поместим это в более широкий социальный контекст. Некоторые исследования Юнга, проведенные методом словесных ассоциаций,

были посвящены влиянию семьи на формирование бессознательных содержаний у детей. В ходе словесного ассоциативного эксперимента он обнаружил поразительное сходство паттернов формирования комплексов у членов одной семьи, например у матери с дочерью, у отца с сыном, а также у матери с сыном. Из всех этих пар самым близким сходством обладали мать с дочерью. Их ответы на слова-стимулы указывали на почти одни и те же тревоги и конфликты. Из этого Юнг заключил, что бессознательное в значительной степени копируется через близкие связи семейного окружения. Но как именно это происходит, в его статье не проясняется. Является ли это прямой передачей? Или это повторение похожих травм, передающихся из поколения в поколение? Этот вопрос остается без ответа.

По мере развития ребенка эти ранние психические структуры изменяются под влиянием более широкого культурного окружения. Постоянное воздействие на психику социальных и культурных стимулов через телевидение и школу становится более значимым в поздний период детского развития, что уменьшает психологическое влияние этнических и культурных особенностей семьи, по крайней мере, в плюралистическом обществе, подобном американскому. Когда же центральную значимость приобретает группа сверстников, возникают новые важные структурные элементы, многие из которых, тем не менее, основаны на распространенных культурных стереотипах. И все же ранние комплексы, берущие начало в семейной истории, не исчезают из психического. Материнский и отцовский комплексы остаются преобладающими на сцене индивидуального бессознательного¹³. Их значимость бесспорна.

Образы психического

Чтобы добраться до базисной структуры комплекса, необходимо разбить его на части. «От чего зависит эмоциональный настрой комплекса?» – спрашивает Юнг, продолжая исследование. «От образа определенной психической ситуации, который окрашен эмоционально и, кроме того, несовместим с привычными установками сознания»¹⁴. Слово «образ» является здесь ключевым. Это чрезвычайно важная категория для Юнга. Образ определяет сущность психики. Иногда в применении к комплексу Юнг вместо понятия «образ» использует латинское слово «*imago*». «Материнское имаго» – это материнский комплекс в отличие от реальной матери. По сути, комплекс – это образ, который принадлежит исключительно субъективному миру, он «сделан» от чистого психического, так сказать, хотя он может относиться к реальному человеку, опыту или ситуации. Его не стоит смешивать с объективной реальностью, с реальными людьми, с реальными материальными объектами. Комплекс – это внутренний объект, и в своем ядре он является образом.

Иногда можно отметить удивительное соответствие между психическим образом и действительностью даже в том случае, когда совершенно невозможно предположить, что в психическом был запечатлен реальный опыт. Конрад Лоренц, известный этолог, изучал врожденные рефлекторные реакции некоторых животных на специфические стимулы. Например, цыплята, которые никогда не видели ястреба, каким-то образом знали, что нужно бежать в укрытие, если видели на земле тень от летящего в небе ястреба. Используя устройство, которое симулировало движущийся в небе контур ястреба, этологи продемонстрировали, что необученные цыплята, видя тень, стремятся в укрытие. Защитная реакция на появление хищника изначально «встроена» в систему цыпленка, распознавание образа хищника имеет врожденную природу, он определяется еще до момента научения.

Комплексы функционируют подобным способом, только у человека они имеют, скорее, квазиинстинктивную природу. Они действуют подобно инстинктам, производя спонтанные реакции в определенных ситуациях или на определенных людей, но их нельзя считать вполне врожденными, как в случае инстинктов. Чаще всего они являются результатом переживания – травмы, семейного влияния, культурных устоев. Они сплавлены с врожденными элементами, которые Юнг назвал архетипическими образами, составляя общее образование, собственно комплекс. Комплексы – это то, что остается в психическом

после того, как произошло «переваривание» опыта и воссоздание его в виде внутренних объектов. Функция комплексов для человеческой психики эквивалентна функции инстинктов для других млекопитающих. Imago, или комплексы, если можно так выразиться, составляют человеческие инстинкты.

Сновидения наполнены этими бессознательными образами, комплексами. Юнг часто определяет комплексы как то, что формирует сновидения. С течением времени, изучая сновидения, мы получаем образы, паттерны, стереотипы и темы, из которых складывается картина индивидуальных комплексов человека.

«Этот образ имеет выраженную внутреннюю согласованность, он целостен сам по себе и, кроме того, обладает высокой степенью автономии. Таким образом, подчиняясь сознательному разуму лишь до определенных пределов, он ведет себя подобно одушевленному чуждому телу в сфере сознания»¹⁵. Каждая из этих характеристик образа – внутренняя согласованность, целостность и автономия – важный аспект юнговского определения комплекса. Комплекс обладает завидной стабильностью, он устойчив и долговременен. Оставаясь в собственном пространстве, без вмешательства со стороны эго-сознания, комплекс особенно не меняется. Об этом свидетельствует повторение человеком одних и тех же паттернов эмоциональных реакций и отреагирований, ошибок, неудачных выборов на протяжении жизни.

Анализ пытается обнаружить комплексы и вынести их на свет сознательной рефлексии Эго. Такое вмешательство позволяет их несколько изменить. В анализе человек изучает, как комплексы функционируют, что вызывает их констелляцию и что может предотвратить их бесконечное повторение. Без такого вмешательства со стороны Эго комплекс будет вести себя как одушевленный чуждый организм или как инфекция. Захваченный комплексом, человек может чувствовать себя совершенно беспомощным, потерявшим всякий контроль над своими эмоциями.

Вообще психологические эффекты констелляции комплексов сохраняются в течение длительного времени после окончания воздействия стимула. «Некоторые экспериментальные исследования показывают, что кривая интенсивности или активности [комплекса] имеет волнообразный характер с длиной волны, измеряемой часами, днями или неделями»¹⁶. Стимул, провоцирующий комплекс, может быть большим или малым, длительным или кратким, но его воздействие на психику длится продолжительное время и достигает сознания волнами эмоций или тревоги. Одним из признаков эффективности психотерапии является то, что вызванные комплексом возмущения сохраняются в течение более коротких, чем прежде, отрезков времени. Более быстрое восстановление нарушений, вызванных комплексом, свидетельствует как об увеличении силы Эго и его способности интегрировать психический материал, так и об уменьшении силы комплекса. Тем не менее важно понимать, что невозможно избавиться от комплекса окончательно. Волнообразные эффекты последствия комплекса истощают и изматывают. Отреагирование напряженного комплекса может отнимать огромное количество психической и физической энергии.

Субличности

Комплексы могут быть представлены так же, как личностные фрагменты, или субличности. Каждый взрослый человек в определенной степени способен к дезинтеграции, потому что он как личность организован из различных фрагментов. «Результаты моего изучения комплексов подтверждают неутешительную картину возможности психического распада, что указывает на отсутствие принципиальных различий между фрагментированной личностной организацией и комплексом. Все их определяющие свойства сходны, пока мы не задаемся непростым вопросом фрагментации сознания. Субличности, несомненно, имеют собственное сознание, но можно ли говорить о сознании в случае таких незначительных психических фрагментов, как комплексы? Этот вопрос все еще остается без ответа»¹⁷. Юнг поднимает здесь важный,

но чрезвычайно тонкий вопрос о различиях между естественной диссоциацией, более серьезными диссоциативными нарушениями и множественным личностным расстройством.

Каждый человек может и вынужден время от времени диссоциировать, то есть переживать умеренные измененные состояния сознания или изоляции от травматического опыта, для того, чтобы нормально функционировать. Захваченность комплексом сама по себе уже является состоянием диссоциации. Эго-сознание встревожено и в зависимости от продолжительности этого состояния может быть охвачено заметной дезориентацией и беспокойством. Так как комплексы обладают особым типом сознания, человек, находящийся «в комплексе», одержим своего рода чуждой личностью. При множественном личностном расстройстве эти различные состояния сознания не связаны сознанием воедино и Эго не способно соединить части психического. В этом случае Эго ограничено вследствие фрагментации сознания, а другие комплексы претендуют на обладание своего рода собственной эго-функцией, причем каждый действует более или менее независимо. Каждый имеет собственную идентичность и даже собственный способ контроля над телесными функциями. Некоторые наблюдения за множественными личностями обнаруживают удивительные психосоматические связи в каждой из субличностей. Преобладание одной субличности может выявить физические способности или, наоборот, затруднения, отсутствующие при доминировании других субличностей. Одна субличность реагирует аллергической реакцией на табачный дым, а другая может быть заядлым курильщиком.

Множественная личность являет собой крайнюю форму личностной диссоциации. Так бывает, если естественно протекающие в психике процессы интеграции резко прерывались тяжелой (обычно сексуальной) травмой детства. Но в умеренной степени каждый является множественной личностью, потому что каждый имеет комплексы. Различие в том, что комплексы, как правило, подчинены интегрированному Эго и эго-сознание вполне удерживается при констелляции комплекса. В целом комплексы связывают меньшее количество энергии, чем Эго, и обнаруживают только ограниченное самосознание. Эго, напротив, имеет значительную энергию, которой способно распоряжаться, и оно остается первичным центром сознания.

В то время как Эго ответственно за большую часть того, что мы называем мотивацией и намерением, у других комплексов, видимо, также есть свои самостоятельные цели и воля. Часто это находится в конфликте с желаниями эго-комплекса. Юнг описывает комплексы как «актеров наших сновидений, противостоять которым мы бессильны; они будто волшебные существа, представленные в датской сказке о священнике, который пробовал научить молитве двух эльфов. Они прикладывали величайшие усилия, чтобы точно повторить за ним слова, но в самом первом предложении не могли избежать ошибки, говоря: “Наш Отец, который не на небесах”. Как можно было ожидать исходя из теоретических оснований, эти озорные комплексы не были способны к исправлению»¹⁸. Мораль этой истории состоит в том, что комплексы не позволяют делать то, чего хочет Эго. Они неподатливы. Они подобны застывшим образам – воспоминаниям травматического опыта. И проявляются они не только в сновидениях, но и в повседневной жизни, обрекая Эгона чувство бессилия.

Структура комплексов

Комплекс, по Юнгу, состоит из ассоциативных образов и застывших воспоминаний травматических моментов, погребенных в бессознательном и труднодоступных для Эго. Эти воспоминания вытеснены. Эмоции связывают различные ассоциированные элементы комплекса и удерживают их вместе. Это своего рода клей. Кроме этого, «эмоционально звучащее образование, комплекс, состоит из ядерного элемента и большого числа вторичных констеллированных ассоциаций»¹⁹. Ядерным элементом, центральным образом или переживанием, на котором базируется комплекс, является замороженное, застывшее воспоминание. Это ядро состоит из двух частей: образа или следа реальной травмы в психическом и близко ассоциированной с ней врожденной (архетипической) части. Двойное

ядро комплекса растет, собирая ассоциации вокруг себя, нередко в течение всей жизни. Если, например, мужчина напоминает женщине ее отца резким, требовательным голосом, взглядами на жизнь, интенсивностью эмоциональных реакций и т. д., он с очевидностью вызывает констелляцию у нее комплекса отца. При регулярном общении этот новый материал добавляется к комплексу. Если мужчина еще и злоупотребляет ее чувствами, использует ее, отрицательный комплекс отца будет усугубляться и накаляться и она станет еще более уязвимой в ситуациях, где возможна констелляция комплекса отца. Естественно, что она будет стремиться избегать таких людей, но, с другой стороны, может обнаружить у себя иррациональное влечение к ним. В любом случае ее жизнь становится все более ограниченной этим комплексом. Чем сильнее комплекс, тем больше он ограничивает свободу выбора Эго.

То, что комплексы могут изменяться под действием переживания, безусловно, идет человеку во благо, на чем, собственно, и основан целительный потенциал психотерапии. Терапия включает своего рода «отогревание» образов-воспоминаний, «замороженных» в комплексе. Это может до некоторой степени переструктурировать личность благодаря тому, что перенос позволяет врачу занимать место родителей, как матери, так и отца (среди других фигур психики), на различных стадиях терапии. Когда родительский комплекс констеллируется терапевтом, встреча пациентов с разными родительскими фигурами добавляет материал к старому комплексу и формирует в нем и вокруг него новый пласт. Эта новая структура кардинально не заменяет старую, но может существенно ее модифицировать, особенно в той части, где комплекс больше всего ограничивает жизнь человека самым разрушительным образом. Резкость травмирующего родительского имago может быть смягчена, растоплена или замещена новыми структурами.

Другая часть ядра комплекса – «врожденный фактор характера человека, определяющий его склонности»²⁰. Эта часть архетипическая. В случае родительского комплекса, например, это архетипический образ матери или отца – образ, возникший не из личного опыта, а из коллективного бессознательного. Архетипические элементы личности – это врожденные склонности реагировать, поступать и общаться определенными, типичными и предсказуемыми способами. Они сходны с врожденными механизмами разрядки у животных. Они унаследованы, а не приобретены и принадлежат каждому человеку на основании уже того, что он рожден человеком. Они – это то, что делает нас собственно людьми. Не только тело, но и душа, психика, является специфически человеческой, в ней созданы предпосылки для всего дальнейшего опыта, развития и воспитания. В дальнейшем я вернусь к этому вопросу в связи с теорией Юнга об архетипах. На данном этапе важно отметить, что архетипические элементы психики проявляются в повседневной жизни через переживание комплексов.

Обобщая, можно сказать, что комплексы создаются травмой. До момента травмы архетипическая часть существует лишь образно, как мотивирующая сила, но в ней нет беспокоящего и порождающего тревогу качества комплекса. Травма создает эмоционально насыщенный образ-воспоминание, который ассоциируется с архетипическим образом, сливается с ним и застывает в более или менее постоянную структуру. Эта структура содержит определенное количество энергии, и с ней могут ассоциативно связываться другие образы, создавая сеть. Таким образом, комплекс обогащается и расширяется за счет более позднего опыта подобного рода. Но не все травмы имеют внешнюю природу и причиняются болезненными столкновениями с окружающим миром. Возможны травмы, которые возникают в индивидуальной психике по внутренним причинам. Юнг указывает, что комплексы могут также быть созданы или усилены «моральным конфликтом, который проистекает из очевидной невозможности подтвердить совершенство индивидуальной природы»²¹. Вечно меняющиеся моральные установки в нашем обществе часто делают невозможным в полной мере утвердить нашу целостность. Мы должны отвергать наши истинные чувства и воздерживаться от их выражения, чтобы достигать целей, а иногда, чтобы просто выжить.

Подобные социальные приспособления, служащие адаптации, создают социальную маску, «персону», которая исключает существенные части личности. В целом люди предпочитают быть включенными в определенные социальные группы, а тот, кто слишком непосредственно выражает себя и не соответствует стандартам группы, подвергается остракизму или становится маргиналом. Эта социальная дилемма приводит человека к тому, что Юнг называет моральным конфликтом. На самом глубоком уровне существует непреложное стремление к целостности. Человеческая природа протестует против ограничений, налагаемых обществом и культурой, если они слишком сильно подавляют эту врожденную тягу к целостности, создавая тем самым источник комплексов.

Это проблема была актуальна для Фрейда в ранний период его деятельности. В венском обществе того времени на уровне внешних приличий проявления сексуальности были подавлены, что не соответствовало действительным сексуальным нравам и выражалось в лицемерии. Фрейд продемонстрировал, что конфликты вокруг сексуальности становятся источником психологических проблем и создают невроз. Сексуальность, которая имеет врожденный характер и присуща человеку изначально, становится несовместима с социальными нормами, поэтому возникает расщепление между сознанием и вытесняемым материалом. Это создает сексуальный комплекс, вокруг которого организуется травматический опыт. Главное, что делает вытеснение сексуальности источником патологии, – это настоятельное стремление человеческого существа к изначальной целостности, которое предполагает устранение подавления сексуальности. Невротический конфликт – это не конфликт между индивидуумом и обществом как таковыми, на чем настаивает Фрейд, это моральный конфликт, исходящий из психического, между тенденцией к отрицанию себя и стремлением самоутвердиться.

Извержение комплексов

Комплексы характеризуются способностью внезапно и спонтанно прорываться в сознание и овладевать функциями Эго. Однако спонтанность может быть только поверхностным впечатлением. Если заглянуть в недавнее прошлое, то можно обнаружить малозаметный провоцирующий стимул. Когда Эго захвачено, оно уподобляется комплексу и реализует его цели, в результате происходит то, что мы называем «отреагированием». Люди, склонные к отреагированию, часто не осознают того, что с ними происходит. Они просто «не в настроении», и их поведение, как им кажется, не выходит за рамки Эго. Но в этом-то и заключается природа захваченности комплексом: Эго находится в заблуждении, что оно свободно себя выражает. Только ретроспективно человек осознает: «Как будто что-то овладело мной, и я совершил это. Я не понимал, что я творю!» Если ему указывают на то, что ему свойственно отреагирование, такой человек, как правило, защищается гневом. Человек, захваченный комплексом, не воспримет такое замечание доброжелательно. Юнг пишет, что в средневековье эта идентификация с комплексом «носила другое имя. Это называлось одержимостью. Может быть, это трудно представить, но, скорее всего, нет принципиальной разницы между оговоркой, вызванной комплексом, и самыми откровенными богохульствами»²². Отличие лишь в степени. Степень одержимости может быть разной: от легких, секундных состояний до хронических и психотических. При одержимости мы видим, как внезапно проявляются те свойства личности, которые не являются характерной частью Эго. Эти неизвестные свойства происходят из бессознательного и внезапно опознаются Эго как внутренняя противоположность. Теперь человек одержим бесом и проклинает то, что сознание прежде считало самым священным.

Люди, страдающие синдромом Туретта, демонстрируют такое поведение постоянно. Человек, признанный современной психологией в качестве «нормального», проявляет свои отщепленные части личности множеством тонких способов, иногда это почти незаметные оговорки, забывчивость. В течение одного часа человек может сменить несколько состояний сознания, настроений, субличностей и едва замечать эти сдвиги. Эти тонкие движения приобретают резко выраженные формы на уровне настоящей одержимости. Одержимость

несет в себе более крайние и критические качества, особый, характерный тип которых трудно не заметить. Комплекс спасителя, например, обычно развивается вследствие болезненного детского опыта отвергнутости и затем проявляется в безмерной доброте и стремлении всем помочь. Эти свойства, однако, не интегрированы с Эго – скорее, они имеют тенденцию прибывать и убывать, потому что коренятся в автономном комплексе, который слабо контролируется Эго. Это люди, которые стремятся быть полезными и заботливыми, независимо от того, насколько разрушительным это может быть по отношению к себе или другим. На самом деле их поведение управляется комплексом и, следовательно, не подлежит контролю Эго. Оно при этом имеет тенденцию более или менее произвольно колебаться. Происходят неожиданные, внезапные и необъяснимые перемены в поведении: иногда такой человек чрезмерно внимателен и заботлив, а в другое время он безжалостен и безразличен, а порой и жесток. Другие осколки психики (комплексы) конкурируют за покровительство Эго. Склонное к одержимости Эго едва освобождается от идентификации с одним комплексом, как смещается к другому. Этот следующий комплекс часто является своего рода «теневым родственником» первого. Комплекс Христа с его духовными, возвышенными, альтруистическими свойствами тесно связан с бесовским комплексом с материалистическими и эгоистическими установками. Две противоположности могут поочередно овладевать Эго, как в случае с доктором Джекилом и мистером Хайдом. Один из них будет функционировать как Персона в различных официальных, социальных ситуациях, другой доминирует в сознании в частных, интимных отношениях. В этом случае Эго подвержено тому, что Юнг назвал энантиодромией – обращением в противоположность.

Комплексы – это объекты внутреннего мира. «От них зависят благо и несчастье индивидуальной жизни. Они лары и пенаты (боги жилища у римлян), которые ждут нас у домашнего очага и чье миролюбие опасно превозносится»²³. К таким божествам нельзя относиться несерьезно.

Глава 3

Психическая энергия (Теория либидо)

Выше я описал две базовые структуры психики – эго-сознание и комплексы, как их видел и описывал Юнг. Теперь я хотел бы рассмотреть силу, которая приводит в движение эти структуры и вдыхает в них жизнь, а именно либидо. Это желания и эмоции, живая кровь психического. Юнг назвал либидо психической энергией. В предыдущих двух главах я часто использовал термин «энергия». В ней заключена динамическая сторона психики. Юнговская теория либидо на абстрактном уровне описывает взаимоотношения между различными частями психики. Если использовать метафору психического как солнечной системы, эта глава посвящена физике сил, которые влияют на различные объекты психической вселенной.

В общефилософском смысле психическая энергия была предметом исследования мыслителей на протяжении многих столетий. Это понятие не является чем-то новым и современным в том, что касается вопросов жизненной силы, воли, страсти и эмоций, приливов и отливов интереса и желаний. Западная философия обращалась к этим темам со времен Гераклита и Платона, восточная – начиная от Лао Цзы и Конфуция. Такие философы, как Шопенгауэр, Бергсон и Ницше, уделяли первостепенное внимание этим вопросам. Точно так же врачи, например, Антон Мессмер с его теорией психического флюида, обращались к теме психологического движения и мотивации с более эмпирических и псевдонаучных позиций. Известный немецкий врач-философ XIX века К.Г. Камс много размышлял о бессознательном как о глубинном источнике энергии и отмечал его существенное влияние на

сознательный ум. Юнг цитирует как своих предшественников таких мыслителей, как Гартманн, Вундт, Шиллер и Гете. Хотя термин «либидо» был введен Фрейдом и именно с ним больше всего спорит Юнг по поводу психоаналитической теории либидо, но не он один оказал влияние на Юнга, не только на него ссылается Юнг на страницах, посвященных либидо и психической энергии.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, перейдя по ссылке <http://www.litres.ru/murrey-stayn/ungovskaya-karta-dushi-vvedenie-v-analiticheskuyu-psihologiyu-9368198/?lfrom=329574480> и купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.

Примечания

1

Твердая земля (лат .).

2

Вещь в себе (нем .).

3

По преимуществу (франц .).

4

Неизвестная земля (
лат .).

5

Твердая земля (
лат .).

6

Представление должно продолжаться (
англ.).