

Джеймс А. Холл

ЮНГИАНСКОЕ ТОЛКОВАНИЕ

СНОВИДЕНИЙ:

практическое руководство

James A. Hall

JUNGIAN DREAM INTERPRETATION:

a HANDBOOK of THEORY
and PRACTICE



Москва

УДК 159.9
ББК 88.5
X72

Перевод с английского В. Зеленского
Authorised translation from the English language edition
published by Inner City Books

Холл Дж. А.
X72 Юнгианское толкование сновидений: практическое руководство. — М. : ИД «Городец», 2017. — 168 с.

В представленной работе автор, известный американский психиатр, знакомит читателя с основными методами работы со сновидениями, применяемыми в глубинной психологии.

Книга будет интересна не только практикующим аналитикам и студентам-психологам, но и всем читателям, стремящимся разобраться в глубинных процессах, протекающих в подсознании.

Холл Джеймс Альберт

ЮНГИАНСКОЕ ТОЛКОВАНИЕ СНОВИДЕНИЙ

Перевод с английского Зеленского В. В.

Оригинал-макет подготовлен издательством «Добросвет»
Подписано в печать 08.02.2017. Формат 60х90 1/16. Усл. печ. л. 10,5
Тираж 1000 экз. Заказ

«Издательский дом „Городец“»

105082, г. Москва, Переведеновский пер., д. 17, к. 1,
www.gorodets.ru, email: info@gorodets.ru, тел.: +7 (985) 8000 366

Отпечатано в АО «Первая образцовая типография»

Филиал «Чеховский печатный двор»

142300, Московская область, г. Чехов, ул. Полиграфистов, д. 1,
www.chpd.ru, тел.: +7 (499) 270 7359

© Inner City Books, 1983
© Зеленский В. В., перевод, 2017
© ИД «Городец», 2017

ISBN 978-5-906815-54-5

Оглавление

Предисловие к русскому изданию	6
Предисловие	8
Глава 1. Основные понятия юнгианской психологии	10
Общие структуры	11
Связь между личным и объективным психическим	14
Комплекс и архетип	16
Структуры идентичности: эго и тень	17
Связующие структуры: анима/анимус и персона	18
Процесс индивидуации	23
Глава 2. Природа сновидений	26
Сновидения как компенсация	27
Использование неистолкованных сновидений	30
Толкование сновидения и имагинальные техники	32
Эго-идентичность и структура комплексов	33
Глава 3. Юнгианский подход к сновидениям	40
Амплификация образов	41
Контекст сновидения	43
Глава 4. Сновидения как диагностический инструментарий ..	45
Первоначальные сновидения в анализе	45
Связанные образы в серии сновидений	47
Дифференциальная диагностика	53
Депрессия	53
Беспокойство (тревога)	54
Психоз	59
Физические проблемы	60
Сновидения о смерти	61
Основные тезисы для запоминания	63
Глава 5. Вопросы техники	64
Перенос и контрперенос	64
Лечение в анализе	69
Редуктивный анализ или анализ перспективный	71

Аффектированное эго и сновидения	73
Отсроченное истолкование и не-истолкование	76
Совмещенная группа и индивидуальная терапия	78
Основные тезисы для запоминания	80
Глава 6. Эгообразы и комплексы в сновидениях	82
Идентификация комплексов	82
Структурные сдвиги: границы и ограничения	85
Связующие структуры и структуры идентичности	86
Персона	86
Тень	88
Анима/анимус	89
Самость и ось эго—Самость	92
Архетипическая амплификация	94
Глава 7. Общие мотивы сновидений	97
Инцест	97
Оплакивание	98
Дома	100
Автомобили	101
Алкоголь и наркотики	103
Смерть	104
Змеи	105
Глава 8. Картография (структура) сновидений	108
Сон внутри сна	108
Сновидения о реальности «как она есть»	110
Пространственно-временные указатели	111
Явления синхронии	112
Глава 9. Символизм алхимии	117
Алхимические мотивы в сновидениях	118
Конъюнкция образы объединения	120
Глава 10. Сновидения и индивидуация	123
Природа невроза	123
Релятивизация эго	128
Индивидуирующее эго	129
Эго сновидения и эго бодрствования	131
Фокальное и подразумеваемое знание	134

Глава 11. О двух напряженных состояниях в толковании сновидений	137
Объективное и субъективное	137
Личное и архетипическое	139
Краткое подведение итогов	142
Примечания	145
Библиография на русском языке	147
Сон, исполненный «тайным» значением... (В. Зеленский)	148
Аналитическая психология о природе сновидений	154
Язык сновидений	161
Механизмы сновидений	162
Словарь юнгианских терминов	164

Предисловие к русскому изданию

С того момента, как появилась эта книга, в моем подходе к сновидениям произошло много изменений, но само «руководство» по сути остается неизменным. Первоначальный энтузиазм, с которым я отнесся к лабораторным изучением сновидений в той их части, которая касалась связи большинства снов с электроэнцефалографической картиной быстрых движений глаз (REM), значительно поубавился. Лабораторные REM-исследования мало что добавили к принципам толкования сновидений, установленным еще в II веке н. э. Артемидором из Эфеса, автором «Онирокритики» (*Oneirocritica*)*.

Прозрения Карла Юнга и кодификация им основных принципов толкования сновидений оказались подлинным ренессансом в древней, повторяющейся истории толкования сновидений. Эти прозрения и являются главной основой, на которой зиждутся мои скромные размышления и предположения.

Наиболее распространенная ошибка, допускаемая начинающими онирокритиками, — торопливое стремление «истолковать» сон клиента, злоупотребление тем, что Юнг обозначил как «интуитивную функцию», и недоиспользование «ощущающей функции», свидетельствующей о том, что именно присутствует во сне. Даже если кто-то и полагает, что он тотчас может интуитивно разгадать значение сна, ему следует повременить с какими-либо комментариями на этот счет, по крайней мере до того момента, пока ощущающая функция не исчерпает свои возможности в прояснении деталей сновидения. Только тогда можно дать волю функции интуитивной. Преждевременное использование интуитивной функции попросту вынудит толкователя спроектировать в сон то, о чем он уже думает, возможно предсознательно. Такие факторы, как остатки дневных впечатлений, семейные и межличностные события, перенос/контрперенос, социальные обстоятельства, могут невольно внести свои ненужные коррективы.

Важно всегда помнить, что сон является продукцией одного из аспектов психического (архетипической самости), позволяющей налаживать контакт с эго (или непосредственно менять саму эго-структуру). Детали сна в такой же степени не могут объясняться случаем, в какой ему нельзя приписывать эпизоды хорошо отрежиссированного фильма.

* «Онирокритика» (*греч.*) — «Толкование сновидений» («Сонник»).

«Интерпретация» вообще не должна быть стратегической задачей анализа сновидений, такой задачей является поощрение того, что Юнг называл «процессом индивидуации», становления, в той степени, в какой это позволяет внешнее окружение; содействие в развитии того, что имеет природную потенциальную основу, способную к такому становлению. В этом смысле можно сказать, что даже животные и растения обладают способностью индивидуировать, хотя и несознательно (насколько мы можем об этом судить).

И еще. Наибольшее изменение в моем собственном мышлении коснулось осознания того, что видимое нами в сновидении зависит от наших исходных предпосылок относительно природы «реальности». Существуют только два эпистемологических направления узнавания чего-либо: конфронтующее субъектно-объектное знание и соучастное «мистическое» знание целого, частью которого выступает «узнаватель». Толкование сновидений — по крайней мере в той степени, в какой я знаком с его проявлениями в западных культурах, — основано на знании конфронтационном. Но, как вполне ясно высказывались св. Григорий Нисский и другие, это лишь один из путей познания. На языке толкования сновидений это то же самое, что вместо вопроса: «Что значит этот сон?» спрашивать: «Что хочет сказать мне через этот сон мой собственный сно-производитель?» Взявшись за изучение сновидений, вы открываете дверь в область глубочайших вопросов философии и религии. Возможно, представляемая маленькая книга окажется полезной на пути этих поисков. Помните об изучении снов в серии: последующие сны могут скорректировать неправильные истолкования предыдущих. Сны говорят универсальным языком символов, предшествующим появлению и становлению различных языковых систем, таких как русский, английский, французский или санскрит. Почему же сны предпочитают обычно говорить на этом универсальном языке символов, когда существует множество примеров, демонстрирующих, что они (сны) могли бы легко использовать лингвистическую (словесную) коммуникацию?

Сейчас я занят работой над обширной темой «Духовное использование снов», но не уверен, что ее можно завершить скоро, возможно, на это не хватит и всей жизни. А пока будем помнить слова французского писателя и кинорежиссера Жана Кокто: «Сновидец должен принять свой сон».

В заключение я хочу поблагодарить Санкт-Петербургское психоаналитическое общество и Информационный центр психоаналитической культуры за интерес, проявленный к данной работе, и инициацию в ее публикации в России.

Джеймс Холл. Даллас, Техас, США Суббота, 3 февраля, 1996 г.

Предисловие

На протяжении первых двух лет моей психиатрической практики я пытался сохранять нейтральное отношение к различным теориям толкования сновидений. Я надеялся, полагая их все в равной степени ценными, сохранить в конечном итоге возможность выявить преимущества и недостатки каждой на основе клинического наблюдения и решить — по крайней мере для себя самого, — какая из «толкующих» теорий окажется наиболее предпочтительной.

Двумя главными претендентами в этом споре теорий были подходы к толкованию сновидений Фрейда и Юнга. На протяжении всего периода моей медицинской и психиатрической подготовки теориям Фрейда придавалось особое значение, когда речь заходила о снах, если, конечно, она вообще о них заходила. Во время психиатрической ординатуры в медицинском центре университета Дюка мой личностный анализ вел д-р Бингам Даи, последователь Салливана, который подчеркивал связь материала сновидения с ранними семейными паттернами и эго-идентичностью, основанной на этих взаимосвязях. Я до сих пор помню, что после семидесяти пяти часов анализа с ним я нетерпеливо заметил: «Я *знаю* о своем материнском комплексе, и у нас нет особой нужды искать его снова в сновидении!» Он дружески рассмеялся, зная (что впоследствии признал и я) разницу между *знанием* как когнитивным содержанием и *знанием* в смысле житейской мудрости. Когда я покидал университет Дюка, чтобы вернуться в Техас, последний совет д-ра Даи был: «Не погружайтесь в юнговскую теорию слишком быстро и глубоко». Как мне кажется, он предчувствовал мое последующее увлечение идеями Юнга.

В конечном итоге я уже не мог иметь дело со снами во вне-юнговской перспективе. Все другие теории сновидений выглядели лишь частными проявлениями в контексте юнговского подхода, и я был не в силах загнать широкое видение Юнга в прокрустово ложе какой-либо подручной теории. Я стал убежденным юнгианцем.

Мой собственный юнгианский анализ оказался прежде всего моим главным наставником по части значения сновидений, за что я глубоко признателен аналитикам, работавшим со мной: Ривке Клюгеру, Дитеру Бауманну, Мари-Луизе фон Франц и Эдварду Уитмонту. Работа со многими анализандами на протяжении ряда лет клинической практики принесла большое количество подтверждающих данных. В 1977 году я опубликовал основную работу по истолкованию сновиде-

ний — «Клиническое использование сновидений: юнгианское истолкование и разыгрывание», в которой сравнивал юнговскую теорию сновидений с другими известными теориями, выделяя различия и сходства. Кроме того, я сделал скромную попытку связать юнговское толкование сновидений с лабораторными изучениями физиологического сна и сновидений.

Настоящая работа не является обзором этих многочисленных сравнений, а нацелена непосредственно на практические советы относительно толкования сновидений и их использования в свете основных принципов юнгианской психологии. Я прослеживаю текущие клинические проблемы, приводя примеры и обсуждая, почему более предпочтительными оказываются те или иные толкования. В большинстве примеров я демонстрирую, каким образом эти интерпретации связаны с клиническими изменениями. В книге приводится ряд полезных справок и рекомендаций, хотя в ней и не ставилась цель дать исчерпывающий обзор все увеличивающегося списка литературы по толкованию сновидений.

Можно указать общие направления на пути к толкованию сновидений, но невозможно дать жесткие или неизменные правила для самой процедуры. Нет никакой замены личностному анализу и клиническому опыту под наблюдением профессионального супервизора как по части самих базовых составляющих психоаналитической подготовки любой психоаналитической школы, так и в вопросе их сравнительного вычленения или эмфазы.

Сновидения, приводимые в книге в качестве клинической иллюстрации, не представлены во всей полноте амплификации (относительно некоторых юнгианских терминов см. Словарь в конце книги), возможной в процессе самой аналитической работы. В большинстве случаев я не стремился показать все богатство матрицы личностного смысла и значения, в которых сновидение раскрывается во время анализа. Эти упущения, в известном смысле, необходимы для краткости, а также для того, чтобы сфокусироваться на иллюстрируемой клинической проблеме. Все сновидения приводятся с разрешения сновидцев, но сходные мотивы и типы снов зачастую возникают у совершенно разных людей. Следовательно, никто из моих анализандов не должен отождествлять какое-либо из сновидений со своим собственным и, соответственно, воспринимать комментарии по поводу того или иного сна относящимися к себе. Приводимые ниже сновидения взяты из богатейшей палитры клинического юнгианского анализа и представлены исключительно в иллюстративных целях.

Глава 1

Основные понятия юнгианской психологии

Юнг использовал определенные понятия для описания различных составляющих психики, как сознательной, так и бессознательной. Они возникли эмпирическим путем в результате наблюдений за большим количеством клинического материала, включая и раннюю работу Юнга над тестом словесных ассоциаций. Последний заложил основу для полиграф-тестирования (современный детектор лжи) и привел к понятию психологического комплекса. (Юнг уже был глубоко погружен в изучение словесных ассоциаций, когда впервые прочел «Толкование сновидений» Фрейда, опубликованное в 1900 году.)

Резонно рассматривать основные юнгианские понятия в нескольких категориях, хотя и следует помнить, что само подразделение на категории — вещь условная (по крайней мере в данном случае), существующая для удобства описания и обсуждения; непосредственно в живой психике различные уровни и многочисленные структуры действуют как организованное целое. Но, так или иначе, существуют два базовых топографических начала: сознание и бессознательное. Бессознательное, в свою очередь, делится на личное бессознательное и объективную психику. Вначале Юнг называл последнюю «коллективным бессознательным», и этот термин до сих пор широко используется в аналитической психологии. Понятие «объективной психики» было введено с целью избежать путаницы с многочисленными коллективными группами в человеческом сообществе. Юнг хотел подчеркнуть, что сами глубины человеческой психики являются так же объективно реальными, как и внешний, «реальный» мир коллективного сознательного опыта.

Таким образом, наличествуют четыре уровня психического:

1) *личное сознание*, или «повседневное» обыденное осознание;

2) *личное бессознательное*, специфическое только для данной индивидуальной психики, но не осознаваемое ею;

3) *объективная психика*, или коллективное бессознательное, по всей видимости обладающее в сообществе людей универсальной структурой;

4) *внешний мир коллективного сознания*, культурный мир общих ценностей и форм.

Внутри этих базовых топографических разделов существуют общие и специализированные структуры. Общие структуры представлены двумя типами: архетипическими образами и комплексами. Специфических структур личных составляющих психики — как сознательной, так и бессознательной — четыре: *эго*, *персона*, *тень* и сизигия (парная группа) *анимуса/анимы*. В рамках объективной психики представлены архетипы и архетипические образы, число которых точно не может быть установлено, хотя присутствует один примечательный архетип — *Самость*, который также может рассматриваться как центральный архетип порядка.

Общие структуры

Комплексы — это группы образов, связанных между собой общим эмоциональным тоном. Юнг в своем эксперименте со словесными ассоциациями обнаружил присутствие эмоционально-tonированных комплексов, заметив определенную регулярность в ассоциациях субъектов в связи с пропущенными или замедленными реакциями-ответами на словесный материал. Он установил, что каждый субъект подобных ассоциаций имеет склонность образовывать определенные темы, такие, скажем, как ассоциации с матерью — «материнский комплекс». Термин «комплекс» существовал весьма долго, прежде чем стал достоянием языка массовой культуры. Комплексы являются основными содержаниями личного бессознательного.

Архетипические образы составляют базовое содержание объективной психики. Сами архетипы непосредственно не наблюдаемы, но — по аналогии с магнитным полем — прослеживаются в своем влиянии на зримые содержания сознания и выступают в форме архетипических образов и персонифицированных

или образных комплексов. Архетип сам по себе есть тенденция или склонность к структурированию образов нашего переживания определенным образом, но архетип — это вовсе не сам образ. При обсуждении понятия архетипа Юнг сравнивал его с кристаллическим образованием в насыщенном растворе: решетчатая структура отдельного кристалла следует определенным правилам или принципам (собственно архетипу), тогда как действительную форму, которую примет сам кристалл (архетипический образ), заранее предсказать невозможно. Любой субъект рождается со склонностью формировать определенные образы, исключая образы самого себя. Например, существует универсальная человеческая тенденция создавать образ матери, но каждый индивид формирует свой особый материнский образ, базирующийся на этом универсальном человеческом архетипе.

Архетипические образы — это фундаментальные и глубокие образы, возникающие под воздействием архетипов на накапливаемый опыт индивидуальной психики. Архетипические образы отличаются от образов комплексов тем, что имеют более универсальный и обобщенный смысл, часто сопровождаемый нуминозным* аффективным качеством. Архетипические образы сохраняют свою значимость у большого числа людей на огромном временном отрезке; они культурно встроены в коллективное сознание. Примерами такой культурной формы являются образы короля и королевы, Девы Марии и таких религиозных фигур, как Иисус Христос или Будда. Множество коллективных фигур и ситуаций несут в себе архетипические образы, оставаясь, как правило, совершенно вне осознания у субъекта относительно подобной проекции. Сильные эмоциональные реакции после политического убийства или смерти общественного деятеля — президента или короля, кинозвезды или религиозного лидера — показывают, насколько для многих людей конкретная фигура наполнена архетипической проекцией.

* *Нуминозный* — термин, относимый к людям, предметам или ситуациям, имеющим глубокий эмоциональный резонанс; психологически это понятие связывается с переживанием Самости. Слово «нуминозный», как и «нуминозность», происходит от латинского *numen* — «таинственная высшая сила, божество».

Любое повторяющееся человеческое переживание содержит в себе архетипическую основу: рождение, смерть, сексуальное партнерство, брак, конфликт противоборствующих сил и т. д. Хотя архетипы и могут эволюционировать, они подвержены столь слабым изменениям, что практически могут считаться постоянными в пределах исторического времени.

В юнговской модели Самость является регулирующим центром всего психического, в то время как эго — всего лишь центр личного сознания. Самость — упорядочивающий центр, который фактически координирует всю психическую область. К тому же архетипическое является образцом, матрицей индивидуальной эго-идентичности. Термин *Самость* в дальнейшем будет использоваться для обозначения психического как целого.

Вообще же можно выделить три различных значения Самости:

- 1) психическое как целое, действующее как организационная единица;
- 2) центральный архетип порядка, если рассматривать Самость с точки зрения эго;
- 3) архетипическая основа эго.

Поскольку Самость есть более всеобъемлющая сущность, чем эго, восприятие Самости последним часто принимает форму символа высшей ценности: образов Бога, Солнца как центра Солнечной системы, ядра как центра атома и т. д. Аффективный настрой или тонус переживания Самости зачастую является нуминозным, чарующим или внушающим благоговение. Эго, переживающее Самость, может ощущать себя в качестве объекта верховной силы. Когда эго нестабильно, Самость может возникнуть в качестве успокаивающего или подбадривающего символа порядка, часто в виде мандалы, фигуры с отчетливой периферией и центром, скажем, круг в квадрате или квадрат в круге, хотя сами формы способны к бесконечному развитию и разработке. В восточных религиозных традициях мандалические композиции часто содержат Богообразы и используются в медитативной практике. Хотя среди структурных понятий юнговской системы Самость представлена в эмпирическом плане, поскольку оказывается на пограничной территории феноменов, могущих быть

продемонстрированными клинически, она является полезным термином в психологическом описании того, что иначе неопишимо. Так, феноменологически Самость фактически неотличима от явления, традиционно именуемого Богом.

Связь между личным и объективным психическим

Наша точка отсчета в психическом представлена эго-комплексом, структуру которого мы привыкли обозначать местоимением первого лица единственного числа, а именно «Я». Личностные слои психического, однако, покоятся на архетипической основе в объективной психике или коллективном бессознательном. Личностная сфера — как сознательная, так и бессознательная — развивается из матрицы объективной психики и пребывает в постоянной органической связи с этими более глубинными пластами психического, хотя развитое эго неизбежно склонно наивно полагать себя центром психического. Нечто подобное наблюдалось в культурной истории между приверженцами идеи о том, что Солнце вращается вокруг Земли, и их противниками.

Активность более глубинных слоев психического отчетливо переживается в сновидении — универсальном человеческом переживании, а также в эксцессивной форме прорыва в остром психозе. В интенсивном юнгианском анализе анализанд приходит к принятию по существу полезных действий объективной психики в продвижении эмпирического процесса индивидуации эго. Отдельные анализанды изучают юнгианскую технику активного воображения, посредством которой возможно намеренное контактирование с этими более глубокими слоями психического в бодрствующем состоянии.

В структурном плане каждый комплекс в личностной сфере (сознательной или бессознательной) образован из архетипической матрицы в объективной психике. В сердцевине каждого комплекса «обитает» какой-то архетип. Эго образовано по образцу архетипической сердцевины Самости; за личным материнским

комплексом кроется архетип Великой Матери; родительское имаго (отца и матери вместе) имеет своим центром архетипический образ божественных родителей; существуют также глубокие архетипические корни для тени и иных ролей персоны. Архетипическая форма может включать в себя комбинацию отдельных видов; например, священный брак, или *иеросгамос*, может также представлять объединение противоположностей. Архетипический уровень психического обладает способностью образовывать символы, которые фактически объединяют содержания, непримиримые на личном уровне. Эта способность объективной психики образовывать примиряющие символы называется *трансцендентной функцией*, поскольку она может выходить за пределы сознательного напряжения противоположностей. В этом процессе конфликты не исчезают с неизбежной необходимостью, они прежде всего выходят за пределы собственных границ и релятивизируются.

Поскольку каждый комплекс в личном психическом зиждется на архетипической основе в объективной психике, то любой комплекс, укорененный достаточно глубоко, обязательно проявит свои архетипические ассоциации. Многие из искусства юнгианского анализа заложено в способности амплифицировать образы до такой степени, когда эго может пережить свою связь с архетипическим миром в плоскости исцеления, не оказавшись при этом поглощенным морем необъединенных архетипических содержаний. Например, если эго способно переживать свою связь с Самостью, то образуется ось эго—Самости, и после этого эго имеет более прочное ощущение своего родства с самой сердцевиной психического. Но если такое переживание происходит у слабого или неразвитого эго, то последнее может быть ассимилировано Самостью, что проявляется в виде психической инфляции и утраты ясной позиции в сознании или — в наихудшем случае — временного психоза. При приеме психоделических препаратов, таких как ЛСД и псилоцибин, часто возникает переживание «быть Богом», что, по сути, есть переживание наркотизированным эго своей архетипической сердцевины в Самости, но без достаточной укорененности в реальности, позволяющей установить устойчивую ось эго—Самости.

Комплекс и архетип

Каждый комплекс представляет группу связанных образов, оформившихся вокруг центрального ядра значения, по существу являющегося архетипическим. С момента первого осознания эти архетипические возможности психического начинают наполняться личным переживанием, и взрослое эго чувствует, что сознательные, субъективные содержания есть просто сумма его собственных прошлых личных переживаний. Часто только в анализе, в сновидениях или в очень мимолетных эмоциональных переживаниях развитое эго может переживать подлинные архетипические основания комплексов. В практике анализа для облегчения подобного осознания могут быть использованы многие имажинальные техники: направленное воображение, гештальт-техники, рисунок, работа с глиной, танец, конструирование проективных форм в игре «в песочек», гипноаналитические техники или, в наиболее чистом виде, активное воображение. В индивидуации, действующей наиболее непосредственно, эго всегда должно занимать позицию по отношению к содержаниям объективной психики, обнаруживаемым «на марше», а не взирать на них пассивно в качестве «ученика чародея».

Так как каждый комплекс держит личные образы в архетипической матрице, всегда существует опасность, что личные ассоциации окажутся ошибочными для сердцевины комплекса, приводя к простому редуктивному анализу, т. е. к интерпретации текущих конфликтов исключительно в свете ранних детских переживаний. Обратным образом, чрезмерная архетипическая амплификация образов может привести к некоторому пониманию архетипов, но весьма вероятной остается возможность упустить непосредственно саму целительную связь между личной и объективной психикой.

Для того чтобы улучшить понимание динамической взаимосвязи между различными психологическими структурами, концептуализированными Юнгом, полезно разделить их на две категории: структуры идентичности и связующие структуры. Эго и тень — прежде всего структуры идентичности, в то время как персона и анима или анимус — связующие структуры. В есте-

ственном процессе индивидуации первой видится потребность в образовании сильного и надежного эго, с которым надлежит обустраиваться в мире. За этим следует задача установления связи с другими людьми и с общей культурой, в которой существует тот или иной человек. Обычно этого не происходит до тех пор, пока эго не начнет испытывать потребность в установлении связи с архетипическими силами, лежащими в основании как коллективной культуры, так и личной психики, — потребность, которая часто возникает в форме так называемого кризиса середины жизни.

Структуры идентичности: эго и тень

Базовая эго-идентичность формируется довольно рано, вначале в виде диады мать—дитя, возрастая затем в рамках семьи, а в дальнейшем расширяясь с включением так же растущего день ото дня культурного окружения. В процессе формирования эго определенные врожденная активность и индивидуальные склонности будут восприняты матерью или семьей положительно, но к другим побуждениям и активности оценка окажется негативной, так что они будут отвергаться. Кризис в обучении пользования туалетом ведет со временем ко многим другим более тонким взаимодействиям, в которых эго-идентичность растущего ребенка отливается в форму предпочтений и антипатий к людям, от которых она зависит. Склонности и побуждения, отвергнутые семьей, не теряются так просто; они имеют обыкновение группироваться в некий образ, наподобие альтер эго, «поселяясь» под поверхностью личного бессознательного. Юнг назвал такое альтер эго *тенью*, потому что, когда одна часть пары противоположностей вынесена на «свет» сознания, другая, отвергнутая часть оказывается — разумеется, метафорически — в «тени» бессознательного.

Так как содержания или качества тени потенциально составляют часть развивающегося эго, они продолжают приносить ощущение личной идентичности, но уже отвергнутой или непринятой, обычно связываемой с чувством вины. Поскольку тень в процессе раннего развития была разъединена с доминирующей эго-идентичностью, ее возможное возвращение, связанное

с заявлением об участии в сознательной жизни, вызывает беспокойство. Многие из повседневной психотерапевтической работы и анализа заключается в том, чтобы создать место, в котором было бы безопасно вновь исследовать содержания тени и, возможно, интегрировать большую часть из отвергнутого и «отщепленного» ранее при формировании эго. Различные естественные атрибуты психического, отделенные в детстве, фактически необходимы для полноценной и здоровой взрослой деятельности. Агрессивные и сексуальные импульсы, например, очень часто отъединены, так как их выражение в детстве было бы несоответствующим или культурно отвергаемым и проблематичным для родителей; но эти же качества являются основополагающими для нормального взрослого, у которого они могут быть видоизменены и интегрированы в форму, невозможную у незрелой эго-структуры ребенка. Но в тень аналогичным образом могут быть диссоциированы и другие характеристики, включая и спонтанную легкость выражения врожденного ума.

Сознательная интеграция содержаний тени несет в себе двойной эффект: увеличение сферы активности эго и освобождение энергии, требовавшейся прежде для поддержания разъединения и вытеснения теневых характеристик. Индивид часто переживает это как возрождение надежд или возвращение жизненных сил.

Поскольку тень является потенциальной составляющей эго, она склонна принимать ту же самую половую идентичность — мужскую у мужчин и женскую у женщин. Кроме того, оказываясь персонифицированной в сновидениях и фантазиях, тень, как правило, спроектирована на тех лиц того же самого пола, которых не любят и кому завидуют за качества, недостаточно развитые в доминирующем образе самого себя.

Связующие структуры: анима/анимус и персона

Усиленная эго-идентичность, осуществленная путем ассимиляции частей тени, все чаще и определеннее сталкивается с необходимостью связи с другими — как другими людьми, так

и с трансличностью культурой коллективного сознательного мира и с трансличными архетипическими содержаниями объективной психики. Двумя структурными формами, облегчающими задачу подобного связующего начала, являются анима или анимус и персона.

Характеристики, которые культурно определены как не соответствующие половой идентичности эго, имеют обыкновение быть исключаемыми даже из теневого альтер эго и вместо этого констеллируются вокруг образа противоположного пола: мужской образ (анимус) в психике женщины и женский образ (анима) в психике мужчины. Юнг наблюдал такие образы в сновидениях и фантазиях своих пациентов и пришел к выводу: эти образы столь важны, что разрыв с ними может породить чувство, которое первобытные культуры описывают как «потерю души».

Обычный способ, с помощью которого переживаются анима или анимус, — это проекция на лицо противоположного пола. В отличие от проекции тени такая проекция анимы или анимуса придаст свойство очарования тому лицу, которое «несет» их в спроектированном виде. Влюбленность — классический пример взаимной проекции анимы и анимуса между мужчиной и женщиной. В течение всего периода такой взаимной проекции увеличивается ощущение личной значимости в присутствии того лица, которое представляет этот душевный образ в спроектированном виде, но могут происходить и соответствующая потеря души и опустошенность, если подобная связь не поддерживается. Эта проективная фаза бессознательной идентификации другого человека с душевным образом в своей собственной психике ограничена во времени; она неизбежно завершается с разной степенью враждебности и злобы, поскольку реально существующее лицо не может жить в согласии с фантастическими ожиданиями, сопровождающими спроектированный душевный образ. И с завершением проекции наступает пора установления истинной взаимосвязи с реальностью другого человека.

Рассматриваемые как структуры психического, душевные образы анимы и анимуса даже в проекции несут в себе функцию расширения личной сферы сознания. Их очарование воодушевляет эго и нацеливает его на те способы бытия, которые

до этого еще не были интегрированы. Изъятие проекции, если оно сопровождается интеграцией спроектированных содержаний, неизбежно ведет к увеличению осознания, к его росту. Если же спроектированные анима или анимус не интегрируются в случае изъятия проекции, то процесс, по всей видимости, повторится с кем-либо вновь.

Интрапсихическая функция анимы или анимуса, ее роль в жизни отдельного человека напрямую соответствует тому способу, с которым она работает в спроектированной форме: выведению индивида из привычных способов деятельности, побуждению его к расширению горизонтов и движению к более постигающему пониманию самого себя. Эта интрапсихическая функция часто возникает в сериях сновидений или появляется в художественных произведениях, как, скажем, в викторианской новелле «Она» Райдера Хаггарда, которую часто цитировал Юнг. Рима, женщина-птица из новеллы «Зеленые особняки», — пример менее сложный. Картина Леонардо да Винчи «Мона Лиза» охватывает таинственным и загадочным очарованием фигуры анимы, в то время как Хитклиф из романа Эмили Бронте «Грозовой перевал» — классический портрет анимуса; знаменитая опера Оффенбаха «Сказки Гофмана» всецело обращена к проблемам интеграции разнообразных форм анимы, и во всех случаях присутствует неизбежное очарование.

Поскольку образ анимы или анимуса — структура бессознательная или существующая на самой границе личного бессознательного и объективной психики, то этот образ, по сути, абстрактен и ему недостает тонких характеристик и нюансов реального человека. По этой причине, если мужчина отождествляется со своей анимой или женщина — с ее анимусом, то сознательная личность теряет способность к различению и, соответственно, возможность иметь дело с запутанной игрой противоположностей.

В традиционной европейской культуре (в которой Юнг прожил большую часть первого периода своей творческой жизни) анима мужчины управляла его неинтегрированной эмоциональной стороной, поэтому в ней прежде всего было естественным

проявлять известную сентиментальность, нежели зрелое и интегрированное чувство. Аналогично анимус традиционной женщины с наибольшей вероятностью возникал в форме неразвитого мышления и интеллекта, и не как логически сформулированная позиция, а скорее в виде самоуверенных непластичных мыслительных форм.

Важно не путать эти исторические и культурные стереотипы с функциональной ролью анимы и анимуса в качестве душевных изображений.

С возрастанием культурной свободы — как для мужчин, так и для женщин — принимать и усваивать нетрадиционные роли общее содержание или внешность анимы или анимуса и в самом деле изменились, но их существенная роль проводников или психопомпов остается столь же неизменно отчетливой, как и в первых описаниях Юнга. Частичная интеграция анимы или анимуса (которая не может быть такой же полной, как у тени) позволяет индивиду сотрудничать с другими людьми со всей их запутанностью и сложностью, равно как и с другими частями своей собственной психики.

Персона — это функция взаимодействия с внешним общественным (коллективным) миром. Сам термин происходит от латинского слова *persona*, означающего «маску», в свою очередь пришедшего из древнегреческого театрального языка: комические и трагические маски носили актеры, разыгрывавшие классические драмы. Любая культура составляет множество общепризнанных социальных ролей: отца, матери, мужа, жены, доктора, священника, адвоката и т.п. Эти роли несут в себе общепринятые и ожидаемые способы деятельности в каждой отдельной культуре, зачастую включая в себя определенные стили одежды и поведения. Развивающееся эго выбирает разнообразные роли, интегрируя их более или менее в доминирующую эго-идентичность. Когда роли персоны ей соответствуют, т.е. когда они вполне и правильно отражают способности эго, они способствуют и облегчают нормальное социальное взаимодействие. Врач в белом халате — психологически он также олицетворяет («носит») персону («маску») медицинской профессии — имеет возможность более успешно и легко проводить обследование

телесной деятельности пациента. (Противоположная персона, персона пациента, — это как раз та, которую врачам очень трудно примерять к себе, когда они заболевают сами.)

Здоровое эго может более или менее успешно усвоить различные роли персоны сообразно текущим потребностям той или иной ситуации. По контрасту с этим тень оказывается столь личной, что она есть нечто, что человек «имеет» (если, конечно, порой не сама тень имеет эго). Однако бывает и несрабатывание персоны, что зачастую требует психотерапевтического вмешательства. Наиболее известны три случая подобного несрабатывания:

- 1) эксцессивное развитие персоны;
- 2) неадекватное развитие персоны;
- 3) идентификация с персоной до такой степени, что эго ошибочно «чувствует» себя идентичным с первичной социальной ролью.

Эксцессивное развитие персоны может продуцировать личность, которая очень точно чувствует социальные роли, но остается с ощущением, что «внутри» никакой реальной личности нет. Недостаточное развитие персоны продуцирует личность, которая оказывается слишком уязвимой к возможным обидам, травмам и неприятию или оказывается сметаемой людьми, с которыми она взаимодействует. В этих случаях полезными являются обычные формы индивидуальной или групповой психотерапии.

Идентификация с персоной является более серьезной проблемой, в которой недостаточное ощущение своего эго оказывается отделенным от социальной роли персоны, так что любая угроза социальной роли воспринимается как прямая опасность для целостности самого эго. «Синдром пустого гнезда» — тоска и депрессия после того, как дети оставили дом, — невольно обнаруживает сверхидентификацию с персоной родительской опеки и может проявляться как у мужчин, так и у женщин. Человек, чувствующий пустоту и плывущий по течению во всем, за исключением работы, злоупотребляет персоной, соответствующей работе или профессии, и, как правило, терпит неудачу на пути к более широкому чувству идентичности и компетентности. При проработке тяжелых случаев идентификации с персоной очень часто необходимо аналитическое лечение.