

Юнгианский
анализ

Джеймс
Холлис

перевал
в середине
пути

как преодолеть
кризис среднего
возраста

The Middle
Passage From
Misery
to Meaning
in MidLife

James Hollis



Джеймс Холлис
Перевал в середине
пути. Как преодолеть
кризис среднего возраста

Текст предоставлен издательством

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=70404517

Перевал в середине пути. Как преодолеть кризис среднего возраста:

Питер; СПб; 2024

ISBN 978-5-4461-2273-8

Аннотация

Почему, достигнув среднего возраста, многие из нас обнаруживают, что в душе воцарился разлад? Почему именно в этот период? Почему мы называем его кризисом? И в чем заключается его смысл?

Кризис среднего возраста, или, как называет его автор, перевал в середине пути, открывает перед нами возможность переосмыслить собственную жизнь и задать вопрос, который пугает и освобождает одновременно: «Кто я такой, если не брать в расчет мою биографию и социальные роли?» Перевал в середине пути открывает паразитическую, хотя и болезненную возможность пересмотра представлений о самом себе. Тот, кто сможет это сделать, превратит свою жизнь в более осмысленную и откроет новые для себя возможности.

В формате PDF A4 сохранён издательский дизайн.

Содержание

Предисловие	7
Глава 1. Временная личность	10
Глава 2. Приближение к перевалу	24
Тектоническое давление и признаки сейсмической активности	27
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Джеймс Холлис

Перевал в середине пути. Как преодолеть кризис среднего возраста

© 1993 by James Hollis

© Перевод на русский язык ООО «Прогресс книга», 2024

© Издание на русском языке, оформление ООО «Прогресс книга», 2024

* * *

*Посвящается Джилл, Тарин, Тимоти, Джоне
и Сеа*

*Но вижу: есть для жизни, для второй,
бесвременно-бесмерные просторы¹.*

Райнер Мария Рильке

*Земную жизнь пройдя до половины,
Я очутился в сумрачном лесу,*

¹ Перевод С.В. Петрова. – Здесь и далее примеч. пер.

Утратив правый путь во тьме долины².

Ад. Данте

Наши сердца переполнились новыми тревогами, новым сиянием и безмолвием. Тайна стала еще беспощадней, а Бог – еще выше. Темные силы поднимаются вверх, ибо они также растут, и весь человеческий остров сотрясается.

Аскетика. Спасители Божьи. Никос Казандзакис

Жизнь следует помнить, оглядываясь назад, однако жить надо, двигаясь вперед.

Дневники Кьеркегора. Сёрен Кьеркегор

Когда вы рождаете это в себе, то, что вы имеете, спасет вас. Если вы не имеете этого в себе, то, чего вы не имеете в себе, умертвит вас.

Евангелие от Фомы

² Перевод М.Л. Лозинского.

Предисловие

Почему, достигнув среднего возраста, столь многие из нас обнаруживают, что в душе воцарился разлад? Почему именно в этот период? Почему мы называем его кризисом и в чем заключается его смысл?

Кризис среднего возраста, или, как я предпочитаю его именовать, перевал в середине пути, открывает перед нами возможность переосмыслить собственную жизнь и задать вопрос, который пугает, но при этом освобождает: «Кто я без пройденного пути и социальных ролей?» Осознав, что все это время жили под фальшивой личностью, изображали взрослость, желая оправдать чужие нереалистичные ожидания, мы готовы вступить в стадию второй зрелости, раскрытия нашего истинного «я».

Перевал в середине пути – это переопределение и переориентация, обряд перехода от затянувшегося пубертата первой взрослости к неизбежной встрече со старостью и смертью. Жизнь тех, кто совершает этот переход осознанно, наполнена большим смыслом. Все остальные остаются пленниками детства, какими бы успешными они ни казались со стороны.

Последние десять лет психоаналитической практики моими клиентами преимущественно были люди, находящиеся на перевале в середине пути, и раз за разом я сталкивался

с одним и тем же паттерном. Этот перевал дарит нам прекрасную, хоть зачастую и болезненную, возможность изменить самовосприятие. В связи с этим в книге рассматриваются следующие вопросы.

- Как формируется самовосприятие?
- Какие изменения указывают на то, что вы находитесь на перевале?
- Каким образом мы обретаем новое ощущение себя?
- Как связаны теория индивидуации Юнга и наши обязательства перед другими людьми?
- Какие установки и изменения в поведении сопровождают процесс индивидуации и помогают нам совершить переход от страданий к обретению смысла жизни?

Представителям глубинной психологии известно, что способность к личностному развитию зависит от способности к интериоризации и принятию личной ответственности. Если мы воспринимаем жизнь как проблему, созданную другими, препятствие, которое нужно «преодолеть», никаких изменений не произойдет. Если нам недостает мужества, переосмысления не случится. В письме от 1945 года, рассуждая о личностном развитии, Юнг писал:

«Работа над собой включает в себя три составляющих: инсайт, способность продолжать, несмотря на трудности, и действие. Психология нужна лишь для первого пункта, но для второго и третьего

главную роль играет нравственная сила»³.

Многие из нас относятся к жизни как к роману. Мы равнодушно перелистываем страницы, рассчитывая, что в конце автор разложит все по полочкам. Как однажды сказал Хемингуэй: «Если герой не умирает, история попросту не закончена». На последней странице мы умираем, и неважно, раскрыли мы замысел или нет. Перевал в середине пути побуждает нас прийти к осознанности, взять на себя ответственность за оставшиеся страницы и рискнуть познать жизнь во всей ее полноте.

На каком бы жизненном этапе ни находился читатель, он слышит тот же призыв, что звучит в стихотворении Теннисона «Улисс»:

Укоротился долгий день, и всходит
Медлительно над водами луна.
Многоголосым гулом кличет бездна.
Плывем, друзья, пока не слишком поздно
Нам будет плыть, чтоб новый мир найти⁴.

³ C. G. Jung Letters, vol. 1, p. 375.

⁴ Ulysses, in Louis Untermeyer, ed., A Concise Treasury of Great Poems, p. 229.
Перевод К.Д. Бальмонта.

Глава 1. Временная личность

Когда я учился в пятом классе (это было сразу после Второй мировой войны), наш учитель принес в школу стеклянные призмы, которые обычно устанавливаются в перископах подводных лодок. До и после уроков мы развлекались тем, что бродили с этими призмами по проходам, натываясь на стены и друг на друга. Мы были очарованы тем, как искажается окружающая реальность. Мне было интересно: дети, которые носят очки, видят мир лучше или же вообще совершенно иначе? Узнав о том, что линзы также преломляют свет, я задумался, не зависит ли видимая реальность от линз, через которые мы на нее смотрим.

Детское восприятие полезно сохранять и во взрослом возрасте, признавая, что действительность в определенной степени формируется линзами, которые мы используем, глядя на нее. При рождении нас снабжают множеством «линз»: наследственность, пол, культура и различные особенности нашего семейного окружения. Из всех перечисленных факторов складывается наше ощущение реальности. Оглядываясь впоследствии назад, мы вынуждены признавать, что жили в реальности созданной теми линзами, что мы использовали, а не на нашу истинную сущность.

Психотерапевты иногда составляют генограмму, отображающую «эмоциональную» родословную. Изучение исто-

рии нескольких поколений помогает выявить повторяющиеся мотивы. Помимо генетической предрасположенности, играет свою роль и тот факт, что семья из поколения в поколение передает потомкам свое представление о жизни. Линзы переходят от родителя к ребенку, и искаженное восприятие порождает повторяющиеся действия и их последствия. И, глядя на мир через те или иные линзы, мы замечаем одни его аспекты и упускаем из виду другие.

Чтобы перевал в середине пути обрел смысл и значимость, нам первым делом следует признать ограниченность линз, которые дала нам семья или определенная культура. Глядя сквозь них, мы делаем выбор и ощущаем на себе его последствия. Родись мы в другое время и в другом месте, у других родителей, которые придерживались бы иных ценностей, мы получили бы совершенно иные линзы. Унаследованные нами линзы формируют модель, которая отражает не то, кто мы есть, а то, как мы запрограммированы видеть жизнь и действовать. Каждое поколение склонно к антропоцентризму и отстаиванию своего видения мира как единственного верного. Соответственно, и мы также свято верим в то, что только наше представление о мире верно, и редко задумываемся о его предопределенной природе.

Даже в самом беззаботном детстве мы можем переживать события, которые воспринимаются нами как травма. В материнской утробе мы были связаны с сердцебиением космоса. И вдруг нас насильно изгоняют во внешний мир, где мы

принимаемся за поиски утраченной связи. Даже религия (от латинского слова *religio*, «связь между человеком и богами», или *religare*, «воссоединение») может рассматриваться как попытка поиска утраченного контакта с космосом. У многих людей, познавших бедность, голод, различного рода насилие, знакомство с миром губительным образом сказывается на ощущении собственного «я». Чтобы защитить себя от боли в дальнейшем, такие люди, будучи детьми, запирают в себе все эмоции, мысли и чувства. Из них вырастают психопаты и асоциальные личности, которыми полнятся тюрьмы и наводнены улицы.

Как ни прискорбно, но шанс на личностный рост и изменения у этих опустошенных душ весьма призрачный: слишком уж они боятся открыться миру, исполненному боли, без которой немислимо становление человека. Большинство из нас, вынужденных разрываться между внутренней детской природой и сложностью мира, в котором мы должны жить, сталкивается с неврозами. Мы даже можем сказать, что неизученная личность взрослого человека являет собой совокупность установок, поступков и психорефлексов, обусловленных детскими травмами и нацеленными прежде всего на регулирование уровня стресса, который мы испытываем из-за памяти об этих травмах. У каждого из нас есть внутренний ребенок, а наши неврозы служат инструментами, которые мы бессознательно пускаем в ход для его защиты. (В данной книге слово «неврозы» употребляется не в клиниче-

ском смысле, а, скорее, как обобщающий термин, описывающий расхождение между нашей природой и привитой культурой.)

Детские травмы можно разделить на две основные категории в зависимости от того, чем они обусловлены: 1) пренебрежением или отвержением и 2) избыточным давлением со стороны внешнего мира.

То, что мы называем временной личностью, есть совокупность приемов, к которым прибегает ребенок для противодействия экзистенциальной тревоге. Эти установки и поведение формируются, как правило, к пяти годам и оттачиваются посредством поразительного разнообразия стратегий, объединенных одним мотивом – самозащитой.

Хотя внешние факторы, такие как война, бедность или же индивидуальные физические недостатки, играют серьезную роль в восприятии ребенком самого себя и окружающего мира, самое существенное воздействие на жизнь человека оказывает характер его отношений с родителями. Описывая когнитивные процессы у людей так называемых примитивных культур, антропологи обратили внимание на их сходство с процессами, характерными для детского мышления. У представителей таких культур господствует анимистическое мировоззрение и магическое мышление.

Для недифференцированного мышления людей, принадлежащих к примитивным культурам, равно как и для детей, характерна вера в одушевленность всего окружающего ми-

ра. Иными словами, энергии внутри и снаружи считаются аспектами одной и той же реальности. В этом и заключается суть анимистического мышления. Более того, люди примитивных культур, как и дети, полагают, что внутренняя реальность влияет на внешний мир и наоборот. Это и есть магическое мышление. Подобно первобытным людям, для которых мир ограничивался пещерой или лесом, ребенок пытается постичь окружающий мир в попытках приспособиться к нему и обеспечить дальнейшее выживание. (В известном мифе Платона границы человеческого понимания уподобляются узникам, которые делают выводы о жизни на основании теней, отбрасываемых на стену пещеры, к которой они прикованы.) Заключение об окружающем мире, к которым приходит ребенок, основываются на узком спектре наблюдений, а следовательно, неизбежно являются неполными и предвзятыми. Он не в состоянии анализировать: «У моего родителя есть проблема, которая сказывается на мне». Он лишь может заключить, что жизнь полна тревог, а мир – опасностей.

В попытках истолковать взаимоотношения «родитель – ребенок» последний интерпретирует свой жизненный опыт в соответствии с тремя основными аспектами.

1. Для ребенка тактильность и эмоциональная привязанность (или ее отсутствие) феноменологически сопряжены с представлением о жизни в целом. Эта реальность предсказуема и ласкова или ненадежна, враждебна и причиняет боль? Именно первичное восприятие формирует у ребенка умение

доверять.

2. Ребенок усваивает определенные типы поведения родителя и на этом основании делает выводы о самом себе. Поскольку дети чаще всего не могут объективировать жизненный опыт и проанализировать внутреннюю реальность родителя, родительская депрессия, злость или тревожность воспринимается как фактическая характеристика самого ребенка. «Я таков, каким меня видят или как ко мне относятся» – к такому выводу приходит ребенок. (Тридцатисемилетний мужчина спросил умирающего отца: «Почему мы никогда не были близки?» Отец разразился тирадой: «Помнишь, когда тебе было десять, ты бросил игрушку в унитаз, и мне пришлось потратить уйму времени, чтобы ее достать?» Далее последовал длинный перечень таких же заурядных событий. Из больницы мужчина вышел с ощущением внутренней свободы. Все это время он считал себя недостойным отцовской любви, но, отец освободил его для нового представления о себе, раскрыв его заблуждения.)

3. Ребенок становится свидетелем того, как взрослый преодолевает жизненные трудности, и усваивает не только поведение родителя, но и его установки (главным образом его отношение к себе и окружающему миру). Опираясь на увиденное, дети приходят к масштабным выводам относительно выстраивания отношений с окружающей реальностью. (Одна женщина, выросшая в напряженной атмосфере, созданной всепоглощающей тревогой матери, расска-

зывала, что впервые подвергла сомнению ее пессимистичное мировоззрение, только когда уехала в колледж. На первом курсе ей казалось, что остальные студенты попросту не подозревают, какие ужасные опасности их подстерегают. На втором году обучения девушка начала понимать, что является заложницей материнской тревожности, но отныне может относиться к себе и миру гораздо проще.)

Совершенно очевидно, что заключения о самом себе и окружающем мире основаны на весьма ограниченном опыте конкретных родителей, реагирующих на определенные обстоятельства. Под воздействием магического мышления («Весь этот опыт предназначен для меня и связан со мной») все принимается слишком близко к сердцу. В результате мы чрезмерно обобщаем свои выводы, поскольку оценивать неизвестное можем, лишь исходя из того, что знаем на текущий момент. Начиная жизненный путь с неизбежно предвзятой, ограниченной и вредоносной позиции, мы запасаемся представлениями и реакциями, влияющими на наше поведение, и идем по жизни с шорами на глазах.

Индивидуальный характер этого ущербного самоощущения и стратегии, на основании которых в раннем возрасте формируется наша личность, варьируются в зависимости от природы детских переживаний. Каждая категория травм – пренебрежение или избыточное давление – порождает поведение, являющееся бессознательной, произвольной реак-

цией⁵.

В состоянии подавленности ребенок ощущает громадность Другого, размывающего его хрупкие границы. Лишенный возможности выбирать жизненные обстоятельства, не обладающий объективностью, позволяющей определить природу проблемы Другого, и не имеющий данных для сравнительного анализа, ребенок занимает оборонительную позицию, становясь чрезмерно чувствительным к окружающей среде и «выбирая» покорность, созависимость и компульсивность в целях защиты нестабильной психической сферы. Он осваивает разнообразные формы приспособления, воспринимая жизнь как по определению подавляющую его собственное, относительно беспомощное «я». Таким образом, мужчина, реализующий бесконечные требования матери превзойти отца и добиться успеха, становится высококлассным специалистом, но при этом швыряет деньги направо и налево, что приводит его к финансовому и эмоциональному краху. Его взрослая жизнь, кажущаяся на первый взгляд выбором разумного свободного человека, оказывается вынужденным подчинением непомерному давлению со стороны Другого вкупе с бессознательным бунтом, который проявляется в стремлении к неудачам в виде пассив-

⁵ В этой книге мы говорим о переживаниях, которые могут способствовать кризису формирования у человека ощущения собственного «я». К счастью, это не полная картина. Существуют также обусловленные радости жизни, например просыпаться утром, зная, что завтрак уже готов и ждет на столе, или что новый день принесет возможности для обогащения жизни.

но-агрессивного протеста.

Столкнувшись с отвержением, иными словами, недостатком внимания и заботы, ребенок может «выбрать» модель зависимости и (или) положить всю жизнь на поиск более положительного Другого. Вот почему женщина, недолюбленная в детстве, в зрелом возрасте меняет одного любовника за другим, но при этом все ее отношения заканчиваются разочарованием и неудовлетворенностью. В какой-то мере ее повышенные эмоциональные потребности отпугивают мужчин, а в какой-то она неосознанно выбирает холодных партнеров. Не получив от отца достаточно тепла и ласки, всю свою последующую жизнь она подсознательно формирует двойственное, саморазрушающее представление о себе как о «человеке, который никогда не получает любви и, следовательно, недостойн ее», но при этом тешит себя несбыточной надеждой на то, что очередной мужчина залечит внутреннюю травму, нанесенную в детско-родительских отношениях.

Эти травмы и различные бессознательные реакции, усвоенные внутренним ребенком, в значительной мере определяют взрослую личность. Человек не может быть свободным: его роль в окружающем мире диктуется пережитым в детстве. Таким образом, взрослая личность демонстрирует не последовательные зрелые решения, а рефлекторную реакцию на приобретенный в детстве опыт и травматические эпизоды.

Юнгианская модель отождествляет любую рефлекторную эмоционально заряженную реакцию с природой личностного комплекса. Сам по себе комплекс нейтрален, хотя в нем есть чувства, сопряженные с эмпирически усвоенным образом. Чем интенсивнее первоначальное переживание или чем чаще оно повторялось, тем более сильное влияние на жизнь человека оказывает комплекс. Комплексы неизбежны, так как у каждого человека есть своя личная история. Проблема заключается не в наличии у нас комплексов как таковых, а в их власти над нами. Одни комплексы защищают нас, а другие мешают принятию решений и даже подчиняют себе всю нашу жизнь.

Комплексы всегда в большей или меньшей степени неосознанны, они заряжены энергией и действуют в автоматическом режиме. Обычно, отвечая на событие настоящего, психика действует по аналогии, как бы задавая себе вопрос: «Когда подобное случалось ранее?» Нынешний стимул может лишь отдаленно напоминать нечто имевшее место в прошлом, но если ситуация сопоставима в эмоциональном плане, запускается реакция, обусловленная прошлым событием. Мало у кого из людей не проявляются эмоционально заряженные реакции в ситуациях, связанных с сексом, деньгами и властью, поскольку эти аспекты, как правило, ассоциируются с важными событиями в прошлом.

Из всех комплексов наибольшее влияние оказывают те, что связаны с интериоризированными отношениями с роди-

телями. Мы называем их «комплекс отца» и «комплекс матери». Отец и мать, как правило, два самых важных человека для каждого. Они дали нам жизнь и отправили в свободное плавание. Мы впитывали их отношение к нам и окружающей действительности. Герои-мачо из произведений Хемингуэя, к примеру, олицетворяют сверхкомпенсацию страха перед женщинами, свойственного мальчику из Оук-Парка, Иллинойс. Этот страх ему внушила мать, которая хотела, чтобы вместо сына у нее родилась дочь, и которая отличалась эмоциональной агрессией, даже когда писатель уже стал взрослым. Франц Кафка был настолько подавлен авторитарным отцом, что вселенная казалась ему всемогущей, далекой и равнодушной. Все это, безусловно, не умаляет их заслуг в создании великих художественных произведений, однако форма и главенствующий мотив их творчества сводились к попыткам проработать, компенсировать и по возможности преодолеть первичные родительские комплексы.

Все мы неосознанно поддаемся рефлексам, выработавшимся в прошлом. Уже в раннем возрасте между нашей внутренней природой и социализированным «я» есть раскол, который со временем будет расти. Вордсворт заметил это еще два столетия назад и в своей оде «Отголоски бессмертия» писал:

Дитя озарено сияньем Божиим;
На Мальчике растущем тень тюрьмы

Сгущается с течением лет,
Но он умеет видеть среди тьмы
Свет радости, небесный свет;
Для Юноши лишь отблеск остается –
Как путеводный луч
Среди закатных туч
Или как свет звезды со дна колодца;
Для Взрослого уже погас и он –
И мир в потемки будней погружен⁶.

Вордсворту процесс социализации представлялся постепенным отдалением от естественного ощущения собственного «я», с которым мы появляемся на свет. В пьесе Юджина О'Нила «Долгое путешествие в ночь» одна из героинь описывает данное явление в еще более мрачных тонах: «Жизнь коверкает каждого из нас, и тут ничем помочь нельзя. Она меняет нас исподволь, прежде чем мы успеваем спохватиться, и эти перемены заставляют нас быть другими, поступать по-другому, пока наконец между тем, какие мы есть, и тем, какими мы хотели бы быть, не вырастет непреодолимая стена, и мы навсегда теряем свой жизненный идеал»⁷.

Древние греки уже двадцать пять столетий назад знали об этом расколе. Их трагические герои не были порочными, хотя иногда творили скверные дела. Эти персонажи были огра-

⁶ See Ernest Bembaum, ed., *Anthology of Romanticism*, p. 232. Перевод Г.М. Кружкова.

⁷ *Complete Plays*, p. 212. Перевод В. Воронина.

ничены тем, чего не знали о самих себе. Гамартия (иногда переводится как «трагический изъян характера», но я предпочитаю вариант «травмированное видение») представляла собой линзу, глядя через которую они совершали свои поступки. Из сонмища бессознательных сил и спонтанных реакций рождался выбор и сопровождавшие его последствия. Трагическое ощущение жизни, транслируемое в этих мрачных драмах, предполагает, что в жизни каждого из нас – главного героя собственной драмы – присутствует трагедия. Нами движет то, чего мы не понимаем сами о себе. Освобождающая сила греческой трагедии заключалась в том, что через страдания герой приходил к мудрости, иными словами, к обновленным отношениям между внутренней правдой (характером) и внешней правдой (богами или роком). Наша жизнь трагична лишь в той степени, в какой мы остаемся неосознанными как в отношении автономных комплексов, так и в растущем расхождении между нашей природой и нашим выбором.

Ощущение кризиса среднего возраста во многом обусловлено именно болезненностью этого раскола. Несовпадение внутреннего ощущения себя и приобретенной личности столь критично, что ни подавлять, ни компенсировать страдания уже не представляется возможным. Такое состояние психологи называют «декомпенсацией». Человек продолжает руководствоваться прежними установками и стратегиями, но те уже утратили эффективность. По большому сче-

ту, симптомы дистресса, вызванные наступлением среднего возраста, следует рассматривать в положительном ключе, поскольку они свидетельствуют не только об инстинктивно обретшем силу собственном «я», сокрытом под приобретенной личностью, но и о сильной потребности в обновлении.

Переход через перевал в середине пути сопровождается мощным столкновением приобретенной личности с требованиями собственного «я». Человек, преодолевающий такое испытание, нередко впадает в панику и заявляет: «Я больше не знаю, кто я такой». По сути, на смену прежней личности должна прийти новая. Первая должна умереть. Нет ничего удивительного в зашкаливающей тревожности. Человек испытывает психологическую потребность умертвить старое «я», чтобы вместо него родилось новое.

Подобного рода смерть и возрождение не являются самоцелью, это переход. Необходимо преодолеть перевал в середине пути, чтобы реализовать заложенный потенциал и обрести мудрость и жизненную силу, присущие зрелому возрасту. Таким образом, перевал в середине пути представляет собой идущий изнутри призыв перейти от временной жизни к истинной взрослости, от ложного «я» к аутентичной личности.

Глава 2. Приближение к перевалу

Перевал в середине пути – понятие новое. Раньше, до внезапного увеличения продолжительности жизни на рубеже веков, она была, по словам Томаса Хоббса, «беспросветной, жестокой и короткой»⁸. В начале столетия благодаря развитию медицины и здравоохранения средняя продолжительность жизни перевалила за сорок лет. Если пройтись по кладбищам эпохи колониальной Америки, взору представит печальное зрелище – длинные ряды могил детей, умерших во время эпидемий чумы, малярии, дифтерии, коклюша, оспы и тифа, от которых современные дети избавлены благодаря иммунизации. (Помню, как в моем родном городе с населением сто тысяч человек произошла вспышка полиомиелита, в связи с чем жизнь там практически полностью замерла, за исключением работы самых необходимых учреждений, – были закрыты парки, кинотеатры, бассейны.)

Тех, кто дожил до преклонного возраста, в большей степени жестко контролировали социальные институты (церковь, семья) и общественные нравы. (В моем детстве о разведенных людях говорили с той же интонацией, с какой произносили: «Вот идет убийца».) Гендерные предрассудки отличались абсолютной категоричностью, ущемляя как женщин,

⁸ Selections, p. 106.

так и мужчин. Семейные и этнические традиции помогали не забывать о корнях и иногда пробуждали ощущение сплоченности, но при этом, будучи давно устаревшими, отбивали стремление к независимости. Девушка должна была выйти замуж, родить и воспитать детей, служить оплотом системы, поддерживающей и передающей традиции; юноша же, повзрослев, должен был принять на себя обязанности отца, стать добытчиком, но, помимо этого, также обеспечивать сохранение и преемственность ценностей.

Многие из этих ценностей были и остаются достойными одобрения. Но, учитывая весомость подобных институциональных ожиданий, имело место психологическое насилие. Не следует бездумно восхищаться пятидесятилетним браком, не зная, что творится при этом на душе у супругов. Может быть, они боятся перемен, честности и страдают. Ребенок, реализующий родительские ожидания, теряет свою душу. Стойкость и сохранение ценностей сами по себе не являются добродетелью.

Идея, что мы приходим в этот мир, чтобы стать самими собой, уникальным созданием, чьи ценности могут отличаться от ценностей родных и близких, была неведома тем, кто жил до нас. Даже сегодня некоторые воспринимают эту мысль в штыки. Однако отличительной особенностью современной эпохи является радикальное смещение фокуса внимания с общественных институтов на отдельного индивидуума. Смысловая нагрузка переместилась с царского скипет-

ра и церковной митры на человеческую личность – и это самое кардинальное изменение. Великие объединяющие идеологии лишились большей части своей психической энергии, оставив представителей современного общества в изоляции. Как полтора столетия назад заметил Мэтью Арнольд, мы «блуждаем между двух миров, меж мертвым и бессильным для рожденья»⁹. К счастью или к сожалению, на смену выбору институтов пришел выбор отдельного индивида. Сегодня мы сталкиваемся с перевалом в середине пути не только потому, что люди живут достаточно долго, но и потому, что подавляющая часть западного общества признает за человеком его главную роль в собственной жизни.

⁹ Poetry and Criticism of Matthew Arnold, p. 187.

Тектоническое давление и признаки сейсмической активности

Как упоминалось ранее, перевал в середине пути ощущается как своего рода тектоническое давление, которое нарастает снизу. Подобно литосферным плитам, крупным блокам, которые постоянно перемещаются относительно друг друга, трутся боками и усиливают давление, что и становится причиной землетрясения, сталкиваются между собой и блоки, составляющие нашу личность. Приобретенное ощущение собственного «я» вкупе со сформированными комплексами и представлениями, а также защитой внутреннего ребенка, истирается и обтачивается о более масштабную Самость, стремящуюся к реализации.

Выполняющее защитные функции самосознание подавляет эти сейсмические волны, но тем не менее давление нарастает. Его признаки проявляются задолго до того, как человек осознает наступление кризиса: злоупотребление алкоголем, депрессия, которую он старается побороть, связи на стороне, частая смена работы и т. д. – все перечисленное является попытками подавить, проигнорировать глубинное давление или убежать от него. С терапевтической точки зрения подобные симптомы не являются чем-то ужасным, они, если можно так выразиться, приветствуются, поскольку не только указывают на наличие травмы, но и отражают работу

здоровой психики.

Юнг отмечал, что неврозы «следует понимать как страдания души, не обретшей смысла»¹⁰. Отсюда не следует, что можно прожить жизнь без страданий, – скорее, речь идет о том, что от страданий нам никуда не деться и, следовательно, мы обязаны постичь их смысл.

Во время Второй мировой войны немецкий теолог Дитрих Бонхёффер принял мученическую смерть за участие в антигитлеровском сопротивлении. Из концентрационного лагеря Фленсбург ему удалось тайно передать некоторые бумаги и письма. В одном из них он задавался очевидным вопросом: неужели Господь сотворил этот лагерь и его нечеловеческие условия? Бонхёффер осознал, что у него нет ответа на этот вопрос, но мудро заметил, что его задача заключается в том, чтобы пройти через ужасные обстоятельства и познать волю Бога¹¹.

Можно было бы утверждать, что под тектоническим давлением души истинную цель жизни не постичь. Но мы обязаны выяснить, в чем смысл конфликта, столкновения наших «я», сопровождающего перевал в середине пути. В этом неизбежном противоборстве, цикле смерти-возрождения пробуждается новая жизнь. Нам даруется возможность заново обрести ее, прожить ее более осознанно, отделив

¹⁰ Psychotherapists or the Clergy, Psychology and Religion: West and East, CW 11, par. 497. (Здесь и далее CW обозначает The Collected Works of C.G. Jung.)

¹¹ Letters and Papers from Prison, p. 210.

смысл от страданий.

Человек понимает, что приблизился к перевалу в середине пути, когда происходят некие значимые события, открывающие ему глаза. Я встречал много людей, подошедших к перевалу после того, как они столкнулись со смертельной болезнью или овдовели. До того момента, часто до пятидесяти или шестидесяти лет, им удавалось оставаться в неведении, находиться в подчинении у комплексов или коллективных ценностей – они попросту отмахивались от вопросов, которые возникают при прохождении перевала. (Примеры будут рассмотрены в следующей главе.)

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [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.