



АНГИАНСКАЯ
ПСИХОЛОГИЯ

Джеймс Холлис

Почему
хорошие люди
совершают
плохие
поступки

Понимание
темных сторон
нашей души



От автора мировых бестселлеров: «Перевал
в середине пути», «Душевные омуты», «Грезы об Эдеме»

Юнгианская психология

Джеймс Холлис

**Почему хорошие люди совершают
плохие поступки. Понимание
темных сторон нашей души**

«Когито-Центр»

2007

Холлис Д.

Почему хорошие люди совершают плохие поступки. Понимание темных сторон нашей души / Д. Холлис — «Когито-Центр», 2007 — (Юнгианская психология)

Почему так часто наше представление о себе и то, как нас воспринимают другие люди, не совпадают с некоторыми нашими поступками? Почему обычные люди играют в азартные игры, злоупотребляют спиртным, растрачивают чужие деньги, посещают порнографические интернет-сайты, изменяют своим супругам, смеются над неудачами других, деструктивно ведут себя на работе и в повседневной жизни? Изучение теневых сторон нашей жизни очень полезно для личностного роста, поскольку способствует преодолению внутренних разрывов и противоречий, а также помогает обнаружить те внутренние силы, которые работают против нас, и понять, почему так происходит. В этой книге Джеймс Холлис предлагает свою помощь в том, чтобы сделать наше поведение более разумным, и указывает пути выхода на новый уровень осознания наших решений и действий.

Содержание

Предисловие	6
Вступление	8
Глава 1	12
Четыре формы выражения тени	14
I Тень, остающаяся бессознательной	14
II Тень, отвергаемая через проекцию	16
III Обладание через отождествление	18
IV Интеграция в сознание	19
Глава 2	22
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Джеймс Холлис
Почему хорошие люди совершают
плохие поступки. Понимание
темных сторон нашей души

Человек становится просветленным не потому, что представляет себе фигуры из света, а потому что делает тьму сознательной. Однако последняя процедура не из приятных и, как следствие, непопулярна.

К. Г. Юнг. Избранные труды

WHY GOOD PEOPLE DO BAD THINGS

Understanding Our Darker Selves

JAMES HOLLIS, PH.D.

© James Hollis, 2007

© Когито-Центр, перевод на русский язык, 2011

Все права защищены. Любое использование материалов данной книги полностью или частично без разрешения правообладателя запрещается

This edition published by arrangement with Gotham Books, a member of Penguin Group (USA) Inc.

Предисловие

*Внутри нас целый мир, обитель призрачных творений, что глухо
ропщут против воли Я, царя, что правит ими.
Гуннар Эжелёф*

Некое Я, о котором мне известно, что оно недостаточно знает для того, чтобы знать, что оно знает недостаточно, считает себя лучистым кристаллом, когда на самом деле это темноватый, мутноватый, неправильной формы, а подчас так и вовсе не прозрачный обсидиан. А то, которое я считаю своим Я, – лишь только голос Эго, тонкая пленка, растянувшаяся по поверхности безбрежного внутреннего моря. Наш язык подводит нас. Когда я говорю Я, которое из этих Я говорит? Какая часть в этот момент говорит за других? Когда я говорю «мое», чей именно слышен голос? Могу ли я сказать, что знаю себя в любой... или хотя бы в какой-то определенный момент?

Как так получается, что хорошие люди поступают плохо? Почему наша личная история, наша общественная история полна кровавых повторений, не щадит ни нас, ни других, опровергает саму себя? Эта книга исходит из общего положения, трюизма для глубинной психологии, однако мало известного широкой общественности: *человеческая психика не представляет собой чего-то цельного, единого или единообразного, как хочется верить Эго. Она разобщена, многогранна и разделена... всегда разделена.*

Но таково заблуждение Эго, подчас заблуждение необходимое, что эта совокупность расщепленных Я подотчетна сознанию, содержится под его контролем или, по крайней мере, хотя бы познаваема. Эти расщепленные Я, эти темные сущности, представляют собой фрактальные энергетические системы, которые *обладают способностью действовать независимо от нашего сознательного намерения.* На деле же они весьма активны почти в каждое мгновение и способны низвергать сознание, узурпировать свободу и разыгрывать свои собственные программы независимо от того, известно нам это или нет. Если взглянуть на такое положение дел с долей юмора, то можно сказать, что одни части нас самих совершенно незнакомы с другими. Но даже если представить их друг другу, это вовсе не значит, что они захотят ужиться.

Автономный мир внутри нас – обитель того, что Юнг назвал *Тенью*. Тень не есть зло как таковое, хотя может совершать и то, что нами самими или другими людьми впоследствии будет расценено как зло. Но в любом случае мы целиком ответственны за действия и последствия проявлений Тени, даже если в момент их совершения не подозреваем о них.

Активность этих темных Я, этих тeneвых силовых полей выходит за пределы нашей личной жизни. Они дают о себе знать в нашей общественной системе, в нашей политике, в межличностном общении и даже в наших богословских моделях. Да и может ли быть иначе, чтобы бесконечная сложность человеческой психики не проявила себя в бесконечных сложностях того мира, который мы создали, или того мира, каким мы его вообразили? Поговаривают, что тайну Вселенной раскрыл Гермес Трисмегист («Трижды-Величайший») ¹ во времена Древнего Египта. Тайна эта, которую читателю мы откроем без всяких дополнительных затрат с его стороны, заключается в том, что «горнее – копия нижнего, а нижнее – копия горнего» и «вверху и внизу одно и то же».

Это значит, что подлинное исследование сложностей нашей повседневной жизни потребует от нас стать свидетелями, помимо прочего, многоликости и многообразия психики. Исследуя индивидуальную человеческую психику, со всей неизбежностью обнаруживаешь ее актив-

¹ Его египетское имя было Тот. Считается, что он был изобретателем письма и, подобно Прометею в греческом мифе, посредником, доставляющим тайные знания, тайные силы от богов людям.

ность во всех человеческих сообществах и даже в представлениях о Вселенной. Но в наше время немногих по-настоящему заботит, от какой отправной точки разворачивается их повседневная жизнь. Мало кто задумывается о взаимосвязи между индивидуальной психикой и общественно-политическими дрязгами, в которые мы постоянно впутываемся. Мало кто задумывается о том, как наша психика истолковывает и даже пересаживает свой образ в космос. Исследуя этот предмет, нам неизбежно придется разобраться в том, как наша сложная, многообразная психика проявляет себя на столь многих уровнях: личностном, общественном, космическом. Построение этой книги, ее последовательная логика состоит в том, чтобы начать с личного и непосредственного, а затем продвигаться все расширяющимися кругами от личностного к общественному, далее к историческому, затем к космическому, чтобы снова вернуться к самому что ни есть личному. Ведь, по крайней мере, частично все эти планы нашей реальности проистекают от персональной Тени. В конечном итоге работа с персональной Тенью в значительной степени определяет наши взаимоотношения с Тенью на всех остальных уровнях. То, чем мы пренебрегли внутри себя, рано или поздно покажет себя вовне... словно грузовик, что мчится не по своей полосе прямо на нас.

Те, кто не принимает в расчет вовлеченность разделенной человеческой души, остаются в неведении относительно своих мотивов и, следовательно, опасны для себя и остальных. Те же, кто все-таки решит остановиться, и задуматься, и спросить себя *почему*, делаются все более и более чутки к сложности своих психологических процессов. Жизнь становится для них интересней, а они сами менее опасными для себя и окружающих. Именно для этой последней группы и написана данная книга. Книжные прилавки сейчас заполнены пособиями по так называемой «психологической самопомощи», предлагающими шаблонные программы быстрых личностных изменений. Большинство этих программ не работает как раз по той причине, что в них не берется в расчет сложность человеческой психики. Они редко учитывают факт, что очень многое из того, что формирует нашу жизнь, оперирует вне сферы сознательного. Не хотят замечать и того, как нас затягивает в водоворот противоречивых мотивов, как одна часть нас самих не проявляет желания подключаться к программе, проводимой в жизнь другой частью, и эти темные Я, какого бы прогресса эго-сознания мы ни добивались, продолжают гнуть свою линию совсем в противоположном направлении. Книга «Почему хорошие люди совершают плохие поступки: Понимание нашего темного Я» – приглашение к неприглаженному диалогу с собой и своим миром, к многообещающему, хотя и не менее трудному обмену мнениями, который не может не привести к пониманию себя и мира.

Джеймс Холлис
Хьюстон, Техас
2006 г.

Вступление

Лицом к лицу с Тенью

Вот несколько реальных случаев. Поразмышляем над ними:

- Уважаемая женщина-бухгалтер находит способ переводить средства из неприбыльного благотворительного фонда на личный счет. Много лет она говорит мужу, что ее поощряют бонусами за успехи в работе. И лишь тогда, когда они уезжают в продолжительный отпуск и другой человек принимает ее дела, мошенничество раскрывается.

- Политик, известный своими яростными нападками на гомосексуалистов, сам оказывается геем. Чего больше в его публичной позиции: проявления ненависти к себе или циничного использования в собственных целях ограниченности и предрассудков своих избирателей? Так ли важно для него сохранить за собой этот пост, и если да, то почему?

- Женщина выходит из церкви и, обернувшись, видит, как ее богатая соседка поскользнулась и приземлилась прямо в лужу. Женщина разражается безудержным смехом. Она никак не может остановиться и продолжает истерически хохотать, к величайшей досаде своего мужа, сына и позднее к своей собственной.

- Опекун тайно спускает на азартные игры сбережения, отложенные для учебы детей в колледже. Только после того, как первого ребенка принимают в колледж, для него наступает время «платить по счетам».

- Миллиарды долларов тратятся на порнографию самыми обычными людьми. Немало подобной продукции рассматривают в Интернете те, кто ратует за нравственность и открыто осуждает подобный интерес.

- Телепроповедник сообщает своей пастве, что он говорил с Богом, и Бог сказал, что их ждет счастье и чтобы они не забывали делать взносы на Его церковь; по стечению обстоятельств это совпадает с интересами священнослужителя.

- Практикующий психотерапевт привязывает клиентов к себе, несмотря на подписание этического кодекса, строго запрещающего навязывать клиентам услуги.

- Богатейшая страна в мире тратит миллиарды на вооружение и рискованные авантюры за рубежом, одновременно урезая расходы на социальные, здравоохранительные и образовательные нужды своих обездоленных граждан, а также сокращает налоги для богатых; как показывает последняя статистика, каждый шестой гражданин этой страны ежедневно голодает.

- Дорожа близостью, мы видим, тем не менее, сколь малое число отношений остается долговечным. Может ли кто-то любить «другого» по-настоящему, как есть, без примеси эгоизма? Не присутствует ли здесь нарциссический интерес, который вскрывается, стоит лишь повнимательней приглядеться к своим поступкам и программам? Даже родители, большинство родителей, разве не ждут они от своих детей, что те будут придерживаться их ценностей вместо того, чтобы искать собственные?

Этот список можно продолжать бесконечно, пополняя все новыми человеческими историями. Но при всем разнообразии примеров содержат ли они что-либо общее? Все они – проявление *Тени*².

² В этой книге я пишу слово *Тень* с большой буквы, для того чтобы подчеркнуть ее относительную автономность, ее глубинную *шакловость* при всем том, что она остается глубокой частью нас самих.

Почему обнаруживается столько расхождений между ценностями, которые мы исповедуем, достоинствами, которые числим за собой, и таким количеством примеров шокирующего, часто деструктивного поведения?

Возможно, самое пронзительное замечание, сходявшее когда-либо с человеческих уст, принадлежит древнеримскому поэту Теренцию, который писал почти два тысячелетия назад: «Ничто человеческое мне не чуждо». Но разве это возможно? Ведь я не сомневаюсь, что во всем, что я знаю и ценю, во всем, что предлагаю вам, нет ничего от темных сторон человеческой природы. Как я могу предположить, что там, внутри меня, может оказаться убийца? Как мне жить с мыслью, что я могу испытывать жестокие, порочные, корыстные чувства в отношении других людей?

По убеждению Платона, человек добродетелен от природы и остается таким, пока сохраняет полную сознательность; по крайней мере, так утверждает автор «Государства». Если человек поступает плохо, то только потому, что не полностью осознает последствия своего поступка. В притче о Гиге, рассказанной в «Государстве», пастушок находит волшебное кольцо: стоит лишь повернуть его на пальце – и его хозяин делается невидимым. Вот так, становясь невидимкой, Гиг может запросто обирать или своекорыстно использовать соседей, не думая о последствиях. Насколько нравственны будут поступки каждого из нас, *знай мы, что нам не придется за них отвечать?* Платон утверждал, согласно Сократу: если бы Гигу растолковали последствия его поступков, то, как его поведение скажется на других людях, ему пришлось бы жить в обществе, где никому нельзя доверять, и он поступал бы «должным образом», несмотря на дарованные ему магические возможности³.

Для многих, кто изучает сложную человеческую природу, включая и меня, представления Платона кажутся идеализирующими и наивными. Наша культура в значительной степени основывается на ложной идее, что мы можем научить молодежь социально корректному поведению (даже я всю свою жизнь отдал образованию, поискам того «добра», которое можно было бы передать через обучение, книги и психотерапию). Наша уголовно-исполнительная система в большей степени ратует за уменьшение строгости наказания (хотя это и справедливо), чем прилагает усилия для того, чтобы исправить характер людей путем публичного порицания. Поэтому мы называем места лишения свободы «*исправительными*». (Идею пенитенциариев, «исправительных домов», развили квакеры, верившие, что принадлежность к общине является духовной необходимостью человека. Удаленный из сообщества людей, он переживает боль отделения и тем самым склоняется к исправлению, добровольно изменяя свои поведение и взгляды, чтобы быть возвращенным к «стаду».)

Тем не менее современные философы окрестили «ошибкой Сократа» наивность платоновских воззрений на природу человека. Достаточно лишь взглянуть на заголовки наших газет или понять скрытые программы, которые задействуются при вступлении во взаимоотношения, чтобы ощутить то темное, которое налагает отпечаток на наше сознание.

В иудео-христианской традиции эта темная примесь получила название «первородный грех». Более образованные из нас скажут, что решение Адама и Евы, как прообразов всего человечества, навечно запечатлелось в человеке, словно какой-то генетический дефект. Для менее образованных склонность сознания превозносить свое положение, не видеть возможных последствий, скрытых мотивов и есть «первородная», то есть первичная для всего рода людского. (Одна моя толковая коллега, не принадлежащая ни к одной религиозной традиции, как-

³ Любопытно, что этот аргумент на двадцать три столетия предвосхищает аргумент Иммануила Канта, стремившегося отыскать основу нравственного поведения, не опирающуюся на страх божественного воздаяния, чисто рациональную почву для «правильного поведения». Он ввел такое понятие, как «категорический императив», предполагающий, что мы должны поступать *так, как если бы* некое обобщенное наших поступков было прилагаемо ко всем, включая нас. То есть, я не краду у ближнего не потому, что мстительное божество того и ждет, как бы наказать меня, – для меня неприемлемо жить в мире, где никто не доверяет другому.

то заметила, что единственный религиозный концепт, отвечающий за все безобразия XX века, который она готова поддержать, – это архетип Грехопадения.)

По здравом размышлении мы неизбежно придем к выводу: то, что мы привычно называем *мое Я*, содержит в себе множество фрагментов, множество расщепленных Я. Некоторые из этих темных Я представляют собой *комплексы* — термин Юнга, обозначающий то, как психика заряжается программными энергиями по мере развития нашей личной истории. Ну а поскольку все мы представляем одну большую человеческую общность и в чем-то общую культуру, мы часто разделяем исторически привлеченные энергии, завязанные на деньгах, власти, сексуальности, еде и т. п. В то время как наши предки могли проецировать первоисточник этих расщепленных Я вовне – на Дьявола или на Злого, современность более склонна признавать, что темные мысли и поступки исходят от нас и что в конечном итоге отвечаем за них тоже мы. Правда, мысль о «темных сторонах наших Я», безнаказанно орудующих внутри нас, не может не внушать беспокойство. В рассказе Натаниеля Готорна «Молодой Браун» показано, как наивный юноша сталкивается с Тенью в лесу. Потрясенный этой встречей, он отдалается от жены (которую, кстати, зовут Вера) и остаток жизни проводит, избегая общения с людьми, разочарованный и подавленный.

Быть способным исследовать и принять ответственность за эти темные Я, когда они дают о себе знать, – тут не обойтись без сильного самосознания и немалой храбрости. Куда проще отвергать, обвинять других, проецировать на кого угодно или держать все под спудом и делать вид, что ничего не происходит. Именно в такие мгновения человеческой слабости мы опасней всего для самих себя, наших семей и общества. *Исследовать этот материал – не значит потакать себе. Это путь принятия ответственности за свой выбор и возможные последствия. Это акт большой нравственной силы, потому что в нем заключена возможность снять с других наше бремя – бесспорно, самое нравственное и полезное, на что мы способны для тех, кто окружает нас.* Как подметил Юнг:

Тень – это нравственная проблема, бросающая вызов всей целиком «эго-персональности», ибо невозможно осознано признавать существование Тени без значительного нравственного усилия. Осознание этого факта включает признание темных аспектов личности как реальных и существующих.

То, что не является сознательным, будет и дальше идти по пятам за нами и за нашим миром. Да, внутри нас столько всего, что едва ли мы сможем все понять и усвоить за то краткое время, что длится наше пребывание на этой земле. И все же качество нашей жизни напрямую зависит от уровня осознанности, привносимого в повседневный выбор. Эта книга – напоминание и одновременно приглашение к более осознанному подходу к жизни.

У поэтессы Максин Кумин есть поэма под названием «Сурки» об одной мягкой и доброй женщине, скромной представительнице среднего класса. Обнаружив, что в ее подвале роют норы сурки, она теряет покой, долгими ночами просиживает в подвале и ждет, когда же те покажутся, чтобы прикончить их из револьвера 22-го калибра. Постепенно проникаясь «дарвиновской правотой» своей затее, своим биологическим превосходством над незваными гостями, она под конец начинает забавно умолять зверьков, чтобы те позволили удушить себя газом «по-нацистски, без лишнего шума». Но захочется ли кому-то открыть в себе нациста? Нечто подобное внутри себя находит поэт Деннис Слеттери, он вспоминает, как палил из своего револьвера, причем «Крик и скрежет жизни / Вываливаясь рваными клубами / С собой заполнил воздух»⁴. Оба автора, тонко ощущающие нюансы, теллурические глубины сложностей человеческой души, не остаются в неведении относительно того, что притаилось в их подвалах. А мы? В какие сферы внешней жизни прогрызут ходы наши с вами грызуны темной породы? Подав-

⁴ *Slattery. Shooting Rats // Casting the Shadows: Selected Poems. P. 79.*

ляем ли мы все то, что затаилось у нас в подвалах или же проецируем эту тьму на других? И если так, то как вообще можем мы общаться с другими людьми, иметь сознательные, этические отношения с ними, когда буквально топим их в собственной отрицаемой тьме? В этом личном и коллективном взаимодействии с Тенью, лежащей внутри каждого из нас, и заключено качество жизни, тональность и итоги личных отношений и сама судьба цивилизации.

Глава 1

Многоликие тени души

Четыре формы выражения Тени

«...и видел ли ты врата тени смертной?»
Иов, 38: 17

И Зигмунду Фрейду, и Карлу Юнгу было что рассказать об этих темных Я. Фрейд, в частности, дав определение смешанных мотивов психического, откровенно заговорив о сексуальности и рискнув оспорить священные образы западного мира, навлек тем самым на себя целый шквал критики. В его работах, поднявших на свет открытого обсуждения такие темы, как детская сексуальность или же скрытые, нарциссические планы в самых нравственных побуждениях, стали публично усматривать «грязные» движущие мотивы и сомнительные помыслы. В своей первой значительной публикации, «Исследования истерии», написанной совместно с Йозефом Брейером в 1895 году, Фрейд обратил внимание на то, как мотивы, которые находятся в конфликте с сознанием и подавляются Эго, могут искать для себя третью сферу приложения и проявляться в теле в виде соматических отклонений. Патология, которую прежде рассматривали в рамках медицинской модели, часто безуспешно, была представлена как символическое выражение всего того, что так яростно отвергается сознательной жизнью. В «Психопатологии обыденной жизни» (1901) Фрейд исследовал скрытые умыслы, подтачивающие сознание и порождающие очевидные ошибки, так называемые оговорки по Фрейду, которые, как он считал, были символическими проявлениями иной темной воли, стремительное течение которой пролегает в глубинах под поверхностью сознательного моря.

Позднее, находясь под воздействием ужасов мира, провозглашающего преданность иллюзорному прогрессу и все же принесшего на заклание цвет молодости под Верденом, Пашендалем, Ипром или на Сомме, где англичане потеряли 60 тысяч только в первые двадцать четыре часа военных действий, Фрейд написал работу «Неудовлетворенность культурой» (1927–1931). Он выделил и соответствующим образом оценил значимость базовых человеческих импульсов, что ведут к агрессии, насилию и разрушению. Потребности в социальной адаптации, отмечал Фрейд, порождают противоборствующее им чувство беспомощности и неудовлетворенности, с которыми мы справляемся с помощью отклонений, замещений и всевозможных интоксикаций. Среди этих интоксикаций главная – дурман патриотизма и оболстительные чары войны, которые привели сына Фрейда в лагерь военнопленных во время Первой мировой войны и которые захватили четырех его сестер, пропавших в концлагерях в период Второй мировой⁵.

Но именно Карл Юнг посвятил значительную часть своего жизненного странствия исследованию этой темной морской стихии внутри нас. Юнг вырос в семье протестантского пастора, в которой, кроме него, было еще пятеро детей. Казалось, его ждет жизнь трезвомыслящего уважаемого буржуа-швейцарца. Но еще в детстве ему приснилось, будто он смотрит на устремленные к небу шпили кафедрального собора в своем родном Базеле. С небес, от Бога, на землю упали золотые экскременты, которые раскололи башни и сровняли с землей величественное строение. Напуганный и пристыженный тем, что ему приснился подобный сон, он несколько десятилетий никому о нем не рассказывал. И лишь позднее, в середине жизни, Юнг понял, что творец этого сна – не «он», не Эго, а нечто глубинное, более автономное, возможно,

⁵ Ф. Ницше однажды иронически заметил, что это удивительно, как легко «плохая музыка» и «плохие аргументы» перерастают в образ «врага».

даже «Бог», захотевший намекнуть ему, что его собственный духовный путь будет не таков, как отцовский. Этот волнительный сон переписывает библейскую метафору об отвергнутом камне, ставшем камнем краеугольным в новом здании, поскольку экскременты были божественными, необъяснимо «золотыми» и были предназначены расчистить старое, чтобы откровение могло предстать в новом обличье.

Из множества понятий, сформулированных Юнгом⁶, пожалуй, не найдется другого, столь же емкого, как его идея Тени. Если описывать ее функционально, то Тень состоит *из всех тех аспектов нашего существования, которые работают на то, чтобы заставлять нас ощущать дискомфорт от самих себя*. Тень – это не просто бессознательное, Тень – *то, что нарушает ощущение самости, которое мы хотели бы удерживать*. Она не синонимична злу, хотя может содержать элементы, которые Эго или же культура расценивают как зло. Помнится, в дни моей юности, прошедшие под звуки радио, была одна популярная программа, которая так и называлась – «Тень». Вел ее некий Ламонт Кренстон, и в ее начале звучала всегда одна и та же заставка: «Кто знает, какое зло скрывается в сердцах людских? Тень, только Тень!» А затем эта добрая душа принималась клеймить зло и превозносить добро, на все про все тридцать минут, включая рекламу мыла, овсяных хлопьев и мастики для паркетов. На самом же деле, как мы позднее увидим, Тень вполне может заключать в себе и то, что мы восприняли бы как доброе, целительные, созидательные энергии, помогающие нам в достижении большей цельности. Как поясняет сам Юнг:

И если донныне бытовало убеждение, что Тень человека – источник зла, теперь, при тщательнейшем рассмотрении, можно удостовериться, что бессознательный человек, иначе же его Тень, не состоит лишь из нравственно порицаемых склонностей, но также обнаруживает целый ряд положительных качеств, таких как нормальные инстинкты, адекватные реакции, реалистичные прозрения, творческие порывы и т. д.⁷

Будучи частью нас самих, Тень не покинет нас, повинуюсь одним лишь уговорам нашей воли, и «правила хорошего поведения» не устоят перед ее влиянием на повседневную жизнь. Тень проникает во все наши будничные дела, присутствует во всех наших начинаниях, неважно, какими бы возвышенными ни казались их замысел или тональность.

У каждого из нас есть своя неповторимая «персональная Тень», хотя мы во многом похожи на окружающих нас людей. «Коллективная Тень» – более темная струя культурного потока, непризнанные, часто рационализированные взаимные переплетения времени, места и наших племенных ритуалов. Каждый из нас обладает персональной Тенью, и каждый из нас, хотя и в разной степени, делает свой вклад в коллективную Тень.

⁶ В их числе: комплекс, архетип, личность, тип личности, синхрония, анима, анимус, индивидуация и мн. др.

⁷ Jung. Conclusion // CW. 9ii. Par. 423.

Четыре формы выражения тени

Существует четыре категориальных способа, которыми Тень проявляет себя в нашей жизни: а) Тень остается *бессознательной*, хотя и активной в нашей жизни; б) отрицается, будучи *проецируема* на других; в) узурпирует сознание, *овладевая* нами; г) расширяет *сознание* через признание, диалог и усвоение ее содержимого.

1 Тень, остающаяся бессознательной

Один вопрос, на который никто из нас не может ответить, звучит так: «Скажи мне, чего ты не осознаешь?» По определению, мы не знаем того, чего мы не знаем. Мы не знаем того, что на самом деле известно о нас другим людям. И все-таки то, чего мы не знаем о себе, никуда не исчезает и исподволь просачивается в наши ценности и в наш выбор. И даже если мы начинаем подмечать, что мы стойко придерживаемся мотивов и программ, противоположных ценностям, которые мы исповедуем, скорее всего, отыщется и оправдание тому, почему мы делаем так, как делаем, и поступаем так, как поступаем. И, без сомнения, один из вернейших признаков того, что мы обороняемся от своей Тени, – то, что у нас всегда наготове рационализации, которые немедленно проявляются, когда нужно оправдать нашу позицию по любому предмету. Как просто критиковать целые группы людей! «У этих людей нет трудовой этики» – так говорит кто-то, игнорируя разрыв между нашими исповедуемыми ценностями снисходительности и любви к людям и упорной заинтересованностью в ощущении своего превосходства. Ширли прочитала пару книг по психологии и теперь получает удовольствие, ставя психологические диагнозы своим приятелям. Ей становится лучше, когда она чувствует свое превосходство над ними. Эдвина притязает на особые отношения с Богом и в своем кругу направо и налево раздает советы, как нужно обустроить жизнь. «Пунктик» Чарльза – приглашать приятелей на дружеский ланч, при этом намекая боссу, что у них не все в порядке на работе потому, «что и дома у них нелады». Элина, побуждаемая психологическими травмами прошлого, идеализирует своих друзей, доводит до крайнего предела свои с ними отношения, а затем истерично обвиняет друзей в предательстве, когда те раз за разом «бросают ее в беде». Ей и невдомек, что единственный человек, неизменно присутствующий во всех ее отношениях, – это она сама. Настроившись на то, что друзья должны во всем потакать ей, она сама отдаляет их от себя, и уж тут они становятся объектом ее сплетен и злословия. Каждый из этих людей уловлен своей Тенью, молча идет на поводу личных умыслов и совершенно не осознает того, каким образом причиняет вред другим.

Сложность Вселенной и сложность нашей души столь велики, что фантазировать, будто мы доподлинно знаем себя, – все равно что взойти на гору в сумеречную пору и считать, что мы объемлем взглядом всю круговерть звездных орбит в бескрайнем просторе над нами. В лучшем случае мы узнаем то одну звезду, то другую. Мы проецируем на их неведомые орбиты свою психическую потребность в порядке (по-гречески «порядок» – *космос*) и уже видим небесные картины. Уверяем себя, что вон там – воин, а это – животное; созвездия существ, вращающихся в чернильном омуте неба. И верим, что познали эти фантомы, верим в то, что видимое нами реально, объективно и осязаемо.

Так же обстоит дело и с Тенью. Как мало мы знаем о том, что картины, которые мы подмечаем, толкования, которые предлагаем, миры, которые выдумали, – все они берут начало в нас самих, а затем автономно управляют нами. Тень воплощает в себе все беспокоящее нас, то есть чуждое нашему идеалу Эго, противоречащее тому, что нам хотелось бы думать о себе, или же грозящее пошатнуть то чувство Я, которое мы с удобством примеряем на себя. Эго складывается из множества обломков расколотого опыта, и потому оно с легкостью восприни-

мает как угрозу даже свою собственную инакость, все, что противоречит основной жизненной программе или хотя бы немного видоизменяет ее. Потому-то на самом деле Эго мало когда бывает знающим настолько, чтобы знать, что оно недостаточно много знает. Получается так, что им владеет, управляет и направляет его то, чего оно не знает. Знает ли рыба, что плавает в воде? Конечно, нет. Она – одно целое со своей стихией. Известно ли Эго, что оно плавает в море соперничающих, часто противоборствующих ценностей и энергий? Лишь изредка.

Да и кто из нас достаточно силен, чтобы неизменно признавать за собой недостатки, скрытые намерения, сокровенные мотивы? Женщина засмеялась при виде того, как ее подруга обрызгалась грязью, нечаянно угодив в лужу, хотя всегда сознательно, даже старательно подчинялась диктату своих жизненных правил. И все же она не в силах скрывать зависть в отношении той, которую она тайно привыкла считать своей соперницей, и вот уже вовсю хохочет, довольная ее незадаче. Ее *Schadenfreude*⁸, или радость, вызванная несчастьем другого, – эмоция, совершенно чуждая ее сознательной жизни. И все же, словно долго сжатая пружина, она распрямляется в мгновение ока. А какая пружина может распрямиться *в каждом из нас* в такие рефлексивные моменты?

Да и есть ли кто из нас, кто не был бы эмоционально зависимым, тщеславным, порой самовлюбленным, подозрительным, несамостоятельным или же склонным манипулировать людьми? Счастлив ли был брак госпожи Индиры Ганди с человеком, который получил в супруги всю Индию? Развертыванием какого рода теневой динамики был их брак? Не угнетет ли служение другим людям того, кто посвятил ему свою внешнюю жизнь, не проклинает ли он его втайне? Всегда ли этот порыв самопожертвования является благом? И можно ли сказать, что это добровольный выбор? Не служит ли человек, завоевавший почетное звание «Гражданин года», также и потребности быть востребованным? Цинично ли отдавать себе отчет в присутствии противоположной ценности во всем, что только объемлет наше сознание, или же это глубинная форма честности? Можно ли назвать человека святым по той причине, что он принес свой жизненный путь в жертву служению другим людям? Был ли это вообще неподдельный жизненный путь или же проявление комплексов, столь мощных, что возможности любого другого выбора просто не было? Делает ли это человека святым или достойным жалости? И кто из нас, не ведая его внутренней психической конституции, вправе выносить подобное суждение? Могут ли добрые дела сопутствовать внутренней жизни, полной страданий? И разве не бывает так, что отвергнутая внутренняя жизнь, какой бы великий свет ни проливался во внешний мир, скрывает под своей маской очень обширную Тень? Нам остается только вспомнить постыдные разоблачения столь многих проповедников, политиков, тайную жизнь кинозвезд и звезд спорта. Не стоит забывать о том, как история порой приоткрывает завесу над самыми чтимыми биографиями, признавать силу Тени и те постоянные требования, что она предъявляет даже лучшим из нас.

Что движет религиозным фанатиком, не жалеющим времени на то, чтобы словом или силой обратить кого-то в свою веру: искренняя убежденность в пользе благого дела или же беспокойный плен внутреннего сомнения, того сомнения, которое изгоняется достижением единомыслия? Николас Мосли писал: «Люди относят себя к христианам или мусульманам скорее из нужды принадлежать к определенной группе, обеспечивающей эмоциональную поддержку в непростом мире, чем в результате индивидуального поиска истины и смысла»⁹. В самую точку! Это касается и божественного откровения, и характеристик «цельных натур»! К слову отметим, что такие вопросы незамедлительно начинают раздражать чувствительность нашего сознания. Мы, хозяева своей жизни, склонны возмущаться неуважением к нашей репу-

⁸ Злорадство (нем.).

⁹ Mosley. *Inventing God*. P. 3.

тации, к нашим сознательным ценностям, к нашей личности. Вот она, та самая теневая зона, в которой мы оказываемся куда чаще, чем хотелось бы признать.

И все же, поскольку неслышное движение Тени чаще всего совершается вне нашего поля зрения, в неизмеримо глубоких морях, мы не понимаем того, как Тень проявляет себя в нашей внешней жизни. Где берут начало наши нравственные устои, на которые мы так часто ссылаемся? Являются ли они врожденной добродетелью человечества или привитым, привнесённым извне комплексом? Может ли нравственность неумышленно порождать зло для самого человека и его ближних? Может ли добро, лишённое своей противоположности, избежать впадения в односторонность? И не окажется ли рано или поздно эта односторонность подавляющей, принудительной, даже демонической? Кто из нас, пусть по прошествии десятилетий, не видит сомнительных последствий во всем том, к чему мы так стремились в свое время и чем так хотели обладать? Кто во второй половине жизни, обладая хоть малой толикой сознательности и психологической зрелости, не оглядывается на прошлое с сожалением, некоторым стыдом и весьма немалым разочарованием? А ведь в то время мы мнили, что знаем себя, что поступаем мудро, достойно и с наилучшими намерениями. Понимание того, что ты и только ты отвечаешь за свою собственную историю жизни, – первый шаг к признанию прежде подспудных проявлений и действий нашей Тени.

Кто из нас может сказать о своей Тени, собственно о своем бессознательном: «Я сознательен в отношении того, что бессознательно»? Это самое бессознательное садится с нами за обеденный стол и, возможно, за чей-то еще. Оно создает во владениях Эго свое теневое правительство за спинкой его резного трона.

II Тень, отвергаемая через проекцию

«Кассий тощ, в глазах холодный блеск. Он много думает, такой опасен!»¹⁰ (Кому, как не другому политику, может принадлежать подобное наблюдение в «Юлии Цезаре»?) А что скажете о том Джо... – честолюбивый, тщеславный, самовлюбленный? (Кто-то добавит: «Совсем как я».) А о тех иноплеменниках, безбожных и неистовых, – может, лучше прикончить их всех сразу? (Кто-то сделает паузу, чтобы задуматься, до какой же степени *они* — отражение *нас*?) Или о враждебном отношении к гомосексуалистам со стороны тех, кто озабочен даже собственной сексуальностью? Или о том, как удобно, когда всегда знаешь, кто враг; если враг *там*, значит его нет *здесь* и незачем отягощать себя бременем самоанализа, обязанностью вглядываться вглубь себя самого.

Для «эго-сознания», этой тонкой пленки на поверхности обширного моря с мерцающими глубинами, все то, что не попадает в его поле наблюдения, или не существует, или спит беспробудным сном. На самом деле содержимое подсознательного – это энергетические системы, динамичные, активные и вполне способные обойти контролирующую силу сознания. Ориген, один из ранних отцов церкви, винил себя за то, что слишком много думал о юных танцовщицах. Решение проблемы подавления своей Тени он нашел в том, что оскопил себя. Но вскоре обнаружил, что опять думает о танцовщицах. Мог ли мужчина, искренне, истово верующий мужчина, истребить свою сексуальную природу? И если да, чего это стоит, учитывая свидетельства¹¹ недавних скандалов по поводу сексуальных домогательств со стороны священнослужителей? Да и кто они, те духовные авторитеты, которые требуют умерщвления той самой плоти, что им дарована их же Богом? Какая Тень скрывается во всем этом?

¹⁰ Пер. М. Лозинского.

¹¹ Английское слово *testify* («свидетельствовать»), однокоренное со словом *testicles* («яички»), происходит от древнего правила произносить торжественную клятву, держа себя за детородный орган. Это должно было засвидетельствовать, что присягающий клянется самым корнем жизни, и, следовательно, искренность клятвы.

Просто взять и отвергнуть что-то не получится. Наши бессознательные элементы наделены зарядом энергии, позволяющим подняться из темного моря и войти в наш мир, ничуть не потревожив внимание сознания. Если бы это было не так, тогда политтехнологи и рекламисты с Мэдисон-авеню быстро остались бы без работы. В книге «Тайные увещеватели» Вэнс Паккард рассказывает, как инструменты и техники завуалированной дезинформации и манипуляции смыслами, разработанные разведслужбами во время Второй мировой войны, жадно перенимала реклама в послевоенное время. В частности, для того, чтобы растормошить подсознательное и стимулировать положительные проекции на свой продукт, спектр которого – от персиков и «Понтиаков» до политиков.

Никто не занимается проекцией сознательно, поскольку это будет явная несообразность. Никто не встает с постели, приветствуя утро с намерением осуществить проекцию. И все же со всей неизбежностью психическая энергия внутри нас, особенно та, что лежит вне спектра сознания, проявляет себя в динамике, которую Эго не способно вместить. Именно так мы влюбляемся, так остерегаемся чужаков и так снова и снова воссоздаем свои эмоциональные истории. Психика – это аналоговый компьютер, содержащий факты личной истории. Загружаясь, он подбирает аналогии, словно бы говоря: «Когда мне уже случалось здесь побывать?», «Что я знаю об этом?», «Что об этом подсказывает мне мой прошлый опыт?». И хотя каждое мгновение совершенно неповторимо, наша психическая система, обслуживающая исторически заряженный опыт и систему тревожного менеджмента, заполняет новое поле опыта данными старого. Поэтому мы проецируем нашу внутреннюю жизнь или ее аспекты на других людей, группы, нации. Соответственно, и пропаганда, политические кампании и реклама в особенности стремятся пробудить позитивные или негативные реакции с нашей стороны. Слишком часто критическая способность «Эго-сознания» вытесняется силами исторического программирования, и новые мгновения жизни со всей неизбежностью вылепливаются под впечатлением старых.

Женщина замечает за собой, что резко негативно реагирует на совершенно незнакомого ей человека, которого она видит по телевизору. (Кто из нас не усматривал позитивной или негативной ауры вокруг знаменитостей, забывая на мгновение, что они совершенно чужие нам люди, которые могут просто играть свою роль?) После нескольких подобных случаев она, наконец, поняла, что мужчина с экрана хмурит брови точно так же, как в ее далеком детстве нахмуривалась мать. Прошли десятилетия, на экране был человек другого пола, но достаточно было ему сдвинуть брови, чтобы вызвать сильную аффективную реакцию.

Все то, чего мы не можем или не хотим признавать, то, что не согласуется с нашим представлением о себе, часто дистанцируется от нервного Эго с помощью разобщающего механизма проекции. Поскольку энергия, валентность, проблема теперь сосредоточены «там», нам не нужно разбираться с ними «здесь». Снова мы проецируем несознательно, потому-то наши проекции так сильны, так убедительны. Можно ли представить себе, что все, что мы переносим «туда», берет свое начало «здесь»? Что реальность, которую я наблюдаю «там», – это аспект меня самого? Неудивительно, что она выглядит такой знакомой, такой убедительной! Как нам, современным людям, постичь ту истину и принять тот вызов, о которых напоминает нам древнекитайский текст «Искусство ума»:

Человек стремится познать *то*... Но его способ познания – *это*... Как он может познать *то*? Только совершенствуя *это*¹².

То — внешний мир, который мы постигаем, некое знание о нем проистекает из *это*, внутреннего мира нашей индивидуальной психики. Как же иначе можно познать *то*, окружающий нас реальный мир, как не узнавая больше *это*, наши внутренние процессы, пристрастия, предубеждения?

¹² Waley. The Way and Its Power. P. 47.

Следовательно, мы вечно возвращаемся к своей собственной Тени и верим, что это нечто внешнее, от чего можно держаться в стороне. С каждой теневой проекцией наше потенциальное отчуждение от реальности становится только шире. Чем больше мы заваливаем других людей нашим внутренним мусором, тем больше полагаемся на искаженное видение реальности. Ведь редко мир или другой человек оказывается именно таким, каким мы ожидаем его видеть. Объявлялись войны, влюблялись люди, отношения завязывались и рвались на теневых проекциях, чтобы впоследствии кто-то недоуменно задал себе вопрос: а ради чего, собственно, все это затевалось? Сколько людей направило свои проекции на принцессу Диану, сколько оплакивало ее безвременную кончину, впоследствии узнав о ее запутанной и беспорядочной жизни? Не было ли это теневой проекцией их непрожитых жизней, поиска чудесного, их бегством от личной ответственности, которая пала на эту бедную, измученную душу? Чем еще питаются сплетня и зависть, как не нашим бегством от себя самих? То, чего мы не знаем или боимся признать, по-настоящему ранит нас, а нередко и других тоже. Как мы увидим позже, очень часто те, кто получает теневые проекции от других, будь то Эстер Прин из «Алой буквы», салемиские ведьмы, дьяволы Лаудона, евреи Польши, гомосексуалисты, целый сонм других мучеников бессознательного, – окажутся оклеветаны, распяты, ошельмованы, отправлены на костер или в газовую камеру или сгинут в полной безвестности. *Они – живое воплощение нашей тайной жизни, и за это мы будем ненавидеть их, оскорблять и уничтожать, ибо они совершили самое ужасающее из злодеяний – напомнили о тех наших сторонах, наблюдать которые нам нестерпимо.* Как ни печально, чем слабее эго-статус, тем больше это влечет за собой крайностей и тем выше потенциал для «категоричных суждений» о других людях, иначе говоря, для нетерпимости и предрассудков.

III Обладание через отождествление

Случалось ли вам ходить на рок-концерт и ловить себя на том, что лихорадка толпы поглотила вас? Особенно если вы предварительно постарались приглушить свое строгое Эго травкой или выпивкой? Кричали ли вы во время спортивного матча на судью или внезапно замечали, что кроете последними словами игроков на поле? (Сам автор, бывший полузащитник, имел удовольствие заработать пятнадцатитысячный пенальти за неспортивное поведение, пнув противника, ловко прикрывшего его от полета мяча.) Охватывал ли вас когда-либо порыв благородного гнева, испытали ли вы прилив сил и экзальтацию, внезапно ощутив себя служителем некой мощной силы? Теряли вы хотя бы на миг голову от счастья? Вы не ходите на рок-концерты? Тогда, может быть, на политические собрания в Мюнхене? Присоединялись ли вы к толпе линчевателей? К вешателям нацменьшинств? Говорили ли вы: «Мы отправим их всех назад в каменный век»¹³? Вам нравилось когда-нибудь быть «плохим» в полной уверенности, что на самом деле с вами происходит нечто «замечательное»? Выходили гулять по Бурбон-стрит, чтобы взглянуть на всех этих чудаков? Если да, тогда вы на своем опыте узнали, что это значит, когда Тень обладает вами, когда отождествляешь себя с ней.

Рок-группы стремятся пробудить и направить в нужное им русло психологическую потребность молодежи в отделении, не забывая заработать на этом деньги. (Ваша мама не возражала против милешек «Битлз» и «Бей Сити Роллерз», что бы там ни происходило за кулисами. Вот Элвис и «Пинк Флойд» – эти не вызывали доверия.) Политики стремятся эксплуатировать страхи избирателей, чтобы набрать побольше голосов. (Как тут не вспомнить девочку с ромашкой из предвыборного ролика Линдона Джонсона? Пока ребенок считает лепестки, на

¹³ Фраза, появившаяся во время войны во Вьетнаме и ставшая крылатой. Ее автор – генерал ВВС США Кертис Лимэй, выступавший за более жесткую позицию в отношении к Северному Вьетнаму. Впоследствии Лимэй утверждал, что эти слова были вставлены в текст его мемуаров «Миссия с Лимэем: Моя история» (Mission With LeMay: My Story) его соавтором Маккинли Кантором. – *Прим. пер.*

зрителя наплывает кадр с ядерным облаком, а голос с экрана предостерегает от милитаристской политики Барри Голдуотера. Или избирательную кампанию Джорджа Буша-младшего, который пытался отвлечь внимание зрителей от явных промахов во внешней политике и государственного фаворитизма постоянным повторением будоражащей мантры «терроризм»?)

Тень, заполняя нас, как правило, приносит с собой ощущение гигантского прилива энергии. Но как мало знаем мы о том, что эта энергия – аспект нашей же психики. Будучи разбуженной, она способна подчинить Эго и утащить нас за собой силой своей волны. Уильям Карлос Уильямс, практикующий врач и замечательный поэт-имажист, написал рассказ об одном вызове на дом к больному ребенку в Нью-Джерси. Девочка никак не хотела показать свое простуженное горло, несмотря на все уговоры. В конце концов, потеряв всякое терпение, он схватил ее и силой открыл малиновый воспаленный ротик. То, что изначально было милосердным служением ближнему, быстро превратилось в поединок, в яростную вспышку комплекса силы, который имеется в каждом из нас. Хорошо сделав свое дело, довольный собою как врач, он печально размышлял потом, как грубостью пересилил испуганного и беспомощного ребенка.

Так ли уж был неправ Вильям Блейк, когда заметил, что в христианской апологии Джона Мильтона «Потерянный рай» единственный персонаж, привлекающий своей энергией, – это Сатана. Как следствие, «не ведая того, сам Милтон был на стороне Врага». Не потому ли, что Милтон заряжался энергией от Архиврага и, в свою очередь, не устоял перед его чарами? Самые сильные строки, место центрального персонажа, средоточие проникновенной энергии – все отдано Князю Тьмы, а не поистине бесплотным ангелам. У моего аналитика в Цюрихе на стене в гостиной висит шуточная картинка, на которой изображены двое на прогулке. Они вот-вот столкнутся на перекрестке: один из них священник, с ухмылкой выгуливающий чертенка на поводке, другой – ухмыляющийся черт, у которого на поводке маленький священник. Это братья, хотя сами того не знают.

А сколько зла, умышленного или неосознанного, было совершено самыми обычными гражданами, подхваченными приливом подобных энергий? То, что отрицается нами внутри себя, назначает нам встречу во внешнем мире, так или иначе, раньше или позже. Оказаться под властью Тени – значит привносить в мир масштабную энергию. И стоит ли удивляться, что подчас это оказывается так соблазнительно. Собирать черепки порой доводится нам самим; а бывает, что черепки эти собирают для нас другие. И нет среди нас никого опаснее праведника, не критично уверовавшего в то, что он прав, ибо такие менее всего способны распознать вред, который несут с собой в этот мир. Разве не американский майор сказал на руинах вьетнамской деревушки Бьен Тре: «Нам пришлось разрушить эту деревню, чтобы спасти ее». Он не увидел никакого конфликта ценностей в своих словах. Один из вернейших признаков того, что мы оказались во власти Тени, – логические объяснения, которые у нас всегда наготове, чтобы скормить их нашей совести.

IV Интеграция в сознание

Согласитесь, это немалое потрясение – встретиться лицом к лицу со своим врагом. Кто не помнит слов мультяшного персонажа Пого, который, перекрутив известное высказывание адмирала Пери, в одну фразу вместил всю, на первый взгляд, благородную миссию во Вьетнаме: «Мы встретили врага, и он – это мы»? Как тут не сбежишь от подобной встречи?

Прожив всю жизнь, обвиняя других, нам крайне трудно наконец-то признать: единственный персонаж, неизменно переходивший из сцены в сцену бесконечной мильной оперы, которую мы зовем жизнью, – это мы сами. Неизбежный вывод: мы в значительной степени ответственны за то, как эта драма разворачивалась. Но только кого из нас не собьет с толку подобное открытие, не смутит или даже не унижит? Возможно, в этом кроется причина, почему мы не

спешим с признанием нашей Тени? Совсем как в той старой шутке, которая в ходу в Филадельфии: «Квакеры пришли в Пенсильванию с добром и нажили его там немало».

В конце концов, у кого найдется желание посвятить силы и энергию анализу содержания своих снов, подмечая в них корректировку руководству Эго, которая еженощно происходит внутри нас? Кому захочется увидеть себя в двусмысленном положении во сне – театрализации того, что мы заглушаем в сознательной жизни? (Фрейд как-то сказал, что его теории отвергаются людьми днем и снятся им по ночам.) Кто захочет признать, что супругу или детям видней со стороны какие-то наши черты лучше, чем нам самим? Кто захочет, чтобы цыплята наших поступков вылупились в нашем дворе или в наших детях? Но, как признавали древние и как показывает весь ход истории, отвергнутое или оставленное без внимания будет и дальше играть свою роль и в нашей жизни, и в жизни других. Наблюдение Джорджа Сантаяны: то, что забыто из прошлого, обречено на повторение, – прописная истина, которую всем нам, хочешь не хочешь, однажды доведется признать.

«Но ведь мы хотели как лучше», – протестуем мы и уверяем, что стремились к самопознанию. Кто в силах снести эту тяжесть: увидеть себя в широком диапазоне человеческих качеств? Разве не наш брат Эдип, узнав всю правду, ослепил себя и просил быстрой смерти? И все же... все же, подобные моменты сокрушенного тщеславия заключают в себе и семена исцеления, более широкого сознания и искупления истории. В эти мгновения встречи со своим отражением в зеркале, когда смутно различаешь в темном стекле неясные, но более полные очертания своей природы, мы можем претендовать на большую человечность, более широкое сознание и, честно говоря, на то, чтобы стать чуть менее опасными для окружающих.

Тень, безбрежное море внутри нас, нельзя измерить с помощью какого-либо лота. Но некие отмели, некие проливы и течения могут открыться вдумчивому и наблюдательному мореплавателю. То, что я отвергаю внутри, рано или поздно появится в моем внешнем мире. Чем лучше я могу распознать все то, что работает внутри, тем меньше вероятность, что этот материал придется проигрывать во внешнем мире. Как пророчески напоминает Юнг, отвергаемое внутри имеет все шансы вернуться в облике судьбы. Попробуйте вообразить, что «судьба», казалось бы, решительно устремленная куда-то вперед, может узами родства притягиваться обратно к нам же. (Немалое потрясение, наверное, – выяснить, к примеру, что в браке ты уже не один десяток лет проигрываешь сценарий родитель – ребенок, что сам выбор партнера был сделан в точности для того, пусть даже бессознательно, чтобы воскресить этот сценарий. И как приятно понимать, что мы способны раз за разом саботировать свои очевидные цели, подчиняясь архаическому стремлению к отвержению того, что, казалось, заранее уже уготовано для нас?)

Наделять Тень большей сознательностью – всегда смирать себя, но также и расти, поскольку в ней мы начинаем признавать значимость нашей более полной человеческой природы, находить общий язык и сотрудничать с ней – подобное раздвигание границ откровенно потребует от эго-сознания куда большего, чем оно привычно находит в своей зоне комфорта. Но это помогает нам в нашем росте. Юнг как-то заметил, что все мы ходим в обуви, слишком тесной для нас. Сменить ее на более просторную – это постоянный вызов и призыв к росту. Звучит просто и понятно, но как много это потребует от нас! Продолжая, Юнг отмечает, что поставленная перед нами задача сводится не столько к достижению *добродетельности*, ибо добро, которое мы делаем, вполне может происходить все из тех же теневых комплексов или иметь непреднамеренные последствия, сколько к *целостности*. А к целостности невозможно прийти без принятия противоположностей. Вне всяких сомнений, воплощением целостности «служит Я, проявляемое в противоположностях и конфликте между ними... Значит, путь к Я начинается с конфликта». Мы носим эту громадную полярность внутри себя. Некоторые из нас бегут от такого напряжения, другие находят силы, чтобы объять его. Патриарх американской поэзии Уолт Уитмен писал: «По-твоему, я противоречу себе? Ну что же, значит, я про-

тиворечу себе. (Я широк, я вмещаю в себе множество разных людей.)». И это можно сказать обо всех нас. Именно это делает нас интересными. Постепенно узнавая расколотые, погребенные в глубинах, проецируемые части нас самих и признавая их своими, мы углубляем путешествие и обеспечиваем себя работой на всю жизнь. Сколько бы проблем ни сулила тeneвая работа, это единственный способ пережить и личное психологическое исцеление, и исцеление отношений с другими людьми. Этот труд приведет нас не к более удовлетворенному Эго, но к более уверенному движению Эго в сторону целостности. Тeneвая работа, которой мы порой избегаем, является, тем не менее, путем к исцелению, личностному росту и одновременно к исправлению общества. *Тиккун олам*, или исцеление мира, начинается с нас самих, начинается с того, чего мы не хотим знать о себе. С течением времени этот честный и пристальный осмотр выходит за рамки нас самих, чтобы коснуться тех, кто нас окружает. Принятие своей личной тени ускоряет исправление мира.

Глава 2

Смятение Павла

«Ибо не творю я добро...»

Ибо не творю я добро, как мне бы хотелось, но вместо того я творю то самое зло, которое не хочу совершать¹⁴.

Послание к Римлянам св. ап. Павла

«Каково главное положение учения Будды?» Мастер ответил: «Не делай злого, а совершай то, что доброе». Бо Цзюйи сказал: «Так это знает и трехлетний младенец!» Мастер возразил: «Можно знать и в три года, а не делать даже в восемьдесят». Поклонившись, поэт удалился.

Из бесед Даолина

Веря, что имеем представление о добре, мы не совершаем его – почему? Да и, в сущности, что есть *добро*? Как оно определяется и кем? Будучи нередко функцией контекста, восприятия и нормативного морального кода, добро переменчиво и порой трудно различимо. Иногда добро порождает непредвиденные последствия, вовсе не добрые. Но, собственно, затруднение состоит в том, что все мы порой наталкиваемся на противоречие между нашими предполагаемыми ценностями и нашим поведением – затруднительное расхождение между тем, чего мы ждем от себя, и последствиями наших поступков.

¹⁴ Здесь и далее Новый Завет цитируется в переводе на современный русский язык по изданию Всемирного Библейского переводческого центра. – *Прим. пер.*

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.