

Жуткое

/ И. Ю. НИКИТИН

Интегральное
исследование
тени



Илья НИКИТИН

**Жуткое. Интегральное
исследование тени**

Издательско-Торговый Дом "СКИФИЯ"

2023

УДК 93
ББК 63.3(0)323.1

Никитин И. Ю.

Жуткое. Интегральное исследование тени / И. Ю. Никитин —
Издательско-Торговый Дом "СКИФИЯ", 2023

ISBN 978-5-00025-331-1

Книга И. Ю. Никитина «Жуткое. Интегральное исследование тени» представляет проект холистического рассмотрения феномена Тени, «злого начала в жизни, негативной стороны личности», впервые описанного известным швейцарским психоаналитиком Карлом Густавом Юнгом. Систематизируя и синтезируя научные знания по теме, автор книги опирается на методологию мягких систем британского учёного Питера Чекленда и интегральную теорию философа и мыслителя Кена Уилбера и дополняет исследование обширными психоаналитическими, антропологическими и культурными данными, открывая перед научно-практическим сообществом широкую дискуссию вокруг темы многогранности тёмных аспектов человеческой души. Книга предназначена для философов, психологов, психоаналитиков, студентов профильных вузов. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 93
ББК 63.3(0)323.1

ISBN 978-5-00025-331-1

© Никитин И. Ю., 2023
© Издательско-Торговый Дом
"СКИФИЯ", 2023

Содержание

Вступление	6
Пролог	12
Конец ознакомительного фрагмента.	14

Илья Юрьевич Никитин
Жуткое. Интегральное исследование тени

© Никитин И. Ю., текст, 2023

© Оформление. ООО «Издательско-Торговый Дом „Скифия“», 2023

Моему сыну

Вступление

Книга «**Жуткое. Интегральное исследование тени**» обрисовывает контуры *феномена тени*, открывая проект целостного и многоаспектного рассмотрения данной проблематики. Автор работы, Илья Никитин, опирается в значительной степени на перспективу четырёх *квадрантов* («сознание и психика»; «организм и поведение»; «культура и взаимоотношения»; «социальные системы и экосистемы») – фундаментальную основу новаторского интегрального подхода, развиваемого современным психологически ориентированным мыслителем Кеном Уилбером и окружающим его международным научно-практическим сообществом.

Уилберовский интегральный подход представляет собой эволюционную биопсихосоциокультурную метамодель – так называемую *интегральную AQAL¹-модель*, – которая с успехом применяется к различным дисциплинам человеческой деятельности (в «Журнале интегральной теории и практики», выходящем с 2006 по 2014 г., опубликованы статьи, применяющие эту модель к более чем 50 различным дисциплинам – таким, как экономика и экология, религиоведение и духовность, медицина и здравоохранение, юриспруденция и искусства, бизнес и обществоведение и т. д.²). И всё же исторически сложилось, что магистральным направлением приложения интегрального подхода всегда был и остаётся конгломерат дисциплин, посвящённых исследованию человеческой психики: психология, психотерапия, психиатрия и психопатология.

Это неслучайно, ведь Уилберу можно поставить в заслугу развитие *философии психологии, психотерапии и духовности*. Такая «метафилософия» направлена на то, чтобы объединить разрозненные и чуждые друг другу подходы в едином непротиворечивом синтезе. Уже первая его книга «Спектр сознания» (*The Spectrum of Consciousness*, 1977) предложила интеграцию некоторых ведущих школ психологии и психотерапии в рамках многоэтажной модели сознания. Базовая идея проста: наше сознание состоит из нескольких слоёв; каждый из этих слоёв имеет своё уникальное содержание и свой тип дисфункции; а разнообразные существующие школы западной и восточной психологии просто направлены на конкретные слои – отдельные полоски целостного спектра сознания. Вот почему разные школы психологии не исключают друг друга в конкуренции за истинность, а попросту занимаются разными *реальными* территориями человеческого бытия.

В «Спектре сознания» Уилбер, опираясь на идеи Зигмунда Фрейда и Карла Густава Юнга, а также ряда других авторов, выделил *уровень персоны («маски») – тени*, так что проблематика *феномена тени* сопровождает уилберовский подход с самых его истоков. Что же такое «тень»? Тень напрямую связана с бессознательными проявлениями, даже можно сказать – с самим фактом существования *бессознательного*. В начале карьеры «врачевателя нервов» Фрейд поехал на стажировку в Нанси (Франция) в психоневрологическую школу Ипполита Бернхейма. На бернхеймовских сеансах гипноза Фрейда необычайно впечатлило обстоятельство, что человек под воздействием постгипнотического внушения со стороны гипнотизёра может совершать действия (например, раскрыть зонтик над головой посреди аудитории), исходя на самом деле из неосознаваемых им причин. Не сознавая, какое ему сделали внушение, такой индивид в объяснение своих действий предлагает, казалось бы, убедительную рационализацию («хотел проверить, работает ли зонтик»), в которую легко было бы уверовать,

¹ AQAL (читается: [áквал]) – акроним, расшифровывающийся в своей короткой версии как *All Quadrants, All Levels* («все квадранты, все уровни»).

² *Journal of Integral Theory and Practice*. См. полный список опубликованных в журнале материалов: «Журнал интегральной теории и практики»: библиография статей, опубликованных в форпосте интегральной мысли // Эрос и Космос. 2018. URL: <https://eroskosmos.org/jitp-bibliography>

если бы наблюдатели не знали всей подоплёки³. Не прикрываем ли мы подобными «правдоподобными» рационализациями глубинные бессознательные мотивы большинства своих действий?

Тень, собственно, и есть всё то, что нам принадлежит в виде наших личных качеств, чувств, установок, что мы не признаём своим и отчуждаем в бессознательное. Если в раннем детстве нам запрещалось выражать психическую энергию злости и агрессии, таковая нами бессознательно вытесняется, зачастую проецируясь на других людей, и в итоге мы оказываемся в ситуации, когда сами лишены сил и необычайно кротки, но окружены злобными, агрессивными людьми и миром в целом. Эта вытесненная злоба как раз и служит примером *теневого материала*, воссоединению с психической энергией которого посвящена психодинамически ориентированная психотерапия.

Каким образом происходит возвращение себе вытесненного теневого материала? Уилбер берёт в качестве образца цели терапии знаменитую максиму Фрейда: «Где было *ид*, должно стать *эго*», – и указывает, что введение понятий «ид» и «эго» в англоязычные переводы фрейдовских работ, сделанное Джеймсом Стрейчи ради большего наукообразия, породило большое искажение и увело от ясного понимания Фрейдова высказывания. В действительности, как указывает Уилбер, Фрейд был «блестящим феноменологом», равно как и гениальным мастером слова, так что его оригинальное высказывание звучало следующим образом: «Где было *Оно*, должно стать *Я*».

И эта фраза лингвистически не случайна, ведь, поясняет Уилбер, в процессе вытеснения психической энергии, те качества нашего самосознания, которые были даны нам *в первом лице* (моему «я»), перестают восприниматься в качестве своих («моих») и вначале выталкиваются в межсубъективное поле (в Другого, участвующего с нами в беседе, – то есть *во второе лицо*, или «ты»), а затем кристаллизуются в опыте индивида в виде отчуждённых фигур, симптомов, а часто – и «мира вообще» (как в случае с тотальными обобщениями «все мужики...» или даже двойственно-гностическим восприятием бытия как такового). Образуется отчуждённый «чужой», который представлен *в третьем лице*, – и этот чужой обозначается местоимениями третьего лица «оно» (равно как «он», «она», «они», «это», «эти»).

Соответственно, цель психотерапевтического процесса – обращение вспять этого кажущегося выброса вовне своей собственной психической энергии; присвоение обратно своих отчуждённых качеств; воссоединение с теми аспектами личного опыта, которые когда-то откололись и стали выброшенными вовне «чужими» – «чужими», которые, по сути, являются моею же собственной тенью: там, где были некие *они* (мучающие меня, преследующие, притягивающие), снова должен быть *я*⁴.

На основе своего опыта взаимодействия с гештальт-терапией и другими подходами Уилбер формулирует специальную практику – процесс «**3–2–1-работы с тенью**»⁵. Этот процесс одновременно служит и схемой универсального паттерна терапии, и упрощённым введением в тему интеграции тени для психологически «непосвящённых». Теневой материал являет себя в виде симптома, фигуры или объекта в третьем лице, столкновения с истинным значением (эмоционально-смысловым наполнением), которого индивидуум избегает. В процессе «3–2–1» индивиду предлагается сначала описать этот объект или симптом в *третьем лице* (как некое «оно»); затем вступить в диалог с этим объектом как *вторым лицом* (вступить в «я – ты» диалог), по очереди меняясь ролями с этой фигурой, говоря то от «себя», то от «неё»; и, наконец, стать этой фигурой-объектом, вжиться в её роль в *первом лице* («я чудовище», «я симптом», «я

³ Именно с описания этой ситуации начинается 7-я глава «Интеграция тени» (*Integrating the Shadow*) в книге Уилбера «Спектр сознания».

⁴ Подробное рассмотрение этого вопроса см. в книге Уилбера «Интегральная духовность» (М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020).

⁵ См. там же.

гневливый человек» и т. д.). В алхимическом горниле этого процесса происходит переоткрытие и возвращение себе психической энергии, которая была отщеплена и отчуждена вначале во второе лицо, лицо собеседника-Другого, а затем ещё дальше отправлена в пространство третьего лица-чужака.

Важно подчеркнуть, что, несмотря на то что в процессе «3–2–1» предлагается интегрировать отколовшуюся тень через постепенное возвращение от третьего лица к первому, в общем интегральном подходе Уилбера перспективы первого, второго и третьего лица как таковые не сводятся одна к другой; каждая значима; все они представляют собою равноценные базовые точки зрения на единое событие. Развёртка этих перспектив в нейтральной системе координат и составляет сущность уилберовских *квадрантов*:

● **квадрант «сознания и психики»** включает в себя переживания *первого лица* («я»), это субъективные отчёты индивидуума о своих переживаниях, ценностях, смыслах;

● **межсубъективный квадрант «культуры и взаимоотношений»** – опыт контакта со *вторым лицом* («ты»), а также опыт «мы» (ибо «мы = я + ты»);

● **квадрант «организма и поведения»** – перспектива *третьего лица* («оно»), объективный взгляд на феномен;

● **квадрант «социальные системы и экосистемы»** – перспектива *третьего лица множественного числа* («они»), взгляд на межобъективные системные процессы.

Для целостного рассмотрения любого феномена, особенно связанного с человеком, требуется, по мысли Уилбера, сочетать взгляды всех четырёх квадрантов, а не «коллапсировать» только лишь в какую-то одну из перспектив.

В «Жутком» Илья Никитин рассматривает тень именно с точки зрения четырёх квадрантов, предлагая один из возможных вариантов «всеквадрантного» рассмотрения данной проблематики. Это подлинный вклад автора в развитие интегрального дискурса о тени. По этой причине в настоящей вступительной статье мы оставим в стороне вопрос квадрантов, чтобы подсветить некоторые другие, важные с точки зрения уилберовской интегральной психологии, аспекты тени, не затронутые автором в представленной в настоящем издании работе.

Прежде всего, необходимо проследить, как и в какие этапы формируется тень с точки зрения интегральной психологии. В недавних работах ⁶ Уилбер развивает учение о формировании тени в виде «**аддикций**» и «**аллергий**» – пристрастий и отторжений индивидом определённых жизненных переживаний в процессе взросления. Именно уровень, или стадия, организации личности, на котором происходит психотравмирующее воздействие (присутствие травматического опыта или отсутствие необходимого поддерживающего опыта) или по какой-то причине происходит сбой процесса развития, и определяет местоположение и характер вытесняемого – или иным образом изгоняемого – теневого материала. К примеру, в период прохождения ребёнком стадии эмоционального рождения «я» (и формирования эмоциональных границ) ⁷ сбой процесса развития могут породить или отвержение некоторых спектров эмоционального опыта («аллергию» к ним), или, наоборот, пристрастие к ним («аддикцию»). В случае сильного травмирующего влияния на указанной стадии может возникнуть дисфункция: нарциссическое или пограничное расстройство личности (какое именно из указанных расстройств – зависит от подфазы, на которой произошло нарушение). На других стадиях-уровнях будут иные формы дисфункций.

Уилбер обращается к исследованиям психологии развития детей (Пиаже, Малер, Боулби и др.) и взрослых (Лёвинджер, Кук-Гройтер, Грейвз, Киган, Эриксон и др.) и прослеживает

⁶ См., например: Уилбер К. Интегральная медитация / пер. с англ. Е. Пустошкина [под ред. А. Нариньяни]. М.: РИПОЛ классик, 2017.

⁷ Т. е. стадия «психологического рождения человеческого младенца» по Маргарет Малер.

процесс развития самосознания на протяжении *всей жизни* – а не только детского и подросткового возраста. Так называемые теории развития взрослых (*adult development theories*) выявляют существование целой вереницы этапов усложнения сознания, стадий развития мышления, чувств, морально-нравственных суждений и т. д., наблюдаемых уже в зрелом возрасте. На каждой стадии – как детского, так и взрослого – развития формируется отдельный этаж сознания-и-бытия, своя территория жизненного опыта. Эти этажи Уилбер вслед за Жаном Пиаже⁸ и Жаном Гебсером⁹ называет *структурами сознания*. Структуры-стадии сознания наслаиваются друг на друга, формируя «археологические» напластования пройденных – прожитых или недожитых – жизненных переживаний. Процесс перехода от одной структуры-стадии к следующей, более поздней и сложной, уязвим для формирования психических дисфункций (аддикций и аллергий) – тени в широком смысле.

В итоге имеем целый спектр структур-стадий развития сознания, а следовательно – и целый диапазон потенциальных психических дисфункций, или вариаций теневого материала. Отдельные школы психологии и психотерапии часто фокусируются на каких-то определённых уровнях, или стадиях, развития, не учитывая или игнорируя остальные. Но также, согласно Уилберу, каждому из уровней предписан и определённый вид терапии, тогда как иные виды терапии могут быть неэффективны именно для этого уровня.

Приведём основные выделяемые Уилбером *вехи*¹⁰ развития, соответствующие им виды теневого дисфункций и наиболее подходящие методы терапии:

Веха 1. Формирование *физического «я»*. **Дисфункция:** психотические расстройства. **Метод:** физиологические интервенции; медикаментозное и психиатрическое лечение.

Веха 2. Формирование *эмоционального «я»*. **Дисфункция:** нарциссические и пограничные личностные расстройства. **Метод:** техники выстраивания и укрепления структуры (Мастерсон, Кернберг, Кохут и др.).

Веха 3. Формирование *ментального «я»*. **Дисфункция:** пограничные неврозы и психоневрозы. **Метод:** раскрывающие техники (психоанализ, гештальт-терапия, юнгианская терапия интеграции тени и др.).

Веха 4. Формирование *ролевого/сценарного «я»*. **Дисфункция:** сценарные неврозы (патологии ролей и правил). **Метод:** когнитивно-сценарный анализ (транзакционный анализ Берна; коммуникативные и когнитивные подходы Селмана, Бандуры, Хейли, Вацлавика, Бека, Келли, Эллиса и др.).

Веха 5. Формирование *формально-рефлексивного «я»*. **Дисфункция:** невроз идентичности. **Метод:** интроспекция (Гедо и Голдберг); философский, «сократовский» диалог, некоторые гуманистические подходы.

Веха 6. Формирование *экзистенциального «я»*. **Дисфункция:** кризис смысла жизни, экзистенциальная патология. **Метод:** экзистенциальная психотерапия (Ялом, Мэй и др.).

Веха 7 и далее. Формирование *трансперсональных (надличностных) уровней «я»*. **Дисфункция:** духовные патологии. **Метод:** комплексные трансперсональные и духовные (медитативно-созерцательные) подходы¹¹.

⁸ Piaget J. Structuralism / Transl. and edited by Chanihah Maschler. London: Routledge and Kegan Paul, 1971.

⁹ Feuerstein G. Structures of Consciousness: The Genius of Jean Gebser: An Introduction and Critique. Lower Lake, CA: Integral Publishing, 1987.

¹⁰ Вехи (*fulcrums*) – обобщённые стадии развития, своеобразные поворотные точки развития. В каждой вехе можно выделить ряд (под)стадий.

¹¹ Здесь с незначительными модификациями приведён сокращённый перечень вех по книге Уилбера «Трансформации сознания» (*Transformations of Consciousness*, 1986), причём высшие (трансперсональные) вехи сгруппированы в один кластер; также пропущена «экспертная» веха между 4-й и 5-й вехой и плюралистическая веха между 5-й и 6-й вехами. 6-я веха Уилбером теперь подразделяется на две: автономную (холистическую) и экзистенциальную (интегральную). Наиболее полный перечень вех развития см. в предисловии Уилбера к русскому изданию своей книги «Краткая история всего» (М.: Манн, Иванов

По мнению Уилбера, ввиду существования спектра сознания, патологии и методов терапии большое значение имеет *дифференциальная диагностика*, позволяющая различать уровни и типы дисфункций и подбирать для них подходящие методики лечения (где необходимо – с перенаправлением к соответствующему специалисту). В такой диагностике также необходимо отличать дисфункции, сформировавшиеся на определённых стадиях развития, от шоковых психотравм, которые могут произойти на любом этапе жизни.

Известно, что шоковые психотравмы и такие нарушения, как посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), требуют особого интегративного подхода, учитывающего специфику травмы¹². Частой ошибкой являются бесплодные попытки лечения шоковой травмы при помощи методов терапии и «работы с тенью», не предназначенных для этой цели и нередко приводящих к ретравматизации.

Что ещё можно сказать о локализации тени с точки зрения уилберовского интегрального подхода? В своих последних работах Уилбер указывает на то, что тень в виде «аддикций» и «аллергий» может образовываться не только в процессе структурного взросления через стадии, но и в прогрессии через *состояния сознания и присутствия*. Современная цивилизация активно обогащается различными духовными и медитативно-созерцательными подходами (как пришедшими из духовно-религиозных традиций различных культур, так и сконструированными учёными и клиницистами), значительно расширяющими спектр доступных *состояний сознания*. Например, исследуются в теории и на практике *изменённые состояния сознания* (ИСС), такие как осознанные сновидения (индивид осознаёт себя во сне, может управлять своими действиями и даже передавать послания из состояния сновидения¹³), потоковые и медитативные состояния.

Медитация, созерцание и молитвенная практика, как отмечают Уилбер¹⁴ и другие исследователи (например, Дэниел Браун¹⁵), часто прогрессируют через свою разновидность стадий раскрытия – от более привычных («грубых», «бодрящихся») состояний ко всё более тонким (связанными с воображением и образными формами) и наитончайшим («бесформенное» присутствие) и т. д. В каждом состоянии и в каждой точке переключения между состояниями может формироваться свой вариант «состоянческой» аддикции-фиксации или аллергии-отторжения. Иными словами, психопрактики работы с медитативно-созерцательными и молитвенными состояниями могут приносить как позитивные и целительные переживания (например, *пиковые переживания* по Абрахаму Маслоу), так и служить опорами для образования дисфункций и фиксаций. Известны случаи пристрастия к возвышенным (изменённым) состояниям сознания и отторжения обыденных состояний и фактов жизни, равно как и наоборот: цепляние за обыденные рассудочные состояния и неспособность открываться к иррациональным и необычным переживаниям.

Отдельная тема – пожалуй, наименее изученная с интегральной перспективы – это соотнесение феномена тени с *психологическими типами*. Как известно, Юнг предпринял шаги по формированию учения о психотипах, выделив различные психические функции – *мышление* (Т) и *чувства* (Ф), *ощущения* (S) и *интуиция* (I), – а также установки *интроверсии* и *экстраверсии*. Получается классификация из восьми типов, где какая-то из функций ведущая (наиболее дифференцированная), а противоположная – подчинённая (наименее дифференцирован-

и Фербер, 2019) и в книге «Религия будущего» (М.: Манн, Иванов и Фербер, 2023).

¹² См.: Ван дер Колк. Тело помнит всё. М.: Эксмо, 2020.

¹³ Konkoly et al. Real-time dialogue between experimenters and dreamers during REM sleep // Current Biology. Volume 31, Issue 7. Pp. 1417–1427.

¹⁴ Уилбер К. Интегральная духовность. Новая роль религии в современном и постсовременном мире / пер. с англ. Е. Пустошкина [под ред. А. Нариньяни]. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020.

¹⁵ См.: Brown D. P., Engler J. An outcome study of intensive mindfulness meditation // The Psychoanalytic Study of Society, V. 10. Routledge, 2020. Pp. 161–226.

ная). Мария-Луиза фон Франц подчеркивает вслед за Юнгом: «Подчиненную функцию можно представить себе как дверь, сквозь которую все составляющие бессознательного проникают в сознание. Наша сфера сознания подобна комнате с четырьмя дверями, и именно через четвертую сюда входят тень, анима или анимус и персонификация нашей Самости»¹⁶. Иными словами, можно говорить о том, что, вероятно, теневой материал более всего проявляется у индивидуума через его наименее дифференцированную функцию¹⁷.

Итак, все аспекты AQUAL-матрицы интегрального подхода Уилбера, взятые в совокупности (*квадранты, уровни развития, состояния, типы*, а также не рассмотренные здесь *линии развития*¹⁸), являют собой метакарту, или целостную систему координат, в соотношении с которой можно рассматривать феномен тени, процессы её формирования, классификацию теневого материала и соответствующих модальностей терапии. Разумеется, здесь мы лишь курсивом прошли по введению в некоторые из основных аспектов уилберовской интегральной метатеории, которые имеют наибольшее значение для целостного рассмотрения теневого психодинамики. Заинтересованному читателю можно лишь порекомендовать обратиться к корпусу уилберовских трудов для дальнейшей, более глубокой проработки вопроса¹⁹.

Евгений Андреевич Пустошкин – клинический психолог в частной консультативной практике; выпускник кафедры медицинской психологии и психофизиологии факультета психологии СПбГУ; член президиума Ассоциации трансперсональной психологии и психотерапии (АТПП); главный редактор и сооснователь философско-психологического журнала «Эрос и Космос» (*eroskosmos.org*); ответственный редактор по России журнала «Integral Leadership Review»; переводчик и редактор русских изданий более двенадцати книг по интегральной психологии и метатеории Кена Уилбера и др. авторов.

¹⁶ *Фон Франц М.-Л.* Подчинённая функция // Фон Франц М.-Л., Хиллман Дж. Лекции по юнговской типологии / пер. с англ. М. Г. Пазиной под общ. ред. В. В. Зеленского и А. М. Ельшевича. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. С. 73.

¹⁷ Интересные взгляды на проблему психотипов предложены в системах *типология Майерс – Бриггс* (МВТИ), *соционика* (А. Аугустинавичюте и др.) и *эпнеаграмма* (К. Наранхо и др.). В книге «Характер и невроз» (М.: Ганга, 2014) Клаудио Наранхо прослеживает специфику дисфункций, характерных для 9 «эннеатипов» характера, соотнося их с работами ведущих психоаналитиков и психотерапевтов.

¹⁸ Краткое понимание линий развития можно обрести через знакомство с концепцией множественных интеллектов (*multiple intelligences*) Говарда Гарднера, выделившего логико-математический, лингвистический, визуально-пространственный, кинестетический, музыкальный и др. типы интеллектов. Здесь мы, опять же, можем говорить о том, что тень с большой вероятностью может формироваться в областях наименее дифференцированных линий развития. Сам Уилбер говорит о следующих линиях развития: когнитивная линия, аффективная линия, моральная линия, линия эго, линия объектных отношений и др. Каждая из линий развития может развиваться более-менее независимо от других.

¹⁹ Для знакомства с интегральной метатеорией и интегральной психологией см. переведённые на русский язык книги Кена Уилбера «Краткая история всего» (М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019), «Интегральная психология» (М.: АСТ, 2004), «Теория всего» (М.: Постум, 2013) и «Интегральная медитация» (М.: РИПОЛ классик, 2017).

Пролог

<...> потому что под маленьким аккуратным зданием, которое представляет наше сознание, есть нечто, напоминающее глубокие подземные пещеры Аладдина. И кроме драгоценного клада там таится и коварный джинн – это наши постыдные или запретные психологические влечения, которые мы не осмелились или не смогли выпустить на свободу. Там они и пребывают, пока какая-то мелочь – случайно вырвавшееся слово, аромат, глоток чая или мимолетный взгляд – не нажмут на скрытую пружину, и тогда в наш мозг нагрянут незваные опасные гости. Опасные оттого, что покушаются на наше ощущение безопасности, на котором строится наша жизнь и жизнь наших близких. Но их дьявольский соблазн обещает нам ключ к новому миру, где в конце заманчивого и полного опасностей путешествия мы откроем самих себя.

Джозеф Кэмпбелл. «Тысячеликий герой»²⁰ (1949)

Тень, рассматриваемая рядом психоаналитиков в качестве одного из ключевых открытий аналитической психологии швейцарского психоаналитика Карла Густава Юнга (1875–1961), в юнгианских работах так и не получила законченного описания и никогда не была системно проанализирована²¹; ни в работах Юнга, ни его последователей полного описания феномена никогда не было представлено²². Притом что феномен Тени в его текущем виде был сформулирован во второй половине XX века, он и сегодня продолжает оставаться в фокусе внимания исследований ряда глубинных психоаналитических школ; за прошедшие сорок лет было опубликовано несколько десятков работ, посвященных Тени, без учёта многочисленных статей в специализированных психологических изданиях и онлайн-журналах.

Рост интереса исследователей к феномену Тени пришелся на 1970-е годы и достиг своего пика в период между 1980-ми и 1990-ми годами, когда феномен получил наибольшее внимание и развитие, дополнившись инсайтами из социальной антропологии, мифологии, фольклористики, теологии и архетипической психологии. В середине 1990-х фокус работ, посвященных Тени, сместился с концептуального осмысления феномена к упрощенному и прикладному характеру исследований, рассчитанных на неподготовленную публику; публицистический характер материалов, издаваемых с указанного периода по настоящий момент по теме Тени, позволяет нам с уверенностью утверждать, что феномен прочно обосновался в популярной культуре и поп-психологии, став такой же его неотъемлемой частью, как и понятия «Бессознательного» или «Эдипова комплекса». При этом системного описания феномена Тени, начиная с 1950-х годов, так никогда и не было представлено; настоящая книга предпримет попытку исправить указанное упущение, представив интегральную концепцию Тени.

Преследует ли настоящая работа исключительно мета-психологические цели или относится к области реального окружающего мира? Для ответа на этот вопрос нам необходимо немного шире посмотреть на исследуемый феномен Тени – «злого начала в жизни» – и коротко взглянуть на то, как она персонифицируется в ежедневной жизни. Репрессивное замалчивание и ущемление свободы слова, расцвет радикальных формирований, основанных на религиозной нетерпимости и фундаментализме, расовая, этническая и гендерная дискриминация, ограничение в правах ЛГБТ-сообществ, – «при всей многочисленности своих проявлений дискрими-

²⁰ Кэмпбелл Дж. Тысячеликий герой. Питер, 2023. С. 14.

²¹ Papadopoulos R. K. The handbook of Jungian psychology: Theory, practice, and applications. Routledge, 2006.

²² McNamara P. Memory, double, shadow and evil // The Journal of Analytical Psychology. Vol 39 (2). 1994. Pp. 233–251.

нация зачастую принимает невидимые, тайные формы, подрывая достоинство людей и лишая их будущего <...> (она. – *И. Н.*) удушает человеческий потенциал, бесцельно растрчивает таланты, нужные для экономического прогресса, усугубляя социальную напряженность и неравенство»²³. Не будет здесь чрезмерным отметить, что дискриминация – как одно из ярких проявлений Тени – в её радикальных формах дорого обходится мировому сообществу; по оценке управления ООН по правам человека 10-летний военный конфликт в Сирии унёс жизни более 300 тыс. жителей гражданских лиц²⁴; «эпидемией насилия» называет «Кампания за права человека» ситуацию вокруг убийств трансгендерных и гендерно неконформных людей, оперируя статистикой в более чем 200 случаев с 2013 года только на территории США²⁵; более 1 млн этнических уйгуров было заключено под стражу начиная с 2017 года в Китае²⁶; отмечают более 2 млн детских смертей в десятилетие вследствие гендерной дискриминации в Индии²⁷ – что в совокупности сопоставимо с количеством жертв первой пандемии холеры в начале XIX века, и список можно продолжать сколь угодно долго. Стоит ли говорить, что все упомянутые формы дискриминации находят свое закономерное отражение в Тени? В настоящей книге мы постараемся подробно ответить на данный вопрос, изучив генезис концепции Тени и рассмотрев, как Тень в виде многогранного явления расширяет границы своего присутствия в индивидуальном и коллективном сознании, пронизывает все аспекты человеческого существования и в конечном итоге организуется в виде сложной саморегулирующейся системы, продуцирующей такие институты ненависти, как концентрационные лагеря, Гулаг и расистские организации на манер ку-клукс-клана.

В ходе настоящей работы будут исследованы культурно-исторические и антропологические предпосылки формирования смыслового содержания Тени, выделены и рассмотрены существующие виды Тени и, основываясь на синтезе представленной информации, предложена интегральная модель феномена на базе метатеории квадрантов (Кен Уилбер) и методологии мягких систем (Питер Чекленд). Ставя перед собой цель заполнить теоретические лакуны в описании феномена и избавиться от упущений, допущенных юнгианскими аналитиками при работе с Тенью (в первую очередь пробелы в понимании внешнего индивидуального и внешнего коллективного контуров Тени), опираясь на аналитическую психологию, психоанализ, интегральную теорию и методологию мягких систем, мы представим интегральную концепцию Тени для специалистов в области здравоохранения, сталкивающихся с феноменом в клиническом сеттинге (в иллюстративных целях отметим, что аналитическая работа по распознаванию Тени и реинтеграция вытесненных содержаний Самости является одним из центральных элементов юнгианской терапии²⁸

²³ *Международная организация труда*, Гендерное неравенство и недопущение дискриминации.

²⁴ *Press Release*, UN Human Rights Office estimates more than 306,000 civilians were killed over 10 years in Syria conflict. United Nations, 2022.

²⁵ *HRC Foundation*, Report: Fatal Violence Against Transgender and Gender Non-Conforming People in the U.S. in 2020. HRC Foundation, 2020.

²⁶ *Maizland L.* China's Repression of Uyghurs in Xinjiang, Council on Foreign Relations, 2022.

²⁷ *Guilmoto C. Z. et al.* Excess under-5 female mortality across India: a spatial analysis using 2011 census data // *The Lancet Global Health*. 2018. Vol. 6 (6).

²⁸ *Ryan J.* How does psychotherapy work? Karnac Books, 2011.

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.