

ЮНГИАНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Джеймс  
Холлис

# О душевные МУТЫ

Вина  
Горе  
Потеря  
Измена  
Сомнение  
Одиночество  
Депрессия  
Отчаяние  
Одержимость  
Зависимость  
Гнев  
Страх  
Тоска  
Тревога





Юнгианская психология

Джеймс Холлис

**Душевные омуты. Возвращение к  
жизни после тяжелых потрясений**

«Когито-Центр»

1996



**Холлис Д.**

Душевные омуты. Возвращение к жизни после тяжелых потрясений  
/ Д. Холлис — «Когито-Центр», 1996 — (Юнгианская  
психология)

В книге «Душевные омуты» автор исследует те «топи» и «трясины», – вину, печаль, потери, предательство, депрессию и многое другое, – которые время от времени нас затягивают. Читатель, прочитав эту книгу, возможно, не только найдет в своих страданиях глубокий смысл, но и откроет для себя путь к личностному развитию и самоутверждению. Книга будет интересна специалистам, приверженцам юнгианской психологии, а также широкому кругу читателей.



## Содержание

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| Предисловие автора к русскому изданию | 6  |
| Введение. Поиски смысла               | 7  |
| Глава 1. Неизбывная вина              | 14 |
| Конец ознакомительного фрагмента.     | 17 |



**Джеймс Холлис**  
**Душевные омуты. Возвращение к**  
**жизни после тяжелых потрясений**

Печатается с разрешения City Books

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

James Hollis

Swamplands of the Soul. New Life in Dismal Places

© James Hollis, 1996

© «Когито-Центр», 2006, 2008



## **Предисловие автора к русскому изданию**

Книга «Душевные омуты» была издана десять лет назад. Ни одна из написанных мною книг не вызвала столь большого количества откликов. Некоторым читателям книга показалась слишком пессимистичной, но гораздо больше людей написали о том, что она дала им поддержку в жизни, что они не только нашли в своих страданиях глубокий смысл, но и открыли для себя, что страдания стали толчком к их личностному развитию и самоутверждению.

Разумеется, человеку трудно даже подумать о личностном развитии и самоутверждении, если он находится в глубине душевного омута. Оказавшись в депрессии, он ощущает недостаток энергии, не видит ясного пути своего развития, теряет надежду на возможность перемен. Вместе с тем мы можем заметить, что в наших страданиях присутствует определенная логика. Депрессия, если она имеет эмоциональную основу, а не вызвана биологической предрасположенностью, оказывается важным сигналом нашей психики, что она не довольна нашим выбором. Юнг прекрасно понимал терапевтическое значение депрессии, он считал, что в самой глубине страданий человек может обнаружить для себя задачу. Осознание и решение этой задачи может привести к восстановлению уверенности, индивидуальной целостности и обретению смысла, который вызовет у нас ощущение личностного развития и обновления.

Эту книгу ни в коем случае нельзя считать пессимистичной; в ней содержится призыв к каждому из нас смелее участвовать в борьбе, сопровождающей всю нашу жизнь. Она побуждает нас к тому, чтобы перестать ощущать себя жертвой, почувствовать себя партнером в отношениях с другими людьми и по-новому осмыслить свою жизнь.

Мы заняты поисками смысла жизни человека как творческого существа. Более двух с половиной тысяч лет назад Эсхил открыл установленный богами негласный закон: именно через страдания мы приходим к осознанию смысла жизни.

Я очень благодарен за возможность изложить свои размышления о наших общих человеческих проблемах российским читателям. Я хочу выразить самые лучшие пожелания каждому читателю в его индивидуальном и вместе с тем в нашем общем странствии.

*Джеймс Холлис,*  
Хьюстон, Техас,  
август 2005



## Введение. Поиски смысла

*Мы не получаем полного осознания истины, как при божественном откровении. Мы воспринимаем ее лишь через отражение событий и символов, единичных и взаимосвязанных. Мы воспринимаем ее как некую непостижимую для нас сторону жизни и не можем избавиться от желания ее постичь.*

**И.В. Гете**

Существует мнение, а может быть, навязчивая фантазия, что цель жизни заключается в том, чтобы найти свое счастье. Во-первых, его обещает Конституция Соединенных Штатов Америки; она обещает «жизнь, свободу и достижение счастья». Кому из нас не хотелось бы оказаться в один прекрасный день на солнечной лужайке, где можно спокойно отдохнуть без каких бы то ни было неприятностей, провести беззаботно время и почувствовать себя совершенно счастливым?

Но природа, судьба или боги направляют события совершенно иначе, развеивая эту фантазию. Западному мышлению всегда было свойственно различать то, к чему мы стремимся, и те ограничения, с которыми нам приходится сталкиваться. Для Паскаля мы были только жалкими тростинками, которым безразличная Вселенная постоянно грозила гибелью; но при этом мы были мыслящими тростинками, которые поддерживали связь с космосом. Фауст Гете заявляет о наличии у него внутри двух душ: одна цепляется за эту вращающуюся планету, а другая устремлена в небеса. Ницше напоминает нам о том прискорбном дне, когда мы узнаем, что мы не боги. Вот что пишет Уильям Хэзлитт:

Человек – единственное животное, которое смеется и плачет; ибо он – единственное животное, которое удивляется различию между тем, какими нам являются вещи и какими они должны быть<sup>1</sup>.

Йозеф Кнехт в романе Гессе «Игра в бисер» жалуется:

О, если бы только было возможно обрести понимание... Если бы существовала догма, чтобы в нее верить. Все мимолетно и противоречиво; нигде больше нет определенности... Разве это не так?<sup>2</sup>

Бесконечна мольба, возносящаяся из разверзшейся пропасти между ожиданиями и реальным опытом. Человек, по-видимому, стоит перед тяжелым, но неизбежным выбором: то ли стоически выдержать страдания, связанные с существованием этой пропасти, и вести себя героически, то ли сетовать на превратности судьбы. Но юнгианская психология, а также практика ее применения, пробуждающая человека для личностного развития, предлагает иную перспективу, основанную на идее, *что целью жизни является не счастье, а смысл*.

В какие-то моменты жизни мы можем испытывать ощущение глубокого счастья, но это ощущение является эфемерным и не может возникнуть ни в результате усилия воли, ни вследствие слепой надежды. Юнгианская психология, как и большинство великих религиозных учений и известных мифов, на основе которых она сделала многие свои открытия, утверждает, что именно душевные омуты и бесконечные страдания становятся той почвой, в которой зарождается смысл. Еще 2500 лет тому назад Эсхил сказал, что боги вынесли людям жестокий приговор: только страдания могут привести их к мудрости.

---

<sup>1</sup> The Oxford Dictionary of Quotations, p. 243.

<sup>2</sup> Hesse Hermann, *The Glass Bead Game*, p. 83.



Не испытывая страданий, через которые, согласно божескому промыслу, приобретается психологическая и духовная зрелость, человек остается неразумным, инфантильным и зависимым. Кроме того, многие наши пагубные зависимости, идеологические пристрастия и неврозы являются формой избегания страданий. Четвертая часть жителей Северной Америки – это приверженцы фундаменталистских учений; они стремятся облегчить свое жизненное странствие, принимая упрощенную черно-белую систему ценностей, духовно подчиняясь своему лидеру и проецируя, в случае необходимости, свои жизненные противоречия на окружающих людей. Другие 25–50 % жителей подвержены какой-либо зависимости, но, добившись на какое-то время устранения страха перед жизнью, они обязательно сталкиваются с ним в будущем. Оставшиеся предпочитают быть невротиками, формируя систему феноменологических защит от превратностей жизни и ударов судьбы. Такие защиты тоже поработают душу, и человек проявляет во всех жизненных ситуациях лишь рефлекторные реакции, корнящиеся в его прошлом, но не в настоящем.

Древние говорили, что религия нужна тем, кто боится оказаться в аду; а духовность – тем, кто там уже побывал. Пока мы не увидим существующую разницу между тем, что мы жаждем испытать, и тем, что мы испытываем, пока мы осознанно не поставим перед собой цель достижения высокого уровня духовности, мы будем всегда стремиться избегать, отрицать или воображать себя жертвами, малодушными и недовольными собой и окружающими.

Идеи, устремления и практика юнгианской психологии исходят из того, что не существует залитых солнцем лугов и уютных уголков для безмятежного сна: есть душевные омуты, где большую часть жизни и пребывает наша природная сущность и где зарождаются многие значимые события нашей жизни. Именно в этих омутах формируется и крепнет душа, именно в них мы сталкиваемся не только с тяготами жизни, но и с ее достоинством, и ее глубочайшим смыслом.

Несомненно, самая глубокая ирония в искусстве исцеления заключается в искажении идеи души в психологической практике. Более ста лет тому назад была опубликована работа Фрейда и Брейера «Исследование истерии». В конце XIX в. внимание врачей было приковано к страданиям тех пациентов, которые, с одной стороны, не могли обрести состояние душевного комфорта и психического равновесия в религии, а с другой, не могли исцелиться с помощью чистой медицины. Наука о душевных страданиях людей не существовала для тех, кто все больше и больше увлекался новыми научными веяниями<sup>3</sup>.

По мнению Юнга, психология стала развиваться последней из так называемых социальных наук, так как по существу была основана на заимствованных у них великих мифах и концепциях. В переводе с греческого *psyche* означает «душа» и этимологически происходит от двух слов: 1) существительного «бабочка» (таинственные, прекрасные, но мимолетные движения которой символизируют наши душевные переживания); 2) глагола «дышать» (выражающего невидимое дуновение, возникающее с рождением человека и прекращающееся в момент его смерти).

Однако вся ирония заключается в том, что современная психология часто обращается только к наблюдаемому поведению, сводится к неким статистическим моделям и структурам, подлежащим реорганизации, или к биохимическим аномалиям, требующим медикаментозного лечения. Хотя эти методы лечения достаточно важны и приносят определенную пользу, они редко учитывают самые глубинные потребности человека, т. е. смысл его жизни. Любая терапия, не затрагивающая проблемы души, в конечном счете обязательно окажется поверхностной независимо от того, какое облегчение она приносит сначала.

---

<sup>3</sup> См. мою книгу: *По следу богов: место мифа в современной жизни*, в которой это противоречие модернизма обсуждается более подробно.



Юнг полагал, что невроз «в конечном счете следует понимать как страдания души, не раскрывшей своего смысла»<sup>4</sup>. Заметим, что он указывал не на страдание, а лишь на ощущение бессмысленности жизни, от которого невроз становится защитой. Вместе с тем Юнг считал невроз «мнимым страданием». Аутентичное страдание – это адекватная реакция на столкновение с острыми гранями бытия. В таком случае цель терапии заключается не в устранении страдания, а в его *преодолении* с целью достижения углубленного и расширенного сознания, способного поддерживать полярность болезненных противоположностей. Как считает Альдо Каротенуто:

Психотерапия – это не создание моделей, в соответствии с которыми человеческое страдание находит выход и получает название; психотерапия – это исследование страдания, открытие важного и надежного соответствия между внешними и внутренними событиями, которые определяют любую жизнь<sup>5</sup>.

Юнг считал, что невроз – это не только защита от жизненных травм, но и бессознательное усилие, направленное на их исцеление. Поэтому можно было бы с уважением относиться к целям невроза, если бы не его последствия. Симптомы, таким образом, – это выражение желания исцеления. Вместо того чтобы подавлять их или вытеснять, человеку нужно понять, какая травма проявляется через них. Тогда эмоциональная травма и мотивация к ее исцелению могут внести свой вклад в расширение сознания. Каротенуто также замечает, что «сознание предпочитает справляться со своими страданиями с помощью психотерапии, а не взывать к всемогущему божееству»<sup>6</sup>. Такое сознание расширяет и обогащает наши представления, хотя плата за это может быть достаточно высокой.

Основная идея, одухотворяющая юнгианскую психологию, заключается в реальности бессознательного. Хотя эта идея может показаться общеизвестной, фактически она не является ядром психологических направлений, далеких от психодинамической терапии, и не является общепринятой для объяснения повседневных переживаний большинства людей. Не многие люди, потрясенные воздействием глубинной автономной внутренней силы, способны осознать эту силу, справиться с ней или предсказать ее проявление. Таким образом, все зависимости, навязчивая одержимость и проекции комплексов, относящиеся к внутренней сфере, бессознательно переносятся на внешний мир, обременяя в равной степени и окружающих, и нас самих.

Мысль, что в каждом из нас сосредоточена огромная, мудрая и естественная энергия, должна была бы нас укреплять и успокаивать, но в действительности эта мысль часто причиняет нам беспокойство. Голос детских переживаний, ощущение ранимости, бессилия при столкновении с окружающим миром и узаконенная зависимость человека слишком хорошо нам известны и глубоко в нас внедрены, тогда как противостоящая им идея личной свободы и личной ответственности вселяет в человека робость.

Главная цель психодинамической терапии заключается в формировании у человека новой сознательной установки. То, что пугает своей силой, исцеляет своей мотивацией. Войти в контакт со своими внутренними силами вместо того, чтобы постоянно рефлексивно адаптироваться к внешним силам, усиливая тем самым самоотчуждение, – значит ощутить основу скрытой в глубине истины, природу нашей истинной сущности. В процессе таких соприкосновений с индивидуальной глубинной истиной, встречи с тем, что Юнг называет Самостью, человек ощущает связь и поддержку, необходимую для того, чтобы снизить обычный страх отвержения. Как пишет Каротенуто:

---

<sup>4</sup> *Psychotherapists or the Clergy*, Psychology and Religion, CW 11, par. 497.

<sup>5</sup> *The Difficult Art: A Clinical Discourse on Psychotherapy*, p. vii.

<sup>6</sup> Там же, p. 3.



Зрелость не столько стремится к тому, чтобы избежать отвержения, сколько к тому, чтобы избежать новых иллюзий... Если мы успешно преодолеем тревогу одиночества, нам откроются новые горизонты и в конечном счете мы научимся жить независимо от других<sup>7</sup>.

Однако, несмотря на открытое признание нашего желания независимости, значительная часть нашей жизни посвящена бегству от тревоги, связанной с честным взглядом на себя и ощущением себя нагим во Вселенной. Та культура, которую мы создали, стала всего лишь развлечением с целью избежать одиночества. Действительно, ближе всего к фантазии о бессмертии, от которой сложнее всего отказаться, является мысль о том, что существует тот, кто может нас поддержать, позаботиться о нас, – разделить с нами это пугающее странствие, которое нам предназначено. Не стоит удивляться тому, что мы избегаем этого странствия, проецируем его на гурзу и никогда не остаемся в покое наедине с самими собой.

Само по себе избегание этих жутких и мрачных состояний души становится формой страдания, ибо человеку никогда не удастся расслабиться, полностью отдаться страстному желанию быть счастливым и беззаботным, ощутить легкость на сердце. Наоборот, человека неизбежно затягивает все глубже и глубже, это происходит все чаще, и ему становится все больнее. Разве это не воздействие естественного природного ритма, притоков и оттоков энергии, ее приливов и отливов? Не реагируем ли мы на смену сезонов, ежемесячные менструации, дневные биоритмы и не проводим ли мы треть своей жизни в «мире мертвых», когда засыпаем? Не тот ли это ритм естественной природы, *natura naturata*, *natura naturans* (природы, созданной природой, и природы, создающей природу)? Не является ли наличие такого ритма беззвучным посланием Екклесиаста?

Эго, наше осознанное ощущение себя, представляет собой аффективно заряженный кластер повторяющегося жизненного опыта. Это главный комплекс сознания с подвижными, податливыми и легко проницаемыми границами. Эго нам нужно для решения повседневных дел, мобилизации психической энергии и направления ее на достижение целей, для поддержания ощущения внутренней устойчивости и сохранения этого ощущения во времени, чтобы мы могли продолжать жить, переходя от одних событий и ситуаций к другим. Но главная задача Эго заключается в обеспечении безопасности, и эта задача, как известно, решается путем создания защит от выхода бессознательного материала из глубины на поверхность и от сильного воздействия внешних потоков энергии. Достигнув этой цели, удовлетворив свое обязательное, навязчивое стремление к безопасности, Эго превращается в нервного буревестника, который бьется о жизненные преграды, трепещет, поднимает пыль, вызывая ощущение неловкости у тех, кто это видит.

С точки зрения узкого рационального взгляда на мир, его главная задача состоит в обеспечении безопасности, доминирования и прекращения конфликта. Но с точки зрения глубинной психологии, истинная роль Эго состоит в том, чтобы вести диалог с самостью и окружающим миром. Эго должно оставаться открытым, максимально сознательным и постоянно стремиться к переговорам. Юнг называл этот диалог Эго-самость *Auseinandersetzung*, т. е. диалектическим взаимодействием отдельных, но взаимосвязанных сторон реальности. Идея самости как трансцендентной и непостижимой для Эго реальности – это признание не только ограничений невротического Эго, но и его места в общей структуре человеческой психики. Введенное Юнгом понятие индивидуации, идея, что цель жизни заключается в постижении тайны в процессе развития личности, – это величайшее откровение нашего времени, миф для современного человека<sup>8</sup>.

---

<sup>7</sup> Там же, р. 112.

<sup>8</sup> Edinger Edward F., *The Creation of Consciousness: Jung's Myth for Modern Man*.



Индивидуация побуждает Эго и самость вести между собой постоянный диалог. В процессе этого диалога в какой-то мере исцеляются расщепленные фрагменты психики. Тогда самости можно дать несколько иное, функциональное определение и назвать ее архетипом внутренней организации психики. Иными словами, самость – это деятельность психики, направленная на дальнейшее развитие личности. Можно было бы сказать, что самость *само-стоят(ь)* – ельна или что мы ощущаем ее *само-стоять-ельность* через свои соматические и аффективные реакции, а также через воображение и фантазии. Можно было бы назвать самость «первоосновой желаний»; это значит, что она представляет собой единство телеологического и контекстуального, единство цели и средства ее достижения. В таком случае психика или душа – это только название таинственного процесса, позволяющего нам ощущать движение к постижению смысла.

Насколько нам известно, люди – единственные существа, стремящиеся найти смысл жизни. Такое стремление зачастую болезненно, но оно является автономным, и мы не можем удержаться от того, чтобы не искать этот смысл. В строках Гете, взятых эпиграфом к этой главе, говорится, что мы никогда не сможем постичь таинство, иначе это не таинство, но мы часто ощущаем его влияние в конкретных отношениях, в метафорах сновидений и во внезапном откровении смерти. Где бы мы ни ощущали наличие глубины: в космосе, в природе, в других людях или в самих себе, – мы остаемся в пределах своей души.

Хотя Эго, стремящееся к безопасности, склонно ограничивать эту глубину догматической определенностью и расчетливой предсказуемостью, таинство, в котором мы играем лишь случайную роль, не только простирается за границы нашей способности строить планы, но и за пределы нашей способности постигать. Мы можем сохранять связь с душой только благодаря способности психики к воображению, сознательному или бессознательному, постижимому или непостижимому. Пока мы будем его искать на пути, указанном Эго, от теологии до музыки и романтической любви, нас постоянно будет увлекать вниз, в душевные омуты, в которых мы меньше всего хотим оставаться. Такие погружения свидетельствуют о том, что душа вездесуща, автономна и таинственна.

Хотя многим из нас идея души кажется слишком аморфной, нам следует помнить о ней и воздавать должное ее эфемерности и неоднозначности. Наши предки жили в одухотворенном мире; сегодня мы называем этот феномен анимизмом. (Вспомните об этом, в очередной раз постучав по дереву или произнеся «будь здоров», когда кто-то чихнет.) Каждый из нас в состоянии регресса проецирует содержание своей психики на других людей и окружающий мир. Ответ на вопрос, существует ли душа, фактически потерял свою актуальность. Однако, следуя этим путем, можно ощутить глубину, близость таинства, свидетельствующие о наличии души. Такие ощущения нам удивительно знакомы, ибо они возникают при столкновении с тем, что существует у нас внутри. Это похоже на резонанс. Подобное откликается на подобное. Бодлер мог вспомнить время, когда человек и природа составляли одно целое:

Природа – строгий храм, где строй живых колонн  
Порой чуть внятный звук украдкой уронит;  
Лесами символов бредет, в их чашах тонет  
Смущенный человек, их взглядом умилен<sup>9</sup>.

Я живу на расстоянии мили от побережья Атлантического океана, на которое каждое лето съезжается огромное количество людей. Они приезжают сюда не для того, чтобы спастись от жары, так как кондиционеры вполне доступны и использовать их гораздо проще, чем торчать в пробках на плотно забитых трассах или отгонять на пляже мух. Разумеется, дело не в этом,

<sup>9</sup> *Correspondences*, in Angel Flores, trans. and ed., *An Anthology of French Poetry from de Nerval to Valéry*.



ибо при взгляде на простор океана что-то откликается у нас внутри. Это вступает в резонанс с его вселяющей трепет глубиной наша внутренняя, столь же безмерная глубина. Я живу в пяти милях от казино, находящихся в Атлантик-Сити; это место, которое ежегодно посещает множество западных туристов: их число намного больше числа посетителей Диснейленда и Биг Эппла<sup>10</sup>. Разумеется, здесь происходит тот же процесс: душа человека проецируется на зеленые фетровые столы и шумные сверкающие игровые автоматы. Разумеется, и здесь люди находятся в поиске мгновенной трансценденции, в ожидании мига удачи и вдохновения, мимолетной встречи с Другим. То, что человек ищет, уже есть у него внутри, но мы легко проецируем это содержание на какую-нибудь пещеру и песчаную дюну или же превращаем его в фантазию о жизни на улице Отдохновения или на бульваре Сновидений.

Душа всегда присутствует, хотя бессознательно, и потому ее постоянно ищут. Ее потеря стала великим инсайтом для поэта Гельдерлина: «Близок и труден для понимания Бог, но где опасное, там вырастает и спасительное»<sup>11</sup>. Стоит ли в таком случае удивляться, что психика тянет нас назад, вглубь и внутрь, чтобы повернуть нас к душе.

Цель личности заключается не в нарциссической самопоглощенности, как убеждены некоторые люди; она заключается в проявлении более грандиозных целей природы через воплощение личности. Хотя с точки зрения геополитики никакой отдельный человек ничего не значит, он наделен мельчайшей долей природной материи, происхождение которой покрыто тайной, но цель которой, безусловно, зависит от расширения сознания. Если это правда, а я в этом убежден, то задача индивидуации заключается именно в достижении целостности, а не доброты, не чистоты и не счастья. А целостность включает в себя погружение вниз, которое психика часто совершает вопреки сопротивлению Эго.

Большинство из нас связывают диалектику индивидуации не столько с правителем Эго, гордо восседающим на троне, сколько с внутренним крестьянским мужиком, ворчащим, страдающим несварением желудка и зачастую абсолютно пренебрегающим царской волей. Сколько разных властителей лишились трона из-за пренебрежения к маленькому человеку? А раз так, наш жизненный путь остается непредсказуемым. Несмотря на первичность души, испуганное и околдованное Эго игнорирует, подавляет, отрицает, избегает душевные омуты. И тогда большая часть нашей жизни проходит в этих омутах, а существование невротической тюрьмы объясняется в основном отрицанием этих омывов.

Юнг утверждал, что ищет причину невроза не в прошлом, а в настоящем: «Я задаюсь вопросом, какую необходимую задачу пациент никак не может решить?»<sup>12</sup> Так или иначе, задача связана с каким-то новым уровнем ответственности, с более честным отношением к Тени, погружением в определенные сферы жизни, которые мы старались не затрагивать. К тому же все психические состояния соответствуют определенным душевным стремлениям. Наша задача заключается в том, чтобы «пережить» эти состояния, не подавляя их и не проецируя связанную с ними боль на окружающих. То, чего мы не увидели у себя внутри, продолжает оставаться глубокой индивидуальной патологией. Ощущая некое внутреннее исцеление и привнося это исцеление в мир, нам приходится время от времени переправляться через кучи навоза. Если мы не сделаем этого добровольно, рано или поздно жизнь нас все равно заставит это сделать.

Когда я обучался аналитической психологии, у меня была подруга, которая всякий раз при очередной неприятности (попав в конфликтную ситуацию или увидев неприятный сон) спрашивала себя: «Что же это значит?» Это меня очень раздражало, но она была права. *Что же*

<sup>10</sup> Биг Эппл – дословный перевод «Большое яблоко» – так называется Нью-Йорк на американском сленге. – *Примеч. пер.*

<sup>11</sup> *Patmos*, in Angel Flores, trans. and ed., *An Anthology of German Poetry from Hölderlin to Rilke*, p. 34.

<sup>12</sup> *Psychoanalysis and Neurosis*, Freud and Psychoanalysis, CW 4, par. 569.



*это значит?* В поисках ответа мы расширяем горизонты своего сознания и полнее ощущаем собственное достоинство.

Внутренняя работа является предпосылкой не только исцеления, но и наступления зрелости. Снова предоставим слово Каротенуто, который нашел очень точное определение этой связи:

Конечная цель психотерапии заключается не столько в археологическом исследовании инфантильных переживаний, сколько в постепенном изучении и принятии собственных ограничений, что достигается с большим трудом, а также в том, чтобы научиться в оставшуюся часть жизни нести на своих плечах бремя страданий. Психологическая работа не устраняет причину тяжелого дискомфорта, она только его усиливает, приучая пациента быть взрослым и впервые в жизни по-настоящему обратиться к чувству одиночества с его болью и отвержением окружающего мира<sup>13</sup>.

В этой книге я исследую несколько таких глубинных областей, которые все мы ощущали и которых старались избегать. Я не предлагаю разрешить выявляемые противоречия, ибо это – не те проблемы, которые требуют решения. Скорее их можно назвать непременными переживаниями странствия, раскрытые для нас психикой.

Юнг в 1945 г. в письме Ольге Фрёбе-Каптейн заметил, что *opus*, работа души, включает в себя три составляющие: «инсайт, терпение и действие»<sup>14</sup>. Психология, заметил он, может помочь лишь испытать инсайт. Потом человеку нужна моральная сила, чтобы сделать то, что он должен, а также терпение, чтобы выдержать последствия своих действий. Хотя в этой книге я привожу несколько особых примеров клинических случаев, парадигма, которой они соответствуют, фактически остается универсальной. Большинство случаев реальны, хотя частично изменены; два из них вымышлены. Но эти два последних случая ближе к истине, чем те, которые были в действительности...

В этой книге развернута цепь рассуждений по поводу ряда психологических наблюдений. Моя цель состояла в том, чтобы сознательно и добровольно погрузиться в эти душевные омуты. В конечном счете у нас почти не остается выбора, ибо, хотим мы того или нет, мы проводим в них значительную часть своей жизни. Борьба с этими глубинными энергиями протекает иначе, чем борьба с ангелами. Нечто похожее попытался выразить поэт Уоррен Кливер в своем стихотворении «Ангел в борьбе искушает Иакова»:

Конечно, ты сам отказался от поиска Бога,  
если в твоих силах было прекратить этот поиск...  
Так скорей же схватись за меня, нетерпеливый  
человек, и мы оба склонимся  
Пред неистовой и безнадежной красотой борьбы<sup>15</sup>.

---

<sup>13</sup> *The Difficult Art*, p. 54.

<sup>14</sup> *Letters*, vol. 1, p. 375.

<sup>15</sup> In *Liturgies, Games, Farewells*, p. 50.



## Глава 1. Неизбывная вина

Когда Илси позвонила мне с просьбой ее принять, она поставила передо мной два условия. Первое: я проведу с ней лишь одну двухчасовую сессию; второе: сперва для предварительного ознакомления она пошлет мне фотографию. Я согласился. Через три дня я получил фото.

Фотография оказалась старой и потрескавшейся, но довольно четкой. На ней была женщина, державшая за руки двух детей. По-видимому, это фото взяли из какого-то архива, так как внизу была подпись, напечатанная на машинке с периодически западавшими или сломанными буквами (такие машинки остались в нашей памяти с детства): «Неизвестная из Люблина ведет двух детей в крематорий Майданека. (Вероятно, март 1944 г.)»

Изображенной на фотографии женщине было около тридцати лет; она была одета в темный полотняный плащ, шерстяные чулки и черные туфли; повернувшись налево, правой рукой она обнимала ребенка лет шести, а левой тащила за руку ребенка лет четырех, шедшего немного позади. От этой фотографии я не мог оторвать взгляд. По выражению лица было видно, насколько женщина была напряжена и обеспокоена, скорее даже потрясена, но ее застывший взгляд был устремлен вперед. Создавалось впечатление, что старшая девочка, которую она обняла правой рукой, полностью с ней соединилась, словно составляя единое целое. Младшая девочка казалась страшно испуганной. Ее глаза были широко раскрыты, а тело отклонено назад. Возможно, она испугалась шумной толпы или чего-то еще, находящегося слева от нее и не заметного на фотографии.

Этот момент времени застыл навсегда. По ужасной иронии судьбы я знал то, что люди, изображенные на фотографии, знать еще не могли, – что это были последние минуты в их жизни, что очень скоро их толпой загонят в душ и они будут цепляться друг за друга и за внезапно исчезнувшее небо, чтобы получить глоток воздуха. Могли ли они знать, могла ли знать эта женщина о том, чего не понимали дети? Выселение всей семьи, перевозка в товарных вагонах, суматоха, отец, который потерялся где-то в пути, повисший в воздухе ужасный, удушливый туман, который, попадая в дыхательные пути, иссушал у человека все тело, – этого никогда не забыть тем, кому удалось уцелеть. Я пришел в ужас от того, как много они знали. Если бы только они этого не знали в тот момент, когда их фотографировали, если бы только тогда у них могла сохраниться надежда – с яркими и хрупкими крыльями!

В день назначенной встречи я проснулся рано утром и понял, что мне приснилось то место, где сходились все маршруты таких товарных вагонов и где Европа навсегда перестала говорить о развитии морали. Один фрагмент на фотографии в особенности не давал мне покоя. У младшей девочки, которую тянула женщина, на левой ноге, оказавшейся на переднем плане, была видна дырка на шерстяном чулке. Наверное, девочка упала и порвала чулок. Я размышлял о том, что она могла разбить колено до крови, что колено болело и что мама, наверное, ее успокаивала. Я совершенно не осознавал, почему я беспокоился о ее колене, если эти страшные двери уже разинули перед ней свою пасть. Возможно, это была некая форма морального подлога. Когда человек не может принять что-то целиком, он начинает концентрироваться на малом, особенном, постижимом<sup>16</sup>. Мне захотелось взять эту девочку на руки, дотронуться до ее колена и сказать ей, что это дурной сон, который скоро кончится, и все будет хорошо. Но я не мог, никак не мог до нее дотянуться, и ее страх постоянно побуждает нас недобрым словом поминать этот ужасный век с его торчащими ребрами, пустыми глазами и навсегда омертвевшими нервами.

Илси было далеко за семьдесят. Она прекрасно говорила по-английски, но по очень слабому, едва различимому акценту я определил ее родной язык. Несмотря на летнее время, она

---

<sup>16</sup> См. ниже: Rosetti's *The Woodspurge*.



была одета в черную юбку, белую блузу и кофту; чувствовалось, что ей либо безразлично, что надеть, либо эту одежду она носит каждый день. Она сказала: «Я попросила сегодня назначить мне двойную сессию, чтобы рассказать вам свою историю. Если пожелаете, можете меня останавливать, задавать вопросы, но я вас ни о чем не прошу, и это мое посещение будет первым и последним».

Этот запрос совершенно отличался от запроса на психотерапию, но в тот момент я считал необходимым согласиться на ее условия, ибо почувствовал, что важнее ее послушать, чем настаивать на соблюдении правил игры.

«Вы изучили фотографию, которую я вам послала?» – спросила она.

«Да. После этого она мне даже приснилась во сне».

«Мне тоже. Именно об этом я хотела с вами поговорить. На этом снимке изображена я».

«Но... Я думал, эта женщина умерла. Внизу написано, что они идут в крематорий...»

Пока я произносил эту фразу, я узнал эту женщину на фотографии. Пятьдесят лет – очень большой срок, но взгляд ее совсем не изменился; она не прибавила в весе, и у нее под глазами практически не было морщин.

«Я была дочерью люблинского врача, когда заработала эта адская машина. Сначала мы не обращали на нее внимания. У меня не еврейская фамилия. Мой отец был слишком стар, чтобы служить в армии, и война нас не затронула. Я была молода, и все происходящее меня совершенно не касалось. Я хотела в кого-нибудь влюбиться, выйти замуж и иметь престижную работу. На этом фото мне двадцать шесть лет, а это уже не тот возраст, когда просто выйти замуж, и я беспокоилась, что уже не найду себе жениха».

«Но как вы оказались в Майданеке? Вы же не еврейка. Вы были в безопасности».

«Сейчас я считаю это самым большим абсурдом. В пятницу утром я пошла на рынок, чтобы купить матери овощей. Это был именно тот день, когда *Einsatzkommando*<sup>17</sup> проводила свою *Aktion*<sup>18</sup>. Они знали, что в пятницу на рынок ходят евреи, чтобы сделать покупки перед субботой. Хотя в еврейский квартал пришли и другие люди, опергруппа окружила рынок и сразу перекрыла все выходы. Так я и попала».

«И вы им не сказали?...»

«Конечно, сказала. Сразу. Я сказала, что я христианка, *nicht Jude*<sup>19</sup>, но другие говорили то же самое. А они смеялись и заталкивали нас в грузовики».

Пока она это рассказывала, мне казалось, что она туда вернулась. Не могу сказать, что она была сильно перепугана, но внутренне она была там. Возможно, в ее психике произошла некоторая диссоциация, но она действительно была там. Она рассказала мне о том, как их всех вместе везли к *Hauptbahnhof*<sup>20</sup>, как всю дорогу они протестовали и как их погрузили в товарный вагон. Несколько часов спустя их, охваченных ужасом и совершенно обезумевших, привезли на станцию неподалеку от местечка, которое называлось *K-Z Lager Majdanek*<sup>21</sup>, – в один из центров уничтожения людей, так называемых центров *Endlosung*<sup>22</sup>, центров банкротства веками создававшейся культуры, выразившегося в сумасшедшей проекции внутренней нетерпимости на «тех, которые там».

Я понимал, что мне лучше молчать. Она продолжала рассказывать о том, как их выкинули из вагона и построили перед офицером, который распределял их направо-налево. Кто знал, какая группа направится в печь, а какая – к смертоносным баракам с тифом, тяжелой

---

<sup>17</sup> Einsatzkommando (нем.) – опергруппа.

<sup>18</sup> Aktion (нем.) – акцию.

<sup>19</sup> Nicht Jude (нем.) – не еврейка.

<sup>20</sup> Hauptbahnhof (нем.) – центральный вокзал.

<sup>21</sup> K-Z Lager Majdanek (нем.) – концлагерь Майданек.

<sup>22</sup> Endlosung (нем.) – безмолвие.



работе и восьмистам калориям в день, а в конечном счете – к духовной смерти в уже изувеченном теле?

Напротив Илси стояла мать с двумя дочерьми: одна из них застыла в немом молчании, другая плакала. Когда они очутились перед офицером, тот улыбнулся и указал женщине направо, а девочкам – налево. Мать закричала и стала цепляться за детей, но ее оттащили и поволокли к меньшей группе, стоявшей справа. Пораженные рыданиями матери, девочки застыли на месте, боясь пошевелиться. Затем перед офицером оказалась Илси. В критический момент «отбора» она выкрикнула в моем кабинете, как она, наверное, выкрикнула тогда: «Я христианка. *Ich bin nicht Jude!*»<sup>23</sup> Офицер ответил, что доказывать уже слишком поздно и что многие называют себя христианами. Тогда Илси назвала фамилию своего отца, отца ее отца и всей семейной династии врачей, хорошо известных в этом округе: имя одного из них носил люблинский госпиталь.

Офицер немного помолчал, потом сказал: «Хорошо, тебе повезло. Но ты слишком много видела, чтобы вернуться обратно. Возьми этих двух детей, доведи их до душевой и оставь их внутри, а затем присоединишься к другим. Но ты будешь работать и никогда отсюда не выйдешь».

«Я не могу вам передать, как я тогда была счастлива, – сказала Илси, – я не попаду в газовую камеру. Я буду работать. Я еще поживу. Я потащила детей. Одна девочка повисла на мне; другую мне пришлось тащить за руку. Именно этот момент изображен на фотографии. Я не помню, чтобы поблизости был кто-то с фотокамерой. Я была счастлива, что останусь в живых. Я потащила детей дальше, до двери душевой. Там *Saros* – рабочие-заключенные – сами втащили детей в душевую. Больше я их не видела».

В этот момент я опять смог заметить, что она была там, немного облегченная от того, что носила в себе. Она откинулась на спинку кресла, помолчала две минуты, затем продолжила свой рассказ. Она рассказала мне о жизни в лагере, о том, как, получив лишь временную отсрочку смертного приговора, она смогла выжить и, несмотря на непосильную работу, выбритую голову, ежедневную баланду, сохранить способность своего молодого тела извлекать силу практически из ничего. Когда лагерь освободили русские войска, в нем оставалось лишь несколько сотен еле двигающихся скелетов, многие из которых вскоре умерли от болезней и последствий длительного голодания.

---

<sup>23</sup> *Ich bin nicht Jude!* (нем.) – Я не еврейка!



## **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.