

ДЕНИС АНУРОВ, ЮЛИЯ МАСЛОВА

АРХЕТИП СЧАСТЬЯ

ВСЁ, ЧТО ВАМ НУЖНО ЗНАТЬ ОБ АРХЕТИПАХ
И ИХ ВЛИЯНИИ НА ВАШУ ЖИЗНЬ



Денис Ануров
Юлия Маслова

АРХЕТИП СЧАСТЬЯ:

всё, что вам нужно знать
об архетипах
и их влиянии на вашу жизнь

Москва
Медков С. Б.
2017

16+

УДК 159.9

ББК 88

А 73

Ануров Д.А., Маслова Ю.И.

**Архетип Счастья: всё, что вам нужно знать
об архетипах и их влиянии на вашу жизнь.**

- М. : Медков С.Б., 2017. - 144 с., ил.

ISBN 978-5-906891-04-4

Почему всё, что вы знали об архетипах до этого момента, неверно? Чем архетипы являются на самом деле? Каким образом они формируют яркие и значимые события вашей жизни?

И самое главное – как ваши знания об истинной сути архетипов помогут вам обрести высшую степень свободы и независимости своего «Я»?

На эти вопросы авторы книги дают живые и увлекательные ответы, кратко и доступно объясняя самую интересную и необычную психологическую теорию XX века – аналитическую психологию Юнга.

Книга написана простым и понятным языком и содержит множество эксклюзивных иллюстраций.

Охраняется законом РФ об авторском праве. Воспроизведение всей книги и любой её части запрещается без письменного разрешения издателя. Любые нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

© Ануров Д.А., Маслова Ю.И., 2017

© Ануров Д.А., Маслова Ю.И., оформление, 2017

© Медков С.Б., издатель, 2017

ISBN 978-5-906891-04-4

От авторов

Многие считают, что понять Юнга не легче, чем расшифровать послание на загадочном древнем языке. И это мнение не так уж далеко от истины.

Но мы решили доказать, что потрясающе интересные и глубокие открытия Юнга можно объяснить так, что они станут понятны каждому.

Аналитическая психология – это не просто яркая, оригинальная, увлекательная психологическая теория. Это всеобъемлющее мировоззрение, которое помогает человеку ясно увидеть свой таинственный внутренний мир и наконец-то обрести цель и смысл своей жизни. Теория Юнга соединяет в себе строгие научные методы и смелые интуитивные прозрения, разум и душу, долг и свободу. Она изменяет сознание и возвращает людям надежду.

Мы уверены, что наша книга будет интересна и полезна всем, кто находится в духовном и интеллектуальном поиске.

**Денис Ануров,
Юлия Маслова**



*Единственное стоящее жизни приключение
человек может найти только внутри самого себя.*

Карл Густав Юнг

Карл Густав Юнг родился в Швейцарии в 1875 году. Его дед и прадед со стороны отца были врачами. После окончания медицинского факультета Базельского университета Юнг работал в Цюрихе, ассистентом известного исследователя человеческой психики Э.Блейлера, и проявил себя как талантливый, неординарный учёный, автор ряда серьёзных научных работ.

В 1909 году началось активное сотрудничество Юнга с Зигмундом Фрейдом. Фрейд надеялся, что Юнг станет наследником его идей, но у того были свои взгляды на психику человека и методы её изучения. К 1913 году их разногласия стали настолько принципиальными, что Юнг больше не мог с этим мириться. Он объявил Фрейдю, что отныне идёт своим путём.

Юнг создал собственную теорию — *аналитическую психологию*. Она не просто предлагала новое понимание психики человека, но и затрагивала вечные философские вопросы, включая самый главный — смысл человеческого существования.

Всю свою жизнь Юнг смело путешествовал по таинственной Вселенной человеческой психики, чтобы составить и передать людям её подробную карту. Каждая книга, каждая статья Юнга открывали новые грани внутреннего мира человека и потрясали научное общество, а юнговская концепция архетипов стала, без преувеличения, самой революционной идеей XX века.

Умер Карл Густав Юнг в 1961 году, в возрасте 85 лет. По мнению всех, кто его знал, не было другого человека, который так плодотворно смог реализовать себя — свои таланты, своё стремление к познанию, свою индивидуальность. И больше всего Юнг хотел, чтобы каждый прожил такую же полную, насыщенную и осмысленную жизнь...

Огромная заслуга Юнга заключается в том, что он бесстрашно выступил против «прогрессивного» общества, опьянённого вульгарным материализмом, против агрессивного, циничного большинства, которое злорадно утверждало, что человек должен смириться с ролью мясной куклы, поведение которой определяется только стремлением к удовольствиям и развлечениям. В те времена люди ещё не понимали, что загоняют себя такой философией в тупик. Юнг осознал это раньше других и призвал человечество не совершать ошибку, ибо в чисто механической, поверхностной, потребительской жизни нет никакого смысла, нет целостности и глубины, нет истинного счастья.

Идеи великого учёного с тех пор не стали менее актуальными. Наоборот, сегодня всё больше серьёзных любителей психологии начинают открывать для себя Юнга. Его взгляды близки всем, кто задыхается в тесной клетке материалистического мировоззрения и хочет воссоединиться со своей душой — потерянной, забытой, осмеянной и затравленной нынешним обществом.



Сознание
и бессознательное

Сегодня уже ни один серьёзный учёный не спорит с тем, что сознание — это отнюдь не вся психика, а лишь её самый хрупкий и тонкий верхний слой. Под ним располагается куда более тёмная, глубокая и загадочная бессознательная часть психики. Что она содержит? Как взаимодействует с сознанием? Эти вопросы до сих пор остаются открытыми, и никто не предложил на них более полного и обоснованного ответа, чем Карл Густав Юнг.

Сознание

Что такое сознание? До смешного простой, но при этом абсолютно правильный ответ на этот вопрос звучит так: *сознание — это те содержания психики, которые мы осознаём.*

Отделить сознание от его содержания, по сути, невозможно. Мы всегда осознаём *что-то*. Можно сказать, что сознание — это некое пространство, в котором в разные моменты времени находится то или иное содержимое. Сейчас там — мечты о новых модных джинсах, через минуту — желание сварить кофе, потом — мысли об отношениях с окружающими и так далее. Когда это пространство ничем не заполнено — сознание отключено. Такое возможно в состоянии глубокой комы или сна без сновидений.

Центром сознания является Эго — средоточие нашей индивидуальности. Эго поддерживает непрерывное ощущение того, что Я — это Я. Соответственно, *все те психические содержания, которые Эго может воспринимать, анализировать, использовать, относятся к сознательной части психики.*

С помощью сознания мы ориентируемся во внешнем мире, накапливаем опыт, стараемся избежать опасностей



Так же, как дерево никогда не теряет связь с почвой, сознание сохраняет постоянный контакт с бессознательным на протяжении всей жизни человека.

и получить удовольствие. Казалось бы, вот и вся нехитрая формула: рыба ищет где глубже, а человек — где лучше.

Но дело в том, что, помимо сознания, в психике существует обширная бессознательная часть. Бессознательное постоянно влияет на сознание — незаметно диктуя свою волю и вдохновляя, активно препятствуя и столь же активно помогая, внушая иногда ужас, иногда благоговение. Это загадочный, поистине бескрайний океан, путешествие по которому грозит опасностями и сулит удивительные открытия.

Бессознательное подразделяется на *личное* и *коллективное*.

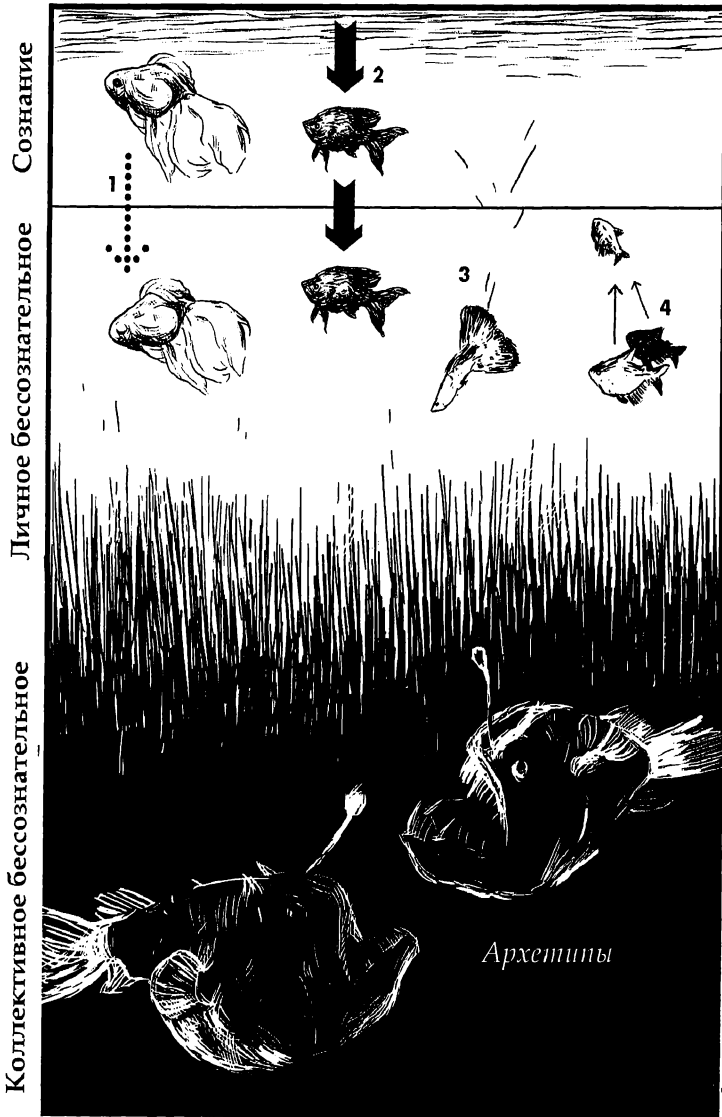
Личное бессознательное

Личное бессознательное — это *неосознаваемые содержания психики, принадлежащие тому или иному конкретному человеку*. Юнг выделял четыре пути формирования личного бессознательного.

Забывание. Сколько девочек и мальчиков было в вашей детсадовской группе? О чём вы думали в 14.30 в позапрошлую среду? Что вам приснилось под Новый Год 10 лет назад? Вы не помните. Вы забыли. Информация потеряла для вас актуальность, потускнела и опустилась из сознания в личное бессознательное, словно уснувшая рыба. Если вы теперь и сможете эту вялую рыбку реанимировать и вытащить обратно в сознание, то только под гипнозом, под влиянием сильного стресса или в результате других, столь же нерядовых обстоятельств.

Вытеснение. Вчера, возмущаясь телепередачей про то, как чиновники воруют деньги, отпущенные на строительство детских площадок, вы вдруг поняли, что и сами могли бы украсть у детей, чтобы купить на эти деньги шикарную квартиру и роскошную машину. Но эта мысль так ужаснула вашего «внутреннего цензора», что была немедленно вытеснена в личное бессознательное.

Отличие вытесненных мыслей и чувств от забытых заключается в том, что вытесненные психические содержания не теряют свою энергию. Плавая в бессознательном, они продолжают «бить хвостом и щёлкать челюстями», и эта активность может проявляться не только на психическом, но и на физическом уровне: например, теперь каждый раз при виде детской площадки вы будете краснеть — не понимая, почему.



Четыре пути формирования личного бессознательного:
 1) забывание 2) вытеснение 3) восприятие, не фиксируемое сознанием 4) рождение непосредственно в бессознательном.

Неосознанное восприятие. Мы каждый день видим сотни рекламных вывесок и лиц прохожих, чувствуем неясные запахи, испытываем различные тактильные ощущения, слышим множество звуков и так далее. Большая часть этих воздействий не могут возбудить сознательную часть психики достаточно сильно для того, чтобы она их зафиксировала. Иными словами, эти воздействия проскальзывают в личное бессознательное «в обход» сознания.

Рождение новых содержаний непосредственно в бессознательном. Далеко не все наши мысли, чувства и идеи возникают на уровне сознания. Яркий пример — озарения, которые случаются у художников, поэтов, учёных. Человек долгое время пытается решить какую-то научную или творческую задачу — ничего не получается, а потом вдруг — вспышка, инсайт! Дело в том, что бессознательное не статично; его содержания не лежат мёртвым грузом, а находятся в постоянной динамике, их бесчисленные комбинации рождают новые образы и идеи; некоторые из них внезапно выныривают в сознание, и человек удивляется: «Откуда это взялось у меня в голове?».

Нетрудно догадаться, что содержимое личного бессознательного, формирующееся этими четырьмя путями, у каждого человека является *уникальным* — ведь забываем мы каждый своё, вытесняем каждый своё, слышим и видим каждый своё, и идеи рождаются у каждого свои.

Но существует более глубокий слой психики, который абсолютно *одинаков* у всех людей, — коллективное бессознательное.

Коллективное бессознательное

Коллективное бессознательное иногда называют «объективной психикой», так как здесь *нет никаких субъективных психических содержаний*, ничего от конкретной личности того или иного человека. Коллективное бессознательное — это глубинный психический слой, *свойственный человеку как виду*. Из него, как растение из почвы, вырастает сознание каждого отдельного человека. И эта связь сохраняется всю жизнь. А как иначе? Ведь растение без почвы просто умрёт.

Существование коллективного бессознательного стало очевидным для Юнга после исследования им базовых психических особенностей тысяч людей разных рас, наций, культур, возрастов, разного уровня интеллекта и образования, различного воспитания и социального происхождения. В психике абсолютно *каждого* человека Юнг обнаружил универсальный (то есть абсолютно одинаковый у всех) глубинный слой, который он назвал коллективным бессознательным.

Коллективное бессознательное состоит из психических паттернов — *архетипов* (от греческого «archetypos» — «первообраз»). Архетипы вечны и неизменны, и в этом смысле они подобны инстинктам. Инстинкты абсолютно ничем не отличаются у древнего египтянина, средневекового француза и современного русского. Изменяются формы реализации инстинктов, но не сами инстинкты. То же относится и к архетипам — могут изменяться только их проявления, но сами архетипы неизменны у всех людей во все времена.

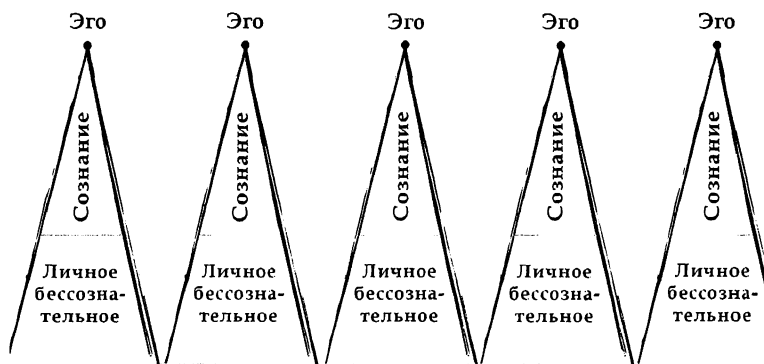
Архетипы не попали в коллективное бессознательное ни одним из четырёх путей, характерных для личного бессознательного: они не были забыты, не были

По Юнгу, психика человека имеет следующую структуру:

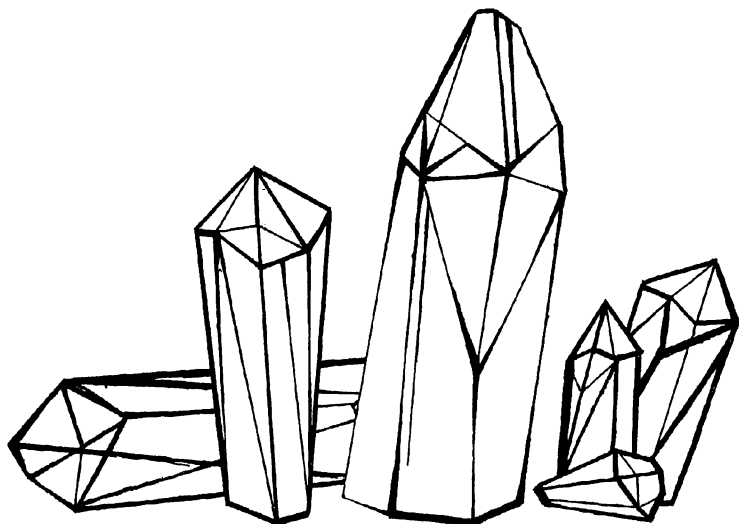
1. **Сознание.** С его помощью человек осознанно воспринимает реальность, выносит суждения о ней, приспосабливается к текущим ситуациям, планирует свои действия.

2. **Личное бессознательное.** Это те содержания психики, которые принадлежат конкретному человеку, но не осознаются им.

3. **Коллективное бессознательное.** А вот эта часть психики, в отличие от двух предыдущих, не индивидуальна, а одинакова у всех людей. Она состоит из архетипов – универсальных психических паттернов, формирующих жизнь каждого человека.



КОЛЛЕКТИВНОЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ



Юнг писал: «Есть класс содержаний психики, которые не имеют своего источника в отдельном индивидууме. Эти коллективные паттерны я назвал архетипами».

Он сравнивал архетип с невидимой «программой», которая заставляет кристалл принимать определённую конфигурацию. Рассмотреть в микроскоп и описать эту программу невозможно — она виртуальна. Но, тем не менее, она, безусловно, существует, и формирующийся по определённому «чертежу» кристалл — тому доказательство.

вытеснены, не «проскочили» сюда незаметно из внешнего мира и не родились в бессознательном. Архетипы составляют стандартный, универсальный «базовый комплект» психики каждого человека и располагаются в её самых далёких и загадочных глубинах.

Архетипы непознаваемы и недоступны для непосредственного наблюдения; мы можем судить о

них лишь по тем их проявлениям, которые доходят до сознательной части нашей психики. Образно говоря, мы слышим отдалённый треск веток, чувствуем, что от чьих-то шагов трясётся земля, а от дыхания в радиусе сотен метров гнутся деревья, но как именно выглядит это нечто, мы не видим. Понятно лишь, что оно чрезвычайно сильное и определённым образом влияет на всё, с чем соприкасается.

В чём же суть этого влияния?

Архетипы

Архетип — это психический паттерн коллективного бессознательного, который определяет, как мы чувствуем, ощущаем, воспринимаем, в общем, проживаем ту или иную стандартную для каждого человека во все времена ситуацию — страх неизвестного, освоение нового, конфликт между детьми и родителями, тяжёлую потерю, серьёзную опасность, победу над конкурентом, примирение с врагом и так далее.

Например, состояние влюблённости является архетипическим. Даже те люди, которые никогда не имели раньше такого опыта (и не видели подобную ситуацию в кино, не читали о ней в книгах, не слышали от окружающих), воспринимают влюблённость в рамках схожего мотива, источником которого является архетипический паттерн.

Следует отметить, что в любой архетипической ситуации конкретные личности её участников играют очень скромную роль. Например, ситуация выяснения отношений на почве ревности — архетипична, а это значит, что её участники действуют практически полностью «на автопилоте», воплощая готовую схему, которую им предоставляет (а точнее — навязывает) архетип.

Точно так же отношение любого ребёнка к матери определяется «встроенной» в его психику архетипической материнской фигурой гораздо в большей степени, чем личностью конкретной матери. То же самое можно сказать о любой ситуации, характерной для человека как представителя своего вида.

Можно сравнить каждый архетипический паттерн с гигантским механизмом, для начала работы которого на него нужно всего лишь капнуть машинным маслом.



Когда человек оказывается в архетипической ситуации, его сознание как бы переходит с бездорожья на гладкие рельсы, по которым начинает скользить по определённой траектории.



Мотив воздействия архетипа Героя на сознание человека — победа над обстоятельствами, обретение самостоятельности и независимости. Находясь под влиянием этого архетипа, мы готовы бороться, преодолевать трудности и добиваться поставленных целей.

Чаще всего такой «каплей» является другой человек. Вспомните ситуации, когда вы испытывали к кому-то ненависть, ревность, страх. В такие моменты кажется, что именно этот человек — уникальный ключ, двигатель и горючее, альфа и омега того, что с вами творится, но на самом деле он просто «капля масла», позволившая запустить мощный безличный архетипический механизм.

Архетипические мотивы хорошо различимы в искусстве. Практически каждый фильм и каждая песня рассказывают об одной или нескольких архетипических ситуациях. А так как архетипы составляют область психики, общую для всех людей, то и отклик такие ситуации находят у максимального количества зрителей и слушателей.

Например, архетип Героя нещадно эксплуатируют создатели боевиков и приключенческих фильмов, а архетипические ситуации знакомства с человеком противоположного пола, поиска своего места в коллективе, конфликтов с родственниками, потери и возвращения ребёнка обыгрываются в бесконечном количестве мелодрам.

Помните, как героиня одного старого фильма говорила: «Я влюблена, но пока не знаю, в кого»? Эта фраза помогает понять роль архетипов в жизни каждого человека. Можно сказать, что мы уже при рождении влюблены, но пока не знаем, в кого, ненавидим, но ещё не знаем, кого, празднуем победу, но ещё не знаем, над кем, и так далее. Психические паттерны всегда готовы к работе и ждут повода, чтобы так или иначе воплотиться, реализоваться, выполнить свою программу.

Юнг называл архетип «пустой формой», которая создаёт тенденцию к своему наполнению, к конкретизации с помощью субъективного опыта каждой отдельной личности.



В архетипических ситуациях – например, в ситуации конфликта между партнёрами – роль индивидуального сознания крайне мала.



В такие моменты «солирует» архетипический психический паттерн, стандартный для всех представителей Homo sapiens.

Можно сказать, что *каждый человек является ни чем иным, как комбинацией конкретизированных, «наполненных», реализованных архетипов.*

Находясь в архетипической ситуации, мы будто играем тысячу раз отрепетированную роль в вечной пьесе, которую до нас уже играли миллиарды людей. Но, как ни парадоксально, именно в такие моменты нам кажется, что наши мысли и эмоции идут из самой сердцевины нашего «Я», из заповедных глубин психики, а значит, они максимально индивидуальны, то есть принадлежат исключительно нашей неповторимой личности. Это абсолютно ошибочный вывод. Да, в архетипических ситуациях эмоции и реакции действительно идут из глубин психики, *но из таких древних и тёмных, где нет никакого индивидуального «Я», а есть только безличные, общие для всего человечества психические паттерны.*

Итак, наше сознание постоянно подвергается мощному и постоянному воздействию не только внешнего мира, но и архетипов коллективного бессознательного. Причём, если влияние внешнего мира часто можно отследить без особого труда, то наш внутренний мир влияет на нас практически незаметно (во всяком случае, уж точно незаметно для тех, кто не интересуется аналитической психологией). Юнг говорил об этом так: *«Совокупность архетипов является живой системой реакций и диспозиций, которая невидимым, а потому и особенно действенным образом определяет индивидуальную жизнь».*

Соответственно, человек в своём желании стать максимально независимой личностью может старательно избегать влияний социума, но при этом оставаться абсолютно бездумным и послушным проводником бессознательных архетипических тенденций. В итоге он

будет пребывать в ошибочной уверенности, что сам полностью определяет свои мысли, чувства и поведение, и не догадываться, что вся его жизнь — лишь ничем не примечательная реализация стандартных паттернов коллективного бессознательного.

Архетипические образы

Архетип непознаваем и непредставим, у него нет никаких качеств, которые можно «измерить» и разложить на составляющие, нет никаких чётких характеристик, которые можно занести в таблицы и опубликовать в научном журнале. Наша жизнь выстраивается вдоль «силовых линий» архетипов, однако не существует средств и способов, позволяющих наблюдать архетипы «напрямую».

Вспомните пример с «виртуальной программой», которая определяет облик кристалла. Мы не способны эту программу увидеть и описать. Но мы можем увидеть и описать сам кристалл. Точно так же не существует способов увидеть и описать архетип, но вполне можно увидеть и описать архетипический образ.

Архетипическими образами называют все формы влияния архетипа, доступные сознанию. Речь идёт, прежде всего, об образах типичных для любого человека *ситуаций* (например, движение к цели, конфликт и примирение, потеря или обретение чего-либо, влечение к другому человеку) и различных *фигур* (Мудрец, Мать, Враг, Трикстер и так далее).

Можно сказать, что всё наше восприятие — архетипично, поэтому мы постоянно имеем дело с теми или иными архетипическими ситуациями и фигурами.

Например, общаясь со своими детьми и рассказывая им что-то важное, вы попадаете под влияние архетипа Мудреца, то есть начинаете воспринимать эту ситуацию и вести себя согласно «мотиву» этого архетипа. Вы сами становитесь Мудрецом — ваши мысли, эмоции, поведение, даже интонации какое-то время формируются этим архетипом.

А вот *увидеть* архетипическую фигуру Мудреца вы

можете, например, во сне. Также вы можете увидеть этот образ не «внутри себя», а «со стороны» — допустим, когда будете смотреть телеинтервью с умудрённым жизнью философом и спроецируете образ Мудреца на него.

Мотив, который задаёт архетип, может воплощаться во множестве различных образов. Поэтому названия архетипов условны, их не стоит понимать буквально и узко.

Например, архетип Матери может проявиться в образе коровы-кормилицы с выменем, наполненным молоком, или раскидистой яблони со спелыми плодами, или полноводной реки с плещущейся рыбой, или даже... компьютерной игры, осыпающей вас бонусами за успехи и наказывающей за ошибки. Мотив этих образов будет схожим: некая сила, с которой вы связаны и которая способна как одарить вас некими ресурсами (духовными или материальными), так и лишить их. Каждый из архетипов является источником бесконечного числа архетипических образов, основанных на присущем этому архетипу мотиве.

Кроме того, необходимо понимать, что на сознание и поведение человека в различных ситуациях часто влияет не какой-то один определённый архетип, а целый ряд архетипов. Например, в ситуации скандала с партнёром могут быть одновременно задействованы архетип Анимы/Анимуса, архетип Врага, архетип Отца, архетип Матери, архетип Героя и другие. Иными словами, действие архетипов на сознание не имеет строгих границ, они постоянно пересекаются, накладываются друг на друга, и при сознательном анализе их становится очень трудно разделить.

Архетип Мудреца — это коллективный психический паттерн, относящийся к обширному жизненному опыту, тайным знаниям и способности передавать этот опыт и знания другим людям.

Проявиться в сознании человека этот архетип может во множестве образов, наиболее очевидный из которых — мудрый старец.

Но точно так же этот архетип может предстать перед нами в образах старинной книги или животного, символизирующего мудрость — например, змеи или совы.





Мораль — это изобретение человеческого сознания. Архетипы же составляют коллективное бессознательное, где нет никакой морали. Поэтому каждый архетип содержит и «тёмную», и «светлую» стороны.

Яркий пример — архетип Святой Блудницы, в котором сочетаются откровенно противоположные с точки зрения человеческой морали качества.



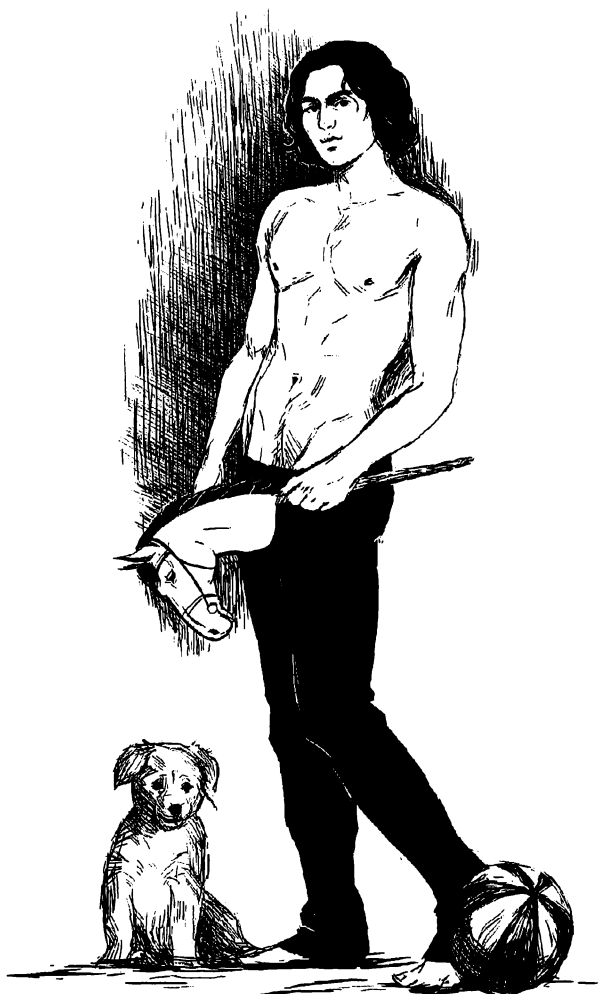
Архетип Трикстера — проказника, шутника, манипулятора. Трикстеру нравится играть с людьми и преподносить им сюрпризы — как приятные, так и совсем наоборот. Главное — удивить, озадачить, дезориентировать, обмануть, нарушить все устоявшиеся нормы и сломать рутинное течение событий. Нетрудно догадаться, что под влияние этого архетипа часто попадают подростки.



Классический образ архетипа Возрождения – птица Феникс, восстающая из пепла. Пережив личностный кризис, тяжёлую потерю, психологическую травму, и начав после них возвращаться к жизни, мы оказываемся в сфере влияния этого архетипа.



Архетип Великой Матери, рождающей и поглощающей без остатка, одаривающей и наказывающей, защищающей и преследующей. Каждая мать испытывает влияние различных сторон этого архетипа.



Пуэр — архетип вечного юноши. В наше время тех, кто находится под очевидным воздействием этого архетипа, называют «кидалтами» — это люди, которые не хотят взрослеть и пытаются оставаться вечными детьми, проводящими жизнь в играх и развлечениях. Женский аналог Пуэра — Пуэлла, вечная девушка.

Миф о мифах

Юнг не раз с сожалением говорил о том, что суть понятия «архетип» большинство людей постичь так и не смогли. С тех пор мало что изменилось: и в наше время многие любители психологии (и, что ещё более печально, многие профессиональные психологи) понимают архетипы абсолютно неверно.

Действительно, в психологической литературе очень часто можно встретить определение архетипов, которое выглядит примерно так: *«Архетипы – это генетически унаследованные современным человеком образы богов и героев из мифов древних народов»*. Такого рода определения откровенно неправильны и свидетельствуют о полном непонимании смысла, который вкладывал в термин «архетип» Карл Густав Юнг.

Если человек, который прочитал вышеупомянутое определение, попытается понять, когда же он в своей жизни сталкивался с архетипами, то сделает примерно такой вывод: «Похоже, это со мной случилось только один раз, когда я во время просмотра фильма о Древней Греции задремал и увидел во сне Гефеста и Деметру».

Стоит ли интересоваться архетипами, стоит ли изучать их, если ты с ними имел дело всего однажды, и смысла в этой «встрече» не было абсолютно никакого? Вопрос риторический.

На самом деле архетипы влияют на нас *постоянно*. Они формируют наше восприятие, определяют способы переживания ситуаций, с которыми мы сталкиваемся, задают нам модели поведения. Мы имеем дело с архетипами не «один раз в жизни, уснув во время просмотра кинофильма», а непрерывно, от рождения до смерти.

Точно так же тотально и всеобъемлюще архетипы влияли и на древних греков, древних римлян и представителей прочих цивилизаций прошлого. Это влияние проявлялось, в том числе, и в возникновении в сознании архетипических образов – ситуаций и фигур, которыми люди населяли свои мифы, легенды и сказки. Конкретный облик этих фигур и ситуаций был максимально актуален именно для того момента. А в наше время те же самые архетипы воплощаются в других образах – при этом, конечно же, сохраняя свою суть.

Например, в снах древнего грека архетип Анимы являлся ему в образе богини Афродиты. Но для человека, живущего в XXI веке, этот же архетип воплотится, скорее всего, в образе прекрасной топ-модели или известной актрисы. А вот Афродита вызовет у нашего современника разве что ироническую улыбку.

То же самое касается и архетипических ситуаций. В наше время архетипическая ситуация конца света видится людям как ядерная война или столкновение с гигантским метеоритом, а не как гнев Зевса, убивающего молниями весь скот и насылающего тучи саранчи на посевы.

Юнг пишет: *«Архетип – это некий непредставимый фактор, некая диспозиция, которая выстраивает материал сознания в определённые фигуры. Сам по себе архетип пуст и чисто формален – в нём нет ничего, кроме способности формировать архетипические образы. Эти архетипические образы не могут быть унаследованы, наследуются лишь сами архетипы».*

Итак, архетипы и во времена исчезнувших цивилизаций, и в наше время – одни и те же, они принадлежат человеку как виду и не меняются. Но при этом каждое поколение создаёт на основе неизменных архетипов свои мифы, сказки, книги, фильмы, песни.



Архетипическая ситуация вторжения чужаков снилась древним римлянам в виде нашествия варваров, нашим отцам и дедам – в виде фашистской оккупации, а нынешней молодёжи она нередко снится в виде инопланетной агрессии. «Оболочки» архетипической ситуации меняются, но её суть остаётся неизменной.

Иначе говоря, суть архетипических ситуаций и фигур неизменна, изменяется лишь их внешняя «оболочка». Сознание современных людей, конечно, может использовать старые «оболочки», знакомые нам по книгам и фильмам, созданным на основе древних легенд и мифов, но чаще оно «рисует» на основе вечных архетипов новые, более актуальные образы.

Впрочем, необходимо отметить, что древние мифы всё же имеют существенное, важное с точки зрения аналитической психологии отличие от современного творчества людей. Дело в том, что мифы создавались в то время, когда сознание человека было ещё очень далёким от его нынешней ультрарациональности, поэтому архетипические тенденции в мифах выражены практически в «сыром виде». Это отличает мифы от современных произведений культуры и искусства, в которых архетипические мотивы, конечно же, никуда не исчезли, но зачастую погребены под завалами извращённых продуктов человеческого сознания, загнанного в рамки политической, финансовой, идеологической и моральной конъюнктуры.

Компенсаторная связь сознания и бессознательного

Итак, мы рассмотрели ключевой аспект связи *коллективного* бессознательного и сознания — связь формы и содержания. Коллективное бессознательное состоит из архетипов — предустановленных психических паттернов, «пустых форм», которые наполняются субъективным опытом человека, выстраивая каждую индивидуальную жизнь по определённым вечным мотивам.

Если же говорить о главном аспекте взаимодействия сознания и *личного* бессознательного, то им является *компенсаторная связь*.

Дело в том, что психика в целом (то есть обе её части в сумме — сознательная и бессознательная) — это система, которая всегда стремится к равновесию и целостности. Поэтому, если в сознании возникает какая-то жёсткая установка, создающая в психике определённый перекосяк, то в личном бессознательном (при безусловной поддержке коллективного бессознательного) неизбежно возникает противоположность этой установки. Иными словами, происходит реакция компенсации. Точно так же упругий мяч, на который вы давите, стремится восстановить свою идеальную круглую форму, оказывая на вашу ладонь встречное давление.

Обычно человек старательно сдерживает противоположную установку в бессознательном, чтобы избежать когнитивного диссонанса. Атеист вытесняет в бессознательное все доводы о возможности существования Бога, трезвенник отвергает все аргументы в пользу употребления алкоголя, развратник и слышать не хочет о морали и так далее.

Но чем больше мы подавляем противоположную

установку, тем больший дискомфорт и напряжение она создаёт. Это напряжение может достичь такой степени, что подавляемая установка внезапно прорвётся в сознание. Чёрное, достигнув максимума, превращается в белое. Белое белеет до тех пор, пока не превратится в чёрное. Это явление принято называть греческим словом *эпантисидромия* («бег навстречу»).

Когда подавляемая бессознательная установка «взрывается», ломает защитные барьеры и вторгается в сознание, человек резко меняется: бескомпромиссный трезвенник превращается в алкоголика, аморальная актриса удаляется в монастырь, ценитель высокого искусства «подсаживается» на низкопробные сериалы.

В одной из телепередач был весьма показательный рассказ про учителя математики, которым овладела мистическая субличность, в результате чего он начал проповедовать ученикам магию и колдовство. Характерно, что герой этой истории — учитель не литературы или пения, а именно математики, то есть крайне логичный человек. Сознательная рациональная установка достигла в нём такой неестественной силы, что вызвала перекос в психике. Соответственно, активизировался процесс компенсации: в личном бессознательном стала набирать силу противоположная установка. В итоге она достигла такой мощи, что ворвалась в сознание и захватила контроль над ним. Ультрарациональный преподаватель на глазах у изумлённых учеников превратился в мистика и начал вещать о привидениях, колдовстве и переселении душ.

Такого рода метаморфозы выглядят как потеря своей привычной личности и замена её на абсолютно противоположную. Посмотрите, например, в фильме «Мстители» на нерешительного тихоню Брюса Беннера и агрессивного Халка, в которого он превращается.

Это отличная метафора конфликта между сознательной и противоположной ей бессознательной установками.

Даже если прорыв бессознательной установки в сознание не происходит, создавшееся напряжение мешает нормальной работе психики, провоцирует неврозы, тормозит развитие личности. Чтобы этого не случилось, необходимо расширять своё мировоззрение, не давать «окаменеть» сознательным установкам, не терять способности смотреть на события и факты, на свои поступки и поступки других людей с разных точек зрения, избегая при этом жёстких идентификаций с какой-либо из них.

Между духом и материей

Архетипы тесно связаны с инстинктами. Инстинкт — это непреодолимое, навязчивое телесное побуждение к определённой деятельности. По сути, это материя, которая пытается проявить себя. Но как именно — она не знает. У инстинкта есть только «сырая энергия» и готовность к действию. Смысл, форму и направление инстинкту придаёт архетип. Без архетипических образов инстинктивные побуждения не могут корректно реализоваться.

Например, самка шимпанзе хватается за бананы и несёт их своему детёнышу, потому что у неё есть инстинктивное побуждение — накормить потомство. Только вот для того, чтобы это инстинктивное побуждение сработало, шимпанзе должна представлять образ детёныша и образ ситуации в целом — последовательность своих действий, возможную реакцию на них детёныша и так далее.

Если бы она не располагала этими образами, то не понимала бы, как именно реализовать свои инстинктивные побуждения. В лучшем случае, она хватала бы, например, свои экскременты и несла их крокодилу. А потом хватала бы крокодила и тоже пыталась куда-то его нести. Потому что инстинктивные побуждения есть, а соответствующих архетипических образов в психике — нет.

Но и архетипический образ без инстинктивных побуждений не работает тоже: если есть образ детёныша и образ ситуации, но нет сырой энергии инстинкта, которая органично совместится с этими образами, то обезьяна просто не сдвинется с места.

Соответственно, архетипические образы и инстинктивные побуждения должны работать совместно.

Это два полюса, которые органично взаимодействуют в психике животного. Благодаря такому взаимодействию детёныш шимпанзе в итоге всегда получает полагающиеся ему бананы.

Но человек обладает свободной волей и потому способен вмешаться в гармоничный контакт между архетипами и инстинктами. Можно сказать, что Это — это камень, застрявший между гигантскими шестернями духа и материи. Это нарушает их взаимодействие, так как имеет свои интересы (как минимум — интерес не быть полностью поглощённым ни тем, ни другим полюсом).

В итоге непрерывно стремящиеся друг к другу инстинкт и архетип постоянно натываются на «инородное тело». То, что мешает работе системы, система пытается уничтожить, поэтому и материя, и дух стремятся поглотить Это.

Иными словами, наше сознание находится между молотом и наковальней — между сильнейшим влиянием, с одной стороны, архетипов, с другой — инстинктов. Образно говоря, Это без отдыха сдерживает орды призраков с одной стороны и зверей — с другой.

Соответственно, в данном контексте противопоставление духа (архетипов) и материи (инстинкта) — это противопоставление не добра и зла, а безумия и безумия. И полюс духа, и полюс материи в равной степени пытаются подчинить себе Это.

При этом Это может вести только оборонительные бои и не способно действовать ни на территории инстинктов, ни на территории архетипов, ибо и те, и другие автономны и не подчиняются человеческой воле. Воля — это энергия, которой располагает сознание, и волевые проявления возможны только на территории сознания, но не за его пределами.

Психика граничит, с одной стороны, с духом, с другой – с материей. Эта граница называется психоидной. Там дух и материя переходят в психику в форме архетипов и инстинктов.



Архетипы и инстинкты сильнее всего влияют на нашу жизнь. При этом они напрямую не доступны сознанию. Сознание имеет дело только с их «отзвуками» – архетипическими образами и инстинктивными побуждениями.

Для небольшой части людей эта война заканчивается полным разгромом Эго — его полностью поглощают архетипы или инстинкты, и человек попадает в сумасшедший дом.

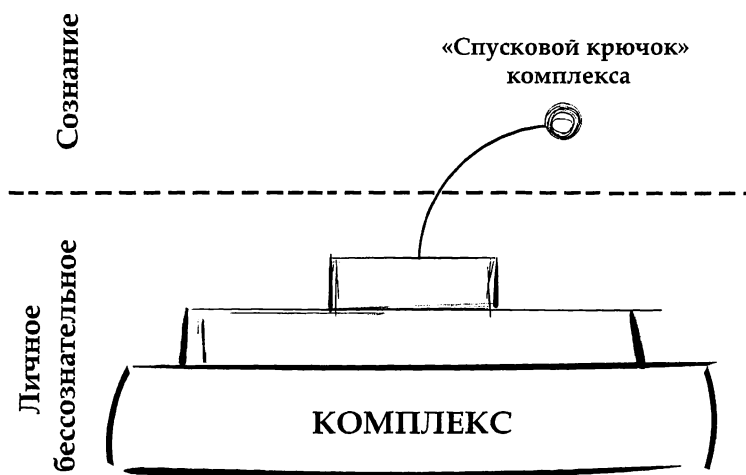
Для большинства же проигрыш в этой войне менее очевиден, но на самом деле не менее трагичен: их Эго всю жизнь служит игрушкой для материи и духа, стандартным «болванчиком» для реализации архетипических мотивов и инстинктивных побуждений (да ещё и воздействий социума, который тоже пытается сделать каждое индивидуальное Эго своей игрушкой). Такое Эго напоминает государство, которое на словах декларирует свой суверенитет, но по факту является бессильной марионеткой более серьёзных сил.

Но всё же Эго не обречено на поражение. Оно может выбрать путь целенаправленного обретения настоящей независимости. Об этом мы подробно поговорим в разделе «Индивидуация».

Комплексы

Что такое комплекс? Это некое психическое содержание, обладающее мощным (как правило, негативным) эмоциональным зарядом и «законсервированное» в личном бессознательном.

Структура комплекса подобна мине. Сама мина находится в личном бессознательном, а её чуткие «усики» торчат в сознании. Стоит задеть такой усик, как мина взрывается.



Причём, в отличие от настоящей мины, комплекс может «срабатывать» неограниченное число раз. Наши комплексы периодически «взрываются» всю нашу жизнь, заставляя нас переживать отголоски старых психических травм снова и снова.

Допустим, в детстве, выступая на утреннике, вы забыли слова стихотворения про Мишку косолапого, и ровесники вас засмеяли.

Если вас это травмировало до такой степени, что вызвало образование комплекса, то, вполне вероятно, всю оставшуюся жизнь вас будет стрессировать не только каждое ваше выступление перед большой аудиторией, но даже некоторые отдельные детали травмирующей ситуации. Например, у вас будет учащаться сердцебиение просто при упоминании имени «Миша».

Причина устойчивости комплекса в том, что *он всегда связан с определённым архетипом, который поддерживает форму комплекса и подпитывает его психической энергией*. Например, «Меня осмеяли ровесники на утреннике» — это частный случай проявления архетипа, который можно условно назвать «архетипом Белой Вороны».

Вопрос принятия или непринятия: коллективом отдельной особи архетипичен, а значит вечен и важен. Отвержение коллективом — страшная ситуация: в животном мире (а до последнего времени и в человеческом сообществе тоже) изгнание из стаи практически всегда заканчивается гибелью отверженной особи. Соответственно, за вроде бы безобидными насмешками «Ха-ха-ха, ты забыл стишок, ты дурачок!» встаёт мрачный архетипический призрак — «Ты недостойн быть членом нашего коллектива. Ты будешь отлучён от него, изгнан и, лишившись его поддержки, ты умрёшь».

Сегодня, несмотря на то, что люди стали более автономными, мощь «архетипа Белой Вороны» осталась неизменной и всё так же влияет на наше сознание. Как в явном виде — в ситуациях типа публичных выступлений или экзаменов — так и фоновое, в виде потребности получать одобрение коллектива. Такие, казалось бы, невинные, на первый взгляд, ситуации,



Архетипы не устаревают и не теряют своей мощи. Архетип Белой Вороны сегодня точно так же актуален, как и тысячи лет назад. И если современный человек попадает в ситуацию, когда на него обрушивается агрессия или злые насмешки коллектива, то это часто приводит к образованию комплексов, которые поддерживает данный архетип.

как вышеупомянутое неудачное выступление перед коллективом, провоцируют тяжёлые психические травмы и комплексы именно потому, что содержат внутри себя архетипическое ядро.

Ещё одна причина живучести любого комплекса заключается в том, что он периодически расширяет сферу своего влияния за счёт новых эпизодов, родственных ситуации, которая вызвала его образование.

Например, если вы, уже будучи взрослым человеком, выступили на собрании своей фирмы с докладом, и вам грубо указали на ваши ошибки, то к вашим прежним «спусковым крючкам» детсадовского комплекса могут добавиться детали новой ситуации (например, расцветка галстука вашего коллеги, который вас особенно резко критиковал).

Комплексы бывают как примитивными, так и очень сложными. Сработавший спусковой крючок комплекса может не просто провоцировать ваше волнение или заставлять трястись ваши руки. Он может запускать целую многоступенчатую схему поведения, неподконтрольную Эго. Это означает, что комплекс, по сути, является субличностью.

Справедливости ради следует отметить, что комплексы бывают и положительно заряженными. Например, комплексы могут образоваться в процессе яркого любовного романа, впечатляющего путешествия или другого столь же нерядового позитивного события. Детали поразившей вас ситуации (например, музыка, которую вы слышали в тот момент) станут спусковыми крючками комплекса и будут ещё долгие годы вызывать у вас всплеск светлых эмоций.

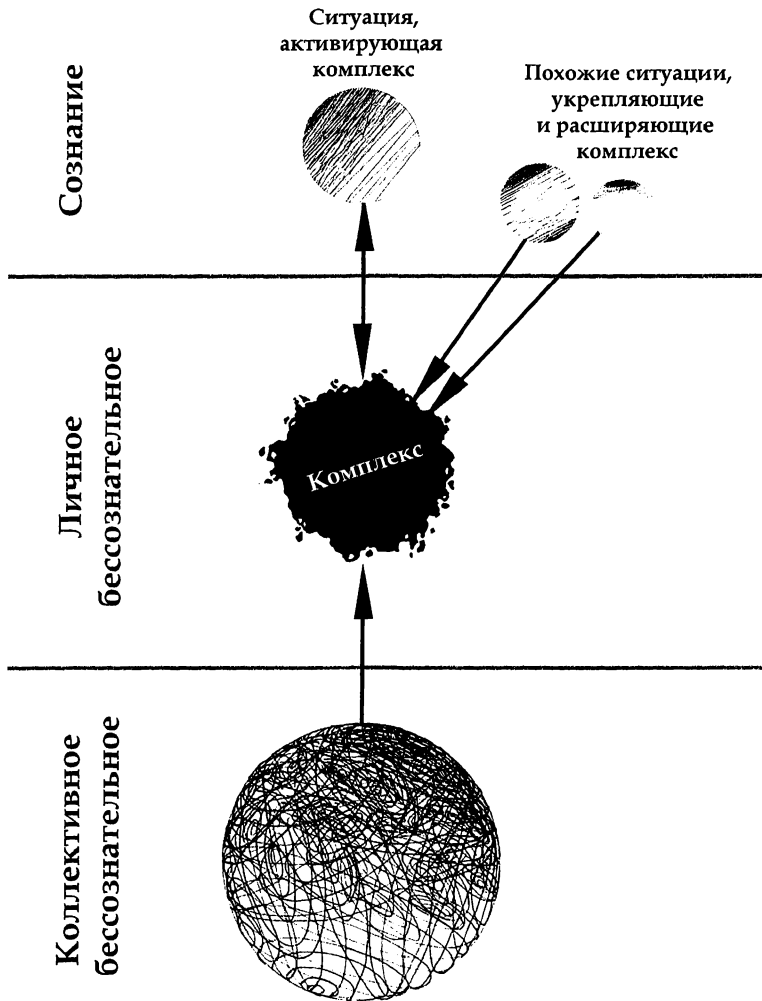
Наше Эго тоже можно рассматривать как комплекс, образовавшийся в результате травмы младенца от

столкновения с миром. Форму и стабильность Эго-комплекса поддерживает центральный архетип коллективного бессознательного — архетип Самости.

Эго-комплекс — самый успешный из комплексов, он взял «первый приз» — установил контроль над человеком в самом раннем возрасте. Остальным комплексам остаётся только ждать подходящего момента для овладения — хотя бы на некоторое время — сознанием человека. Нередко им это удаётся.

Например, многих людей всю жизнь легко выбивает из седла любое замечание со стороны родителей: от малейшей критики из уст отца или матери человек теряет самоконтроль — попадает под власть комплекса, образовавшегося ещё в пубертате. Этот комплекс, спусковые крючки которого задевают родители, временно перехватывает у Эго контроль над сознанием и телом, и человек начинает вести себя неадекватно.

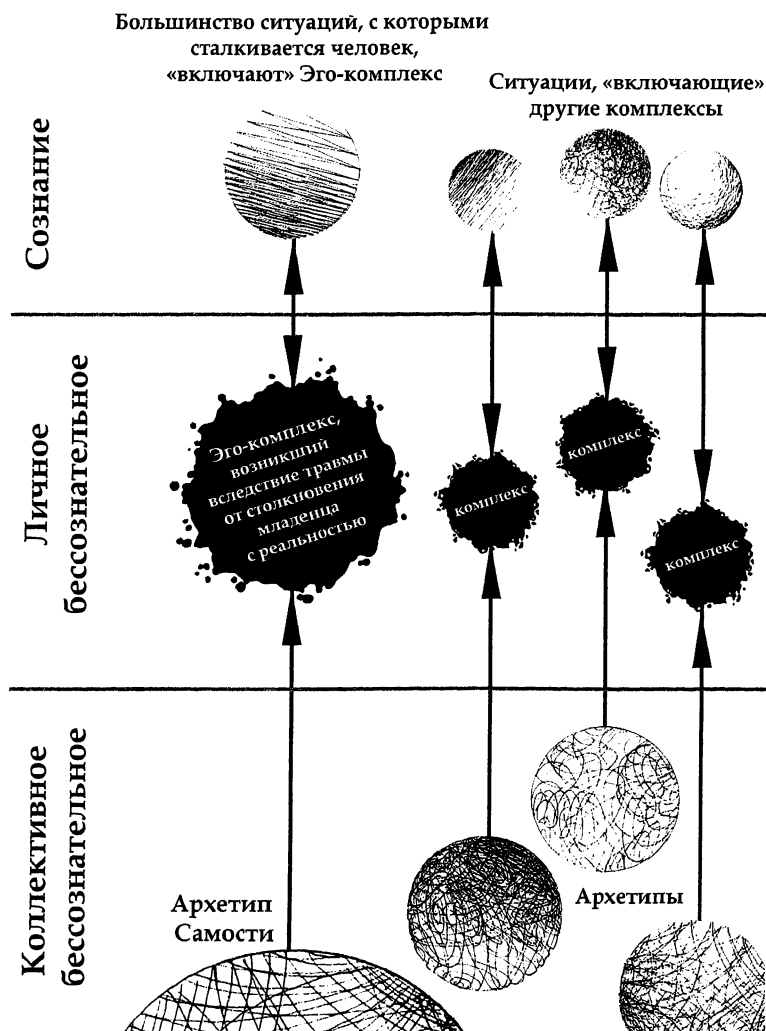
Между состоянием гнева от невинного замечания вашей матери и тем, что раньше называли «демонической одержимостью», по большому счёту, нет никакой разницы, кроме длины временного отрезка. И там, и там суть ситуации одинакова: власть над человеком захватывает один из многочисленных комплексов, то есть субличностей. Только в первом случае эта власть длится считанные минуты, а во втором — так долго, что приходится прибегать к помощи экзорциста.



Архетип, поддерживающий комплекс

Структура комплекса: в личном бессознательном застыл эмоционально заряженный образ травмирующей ситуации, стабильность которого поддерживает соответствующий этому образу архетип; кроме того, комплекс укрепляют и расширяют новые ситуации, схожие с первоначальной.

Эго-комплекс — это результат травмы от столкновения младенца с внешним миром. Эта травма — самая тяжёлая и глубокая для любого человека, поэтому Эго-комплекс — самый мощный. Он «запускается» в ответ на подавляющее большинство ситуаций, с которыми сталкивается индивидум.



Краткие итоги первого раздела – «Сознание и бессознательное»

Психика человека не ограничивается сознанием. Она также содержит гораздо более объёмную, чем сознание, бессознательную часть, которая делится на личное бессознательное и коллективное бессознательное.

Личное бессознательное состоит из психических содержаний, принадлежащих конкретному человеку. Это забытые, вытесненные и попавшие туда другими способами мысли, чувства, ощущения.

В отличие от личного бессознательного, коллективное бессознательное одинаково у всех людей. Оно состоит из архетипов, которые «предустановлены» в психике каждого человека.

Архетипы – это психические паттерны, которые определяют, как мы воспринимаем и проживаем те или иные ситуации, характерные для всех людей во все времена. Иными словами, архетип – это «пустая форма», которая вмещает и особым образом организует наш субъективный опыт, выстраивая нашу жизнь по определённым вечным мотивам.

Не следует путать архетипы и архетипические образы. Архетип непредставим и непознаваем, но на уровне сознания его влияние проявляется в доступных для восприятия человека фигурах и ситуациях – они и называются архетипическими образами.

Сами архетипы неизменны, но образы, которые выстраивает под влиянием того или иного архетипа человеческое сознание, крайне разнообразны и сильно отличаются в разные эпохи и у разных групп людей.



Архетипические
элементы
личности

Существуют пять архетипических элементов, занимающих ключевые места в юнговской картине личности человека: Эго, Персона, Тень, Анима/Анимус и Самость.

Эго

Эго — это центр сознательной психики, наше неповторимое «Я». Не надо приравнивать сильное Эго к эгоизму. В аналитической психологии Эго — средоточие воли, разума, индивидуальности. Соответственно, это такой же центр эгоизма, как и альтруизма, такой же центр равнодушия, как и любви, такой же центр жестокости, как и милосердия.

Эго — герой-одиночка, предназначение которого — сражаться за нашу индивидуальность. Сражаться со страхами и психозами, с животными инстинктами, с давлением общества, с попытками окружающих сломать и изменить нас.

Выстоять в такой борьбе невероятно сложно. Поэтому большинство людей встают на простой и лёгкий путь — меняют свою индивидуальность на те или иные социальные роли, которые полностью предопределяют, что можно, а что нельзя, что любить, а что презирать, как и о чём думать, к чему стремиться.

Ведь когда за тебя уже всё решено, так лучше и спокойнее, правда? Как все, сходил на привычную работу, после неё, как все, убил время в модном ресторанчике; как все, в выходные потусовался с приятелями, как все, съездил в Европу летом. Чтобы было поменьше проблем, одеваться тоже нужно, как все, слушать музыку и смотреть фильмы — только те, которые не вызовут ни у кого лишних вопросов.



Эго – это ядро нашей индивидуальности, потенциально очень сильный, но при этом открытый для посторонних влияний и крайне уязвимый центр воли и разума.

Так и вся жизнь пройдёт складно, без проблем и неожиданностей, без излишних метаний и размышлений, и можно будет ложиться в гроб с радостным осознанием того, что ты был не хуже других и действовал в соответствии со всеми утверждёнными нормами. А социум тебя за это, возможно, даже наградит красивой медалькой. Посмертно.

Иными словами, Эго очень часто предаёт свою индивидуальность ради того, чтобы стать стандартным винтиком в общественной системе. Рождённый богами гордый и сильный герой превращается в жалкого суетливого слугу социума; и у этого слуги есть имя — Персона.

Персона

Персона — это маска, которую мы надеваем для взаимодействия с обществом, своеобразный компромисс между Эго и социумом. Этот компромисс, увы, неравноправен. По сути, мы просто принимаем условия игры, которые диктует нам общество (причём, даже те условия, которые откровенно глупы, бессмысленны и унижительны), но убеждаем себя, что это выгодная для нас сделка.

Персона представляет собой некую псевдоличность, обладающую набором характеристик, которые поощряет социум. Этот набор включает в себя как отдельные качества («в любой ситуации делать вид, что всё хорошо», «стремиться к тому же, что и все» и т.д.), так и целые готовые комплекты качеств — роль в семье, профессию и так далее.

Проблема в том, что очень часто Персона постепенно и незаметно отодвигает Эго на второй план, и человеку начинает казаться, что Персона — это и есть его истинное «Я». Он трусливо закрывает глаза на тот факт, что в таком липовом «Я» нет ни капли настоящей индивидуальности.

У подавляющего большинства людей Персона настолько радикально замещает Эго, что руководит человеком в любых условиях — даже если он находится наедине с собой и, казалось бы, может думать о чём угодно и действовать как угодно. Доходит до абсурда: мужчина старается приподнять рукав рубашки так, чтобы были видны его дорогие часы, даже когда ужинает у себя дома в одиночестве, а девушка, когда умывается, старательно изображает на лице высокомерие, несмотря на то, что на неё в этот момент никто не смотрит; и думают они, засыпая и просыпаясь, только о том, как



Персона выполняет важную задачу — служит средством адаптации человека к социуму. Но очень часто это средство становится целью.

Человека, оказавшегося во власти своей Персоны, можно сравнить с актёром, который ради места в хорошем театре и стабильных гонораров так вжился в свои роли, что навсегда потерял главную ценность — собственную личность.

приспособиться к обществу более эффективно и быть не хуже других. Маска полностью вытесняет и заменяет их настоящее «Я».

Персона, конечно же, необходима — ведь все мы живём в обществе и вынуждены к нему адаптироваться. Но надо чётко понимать, что Персона — это не наша индивидуальность. Самый серьёзный психологический кризис человека, кризис среднего возраста, как раз и связан с внезапным осознанием того, что вся первая половина жизни прожита не ради истинного себя, а ради требований общества, ради Персоны. Для человека это сильнейший удар, он чувствует себя жестоко обманутым, что и служит причиной тяжёлого кризиса.

Массовая культура и СМИ всегда прислуживают социуму, поэтому несложно заметить, как они подменяют Эго Персоной. «Будь индивидуальным!» — кричат телевидение, интернет, рекламные плакаты. Но как предлагается достичь этой «индивидуальности»? С помощью модных товаров и модных развлечений; «модных» означает «одобренных большинством». Получается, быть «индивидуальным» — это... быть как все. В итоге все эти лже-индивидуумы удивительно похожи друг на друга: они живут по тем типовым рецептам, которые терпеливо, методично и настойчиво навязывает им социум.

Попробуйте спросить себя: «Кто я в отрыве от своих социальных ролей? В чём состоит моя истинная индивидуальность? Или я — всего лишь набор стандартных моделей поведения, которые мне внушило общество?». Это очень тяжёлые вопросы, о которых люди предпочитают не задумываться. Но именно с этих вопросов и, соответственно, с отделения Эго от Персоны начинается у человека долгий путь к себе.

Тень

Впервые годы жизни мы проявляли себя открыто и непосредственно, не заморачиваясь внутренней цензурой: с равным удовольствием пробовали и обнимать маму, и бить её по носу своим розовым детским кулачком, вежливо просились в туалет и молча справляли нужду посреди комнаты, дерзко отнимали чужие игрушки и делились своими, сегодня мечтали быть великими художниками, а завтра — продавцами мороженого.

За какие-то из этих действий мы получали от своего окружения (сначала родителей, а потом и других людей) конфетки и похвалы, а за какие-то — пинки и подзатыльники. В итоге схемы «правильных», поощряемых обществом действий, мыслей и эмоций остались в нашем арсенале, а из «неправильных» и «нехороших» в психике каждого из нас сформировалась структура, которая называется Тенью. Тень — обратная, «тёмная» сторона личности, она концентрирует в себе всё то, что мы отвергаем и считаем недопустимым.

Обычно человека раздражает, когда другие люди (особенно того же пола, что и он сам) свободно используют те качества, которые у него находятся в Тени. Например, если вы девушка и вас буквально трясёт от женщин, которые постоянно врут и упиваются нарциссизмом, то можете быть уверены, что ваша Тень такая же, как они, — лживая и самовлюблённая. Ваше «тёмное» внутреннее содержание проецируется на другого человека, поэтому он у вас вызывает такую резко отрицательную, аффективную реакцию.

Проблема в том, что, отвергая те или иные качества, мы вместе с водой частенько выплёскиваем и ребёнка. Например, если у человека вытеснено в Тень такое



Тень принято считать кровожадным, злым и жестоким монстром, средоточием животных инстинктов и асоциальных моделей поведения. Но на самом деле ключевое слово для определения Тени — не «чудовище», а «изгой». Как известно, изгоями становятся не только злодеи и преступники, но и достойные люди, не понятые и не принятые по самым разным (иногда надуманным и несправедливым) причинам. То же самое касается и различных качеств Тени — многие из них человек отвергает абсолютно незаслуженно.

качество, как самоуверенность, то сознательно он всеми силами будет избегать самоуверенного поведения — даже в тех случаях, когда оно необходимо (в частности, такой человек считает стыдным и недопустимым предложить свою кандидатуру на перспективную, достойную его способностей вакансию, так как «это проявление самоуверенности — отличительной черты хамов и негодяев»).

Ещё более печально, что в Тени часто оказываются наши лучшие таланты и способности. Например, в детстве вы были невероятно артистичны, но родителям это не нравилось, и они убедили вас, что «кривляются только избалованные и плохие дети»; с тех пор вы считаете, что артисты — это тунеядцы и дармоеды, а ваш талант, соответственно, вы загнали в Тень.

Стоит присмотреться к Тени получше, как станет понятно, что она — отнюдь не Абсолютное Зло; среди её действительно неприемлемых, неприятных и ненужных качеств рассыпаны драгоценные камни, выброшенные туда незаслуженно и способные обогатить вашу личность. Поэтому очень важно перестать шараться от Тени, вступить с ней в диалог и не спеша разобраться, какие её черты можно взять на вооружение. Это ещё более трудный шаг, чем отделение Эго от Персоны, но столь же необходимый.

Смысл интеграции пригодных для этого частей Тени в том, чтобы уменьшить её давление на вашу личность и усилить Эго незаслуженно отбракованными качествами, сделав ваше сознание более устойчивым, гармоничным и способным к дальнейшему развитию.

Анима /Анимус

Как мы уже выяснили ранее, Персона служит связующим звеном между Эго и социумом, то есть *внешним* миром.

Но также существует не менее любопытная структура, которая связывает Эго с вашим *внутренним* миром, с его глубочайшими, насыщенными огромной энергией слоями — с коллективным бессознательным. Она называется Анимой у мужчин и Анимусом у женщин.

Анима/Анимус, как и Тень, радикально отличается от Эго. Но суть этого отличия — другая. Если Тень концентрирует в себе то, что имеет противоположный знак по отношению к нашей сознательной позиции (скромность/наглость, чувствительность/равнодушие, честность/лживость и так далее), то Анима/Анимус — это то, что не просто противоположно, а абсолютно *перпендикулярно* нашему Эго. Речь идёт, прежде всего, о психических особенностях, которые мы не можем принять с точки зрения половой идентичности. Соответственно, у мужчин образ, концентрирующий в себе эти особенности, — женский, а у женщин — мужской.

Для простоты изложения далее мы будем говорить об Аниме, подразумевая, что всё сказанное справедливо и в отношении Анимуса.

Анима располагается на границе с коллективным бессознательным и является мощнейшим источником проекций. Что значит находиться под властью проекции, каждый человек прекрасно знает на своём опыте: все мы испытывали крайнюю увлечённость человеком, вещью, идеей или фантазией, которая захватывает нас и искажает привычную реальность, наполняя её каким-то нездешним светом.



Образ Анимы проецируется психикой влюблённого мужчины на объект его влечения. Волшебная иллюзия заслоняет реальные качества конкретной женщины.

Пожалуй, самый яркий пример – сильная влюблённость. Здесь Анима демонстрирует всю свою великую, непреодолимую, инфернальную мощь. Образ Анимы проецируется на реальную женщину, и мужчина влюбляется в неё, чувствуя при этом небывалый душевный подъём, ощущение полноты и осмысленности жизни, бесконечного счастья и веры в собственное бессмертие.

Но чем больше он узнаёт объект своего влечения, тем более очевидным становится диссонанс между настоящими качествами женщины и волшебным коконом, в который укутала её проекция Анимы.

В итоге сладкий туман неизбежно рассеивается. Мужчина понимает, что находился под властью иллюзии – будто на бетонную стену проецировался какой-то увлекательный фильм. Но теперь проектор выключен, и становится видна голая реальность. Это предельно ясно и иронично отражено в известном стихотворении:

*Мадонной была для меня ты когда-то:
Алмазною радугой лик твой горел,
Таинственно всё в тебе было и свято,
Рыдал я у ног твоих тысячекрат и
Едва удавиться с тоски не успел,
Но скрылся куда-то твой образ крылатый,
А вместо него я Матрёну узрел.*

Действительно, когда проекция разрушается, удивительная и ни на кого не похожая «Мадонна» вдруг превращается в ничем не примечательную «Матрёну» (естественно, в случае с влюблённостью женщины в мужчину происходит абсолютно то же: женщина проецирует на своего избранника живущий в ней образ Анимуса, который в своём сиянии скрывает реальные

качества конкретного мужчины; но до бесконечности это продолжаться не может).

Итак, Анима помимо нашей воли проецирует на внешние объекты наши внутренние бессознательные содержания, обладающие колоссальной энергией. Если вы помните, Тень занимается тем же самым. Только Тень проецирует негатив на представителей нашего пола, а Анима — позитив на представителей пола противоположного.

Впрочем, бессознательные содержания проецируются не только на людей, но и на предметы, идеи, ситуации, в общем, на весь окружающий мир. Проекция окутывает и перспективу покупки собаки, и планирование ремонта ванной комнаты, и мечты о новом смартфоне.

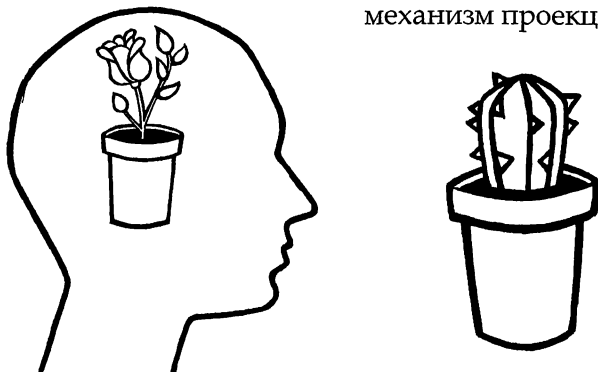
Совсем отказаться от этих иллюзий невозможно, да и не нужно. *«Самая большая иллюзия заключается в том, что можно обойтись без иллюзий».*

Если Анима не создаёт чудеса вокруг нас, не расцветивает мир своими чарами, мы перестаём любить его. Мир, не украшенный проекциями, мир в своём обыденном виде не способен нас очаровать и вызвать душевный подъём. Нет ярких проекций, нет самообмана — нет радости жизни.

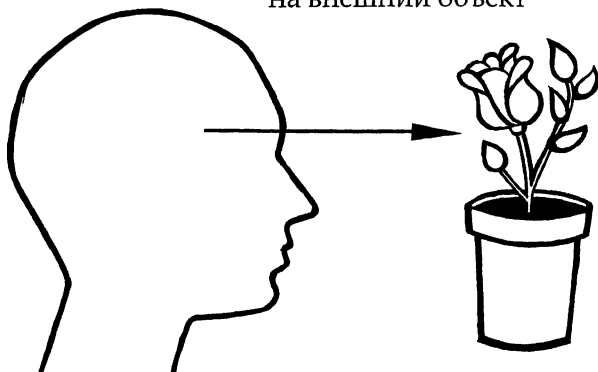
Но эти проекции необходимо воспринимать критически и использовать как источник жизненной энергии, а не просто безвольно им следовать. Разница тут примерно такая же, как между всадником, который управляет лошадью (или, по крайней мере, пытается это делать), и человеком, который привязан к лошади за ноги и волочит за ней по земле.

Подытожим: по сути, Анима/Анимус — это вечно морочащий нас владелец мостика между сознанием и бессознательным. Обычно по этому мостику в сознание перебегают иллюзии.

Внешний объект, активировавший механизм проекции



Перенос внутреннего психического содержания на внешний объект



Магия внешнего мира складывается из спроецированных на него наших внутренних содержаний. Всё, что вас привлекает (и раздражает) во внешнем мире – это частички вас самих, вынесенные наружу. Как говорил Юнг, «Проекции превращают мир в копии собственного неведомого лица человека».

Но если наше Эго достаточно сильное, оно может пройти по этому мостику в таинственный мир бессознательного.

Это и есть наше главное путешествие, награда за которое — самое ценное, что может получить человек: ощущение свободы, единства со Вселенной и смысла своего существования.

Самость

Проецируясь на реальных людей, Анима/Анимус не просто играет с нами в свою насмешливую игру, но и открывает горькую истину: на фоне влюблённости нам становится абсолютно ясно, что обычно мы живём бессмысленной, серой, автоматической жизнью. Влюблённость — это как бы «пробник», маленький кусочек того ощущения полноты и целостности, которое может дать гармоничный контакт сознания и бессознательного. Если мы хотим постоянно поддерживать такой контакт и углублять его, то нашему Эго нужно договариваться не с изменчивой, своенравной Анимой, а с центральным архетипом психики, с её правителем — Самостью.

Что же такое Самость? Ответ прост: Эго является центром сознания, а *Самость — центром всей психики, и сознательной, и бессознательной*. Эго — это планета Земля, а Самость — Солнце, вокруг которого вращаются остальные части нашей психики, в том числе, и Земля-Эго. Самость — это координирующий центр, который направляет к гармоничному взаимодействию между собой все психические содержания, включая те, которые недоступны нашему сознанию.

На Западе принято игнорировать Самость в пользу Эго (а чаще — даже в пользу Персоны): «Какие ещё глубины человеческой души? Кому это нужно? Смысл жизни — в успешной карьере, обладании дорогими предметами потребления и максимальном количестве подписчиков в фейсбуке!». Восток, наоборот, игнорирует Эго в пользу Самости: «Отрекись от своего «Я», растворись во внутренней Вселенной». Но Юнг предлагает третий вариант. «Эго и Самость нужны друг другу, они партнёры, а не враги», — говорит он.

Контакт Эго с Самостью открывает реальность нового уровня — человек понимает значение каждой частички Вселенной, в том числе, и себя самого.

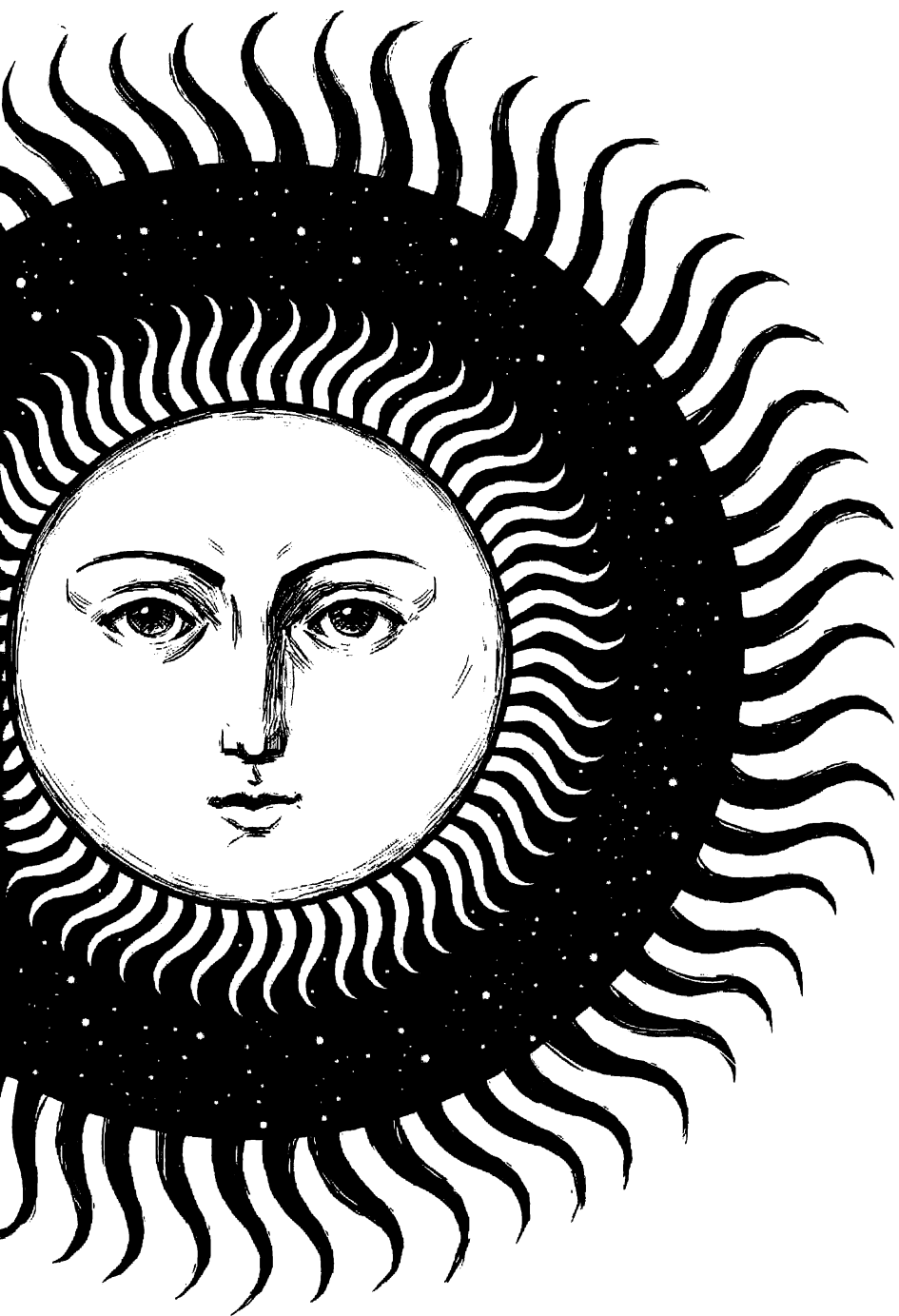
Происходит это как неизбежное следствие обретения внутренней гармонии. «У человека нет другой реальности, кроме психической», поэтому целостная психика, в которой Эго находит своё место, автоматически означает целостное восприятие мира и своего места в нём.

В то же время, Юнг предостерегает нас от идеализации Самости и подчёркивает, что не надо представлять её как абсолютное благо.

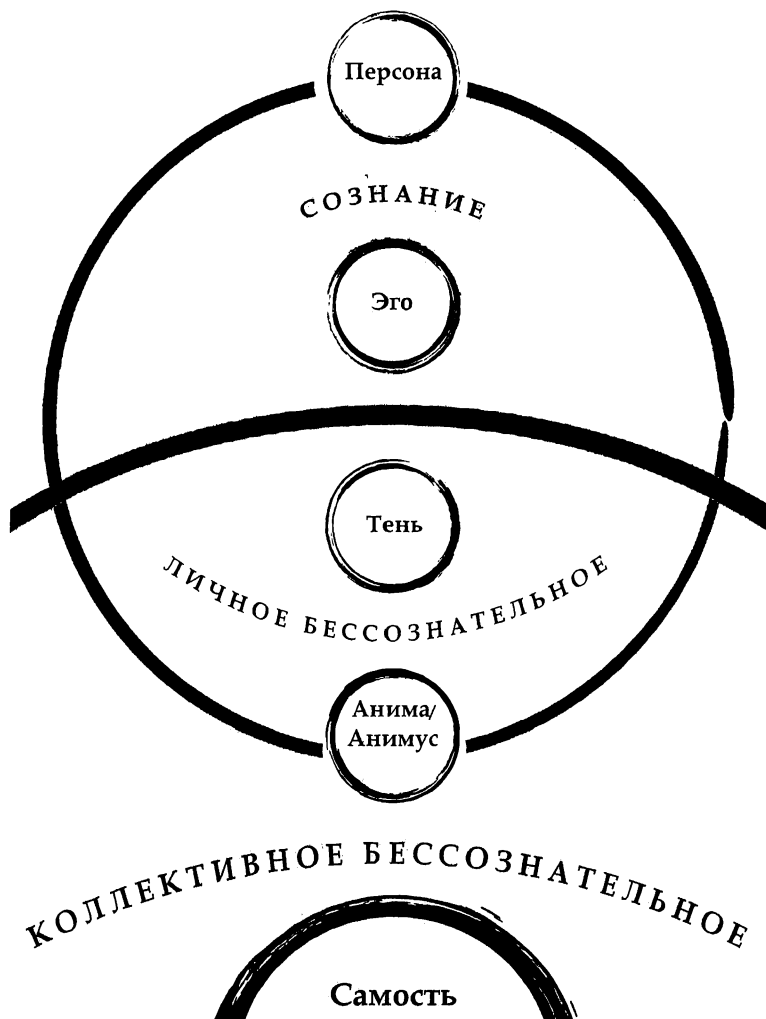
Действительно, Самость — это не какой-то добрый волшебник, который только и думает о том, как осчастливить человека. Но в наших силах наладить с Самостью сознательное взаимодействие — оно-то как раз и может дать человеку абсолютное благо — полноценный и глубокий смысл жизни.

Таким образом, Самость можно назвать архетипом Счастья. Но таковым она становится только для того человека, который способен вступить с ней в осмысленный диалог.





ВНЕШНИЙ МИР



Персона расположена на границе между сознанием и внешним миром, Эго – полностью на территории сознания, Тень – в личном бессознательном, Анима/Анимус – на границе с коллективным бессознательным, центром которого является Самость.

Прочная постоянная связь между нашим уставшим уязвимым Эго и истинным центром внутренней Вселенной, Самостью, позволяет человеку избавиться от ощущения потерянности и одиночества, ощутить включённость в гармонию целостной психики.

Самость служит путеводной звездой на пути обретения человеком его истинной индивидуальности. Каждому, кто научится слышать её голос, она помогает превратиться из марионетки в свободную независимую личность, имеющую абсолютную ценность для мироздания. Это чудесное превращение Юнг называл «индивидуацией».

Краткие итоги второго раздела – «Архетипические элементы личности»

Существуют пять архетипических элементов, которые критически важны для понимания юнговской картины личности человека: Эго, Персона, Тень, Анима/Анимус и Самость.

Эго – это средоточие индивидуальности человека, центр воли, разума и осознанного выбора.

Персона связывает Эго с внешним миром; в норме она всего лишь облегчает социальные контакты человека и защищает его от психологических травм. Но очень часто Персона выходит далеко за границы своей компетенции и подменяет собою Эго. Человек совершенно забывает о том, что он рождён уникальной, неповторимой личностью, и начинает жить только ради Персоны, по схемам, навязанным ему обществом.

Тень концентрирует в себе психические содержания, которые были отвергнуты человеком. В Тень часто бывают «сосланы» не только грубые проявления животных инстинктов и откровенно асоциальное поведение; некоторые наши качества, способности и таланты попадают в Тень незаслуженно.

Анима/Анимус соединяет нас с коллективным бессознательным. Это мощный источник проекций, способный окутать пеленой иллюзий не только человека противоположного пола, но и другие объекты, ситуации, возможности и перспективы.

Наконец, Самость – это координирующий центр всей психики человека. Самость ведёт нас по пути обретения индивидуальности и расширения сознания, и её, в отличие от Эго, невозможно сбить с этого пути, запутать и обмануть.



Индивидуация

Юнг был убеждён, что потенциал человеческой психики не ограничивается механическим приспособлением к реальности, избеганием неприятностей и охотой за удовольствиями. Он верил в то, что у нашей жизни есть высшее предназначение, реализовать которое способен каждый человек.

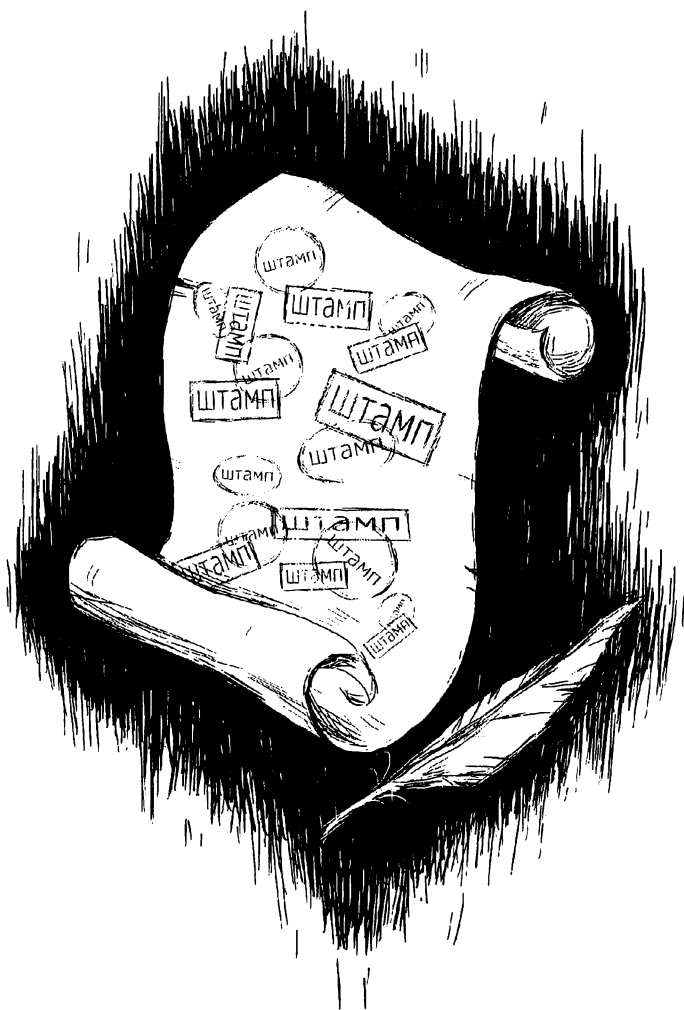
Суть индивидуации

По мнению Юнга, целью человеческой жизни является индивидуация — *обретение настоящей индивидуальности и суверенности сознания*. Юнг предупреждает нас, что это долгий и непростой процесс: *«Истинная индивидуальность — это не данность, а задание. Индивидуумом человек может стать только в результате тяжёлой борьбы сознания за независимость»*.

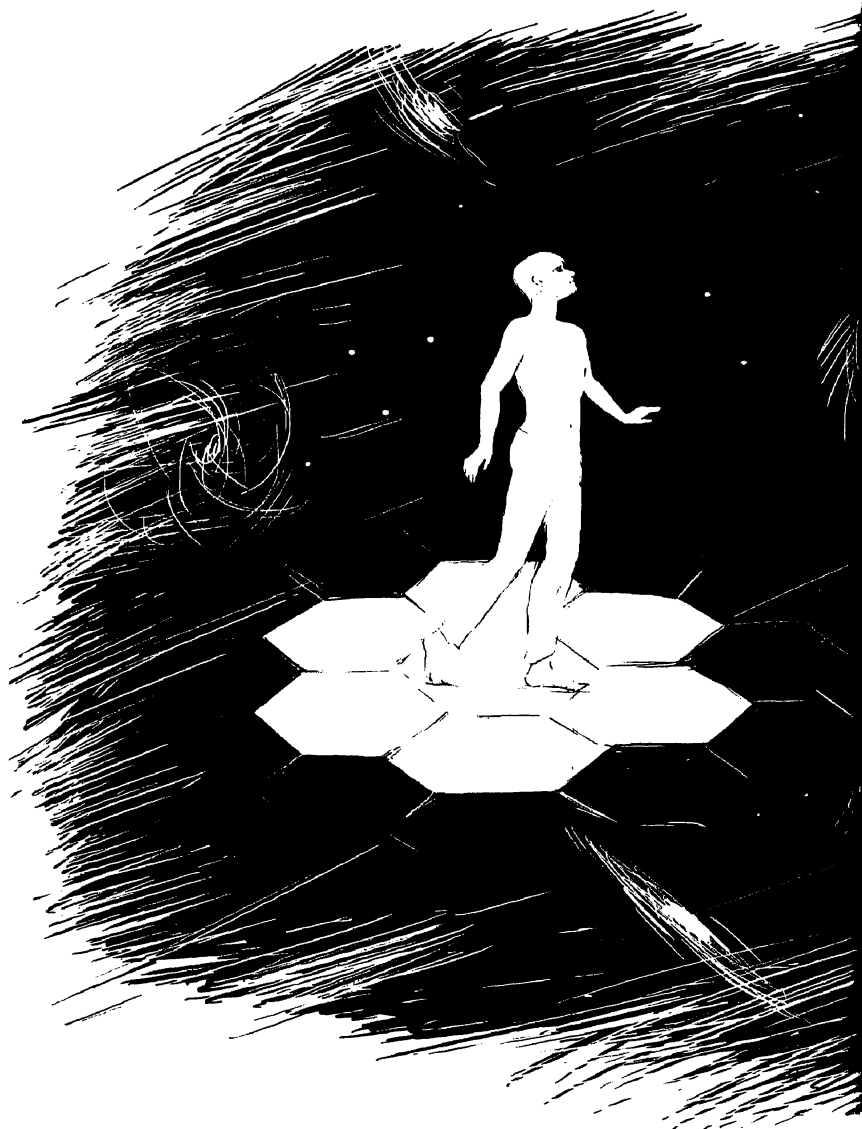
Если человек не решается пойти по этому пути, то всю жизнь им руководят, с одной стороны, его социальные роли, с другой — навязчивое влияние архетипов. Общество и бессознательное поочередно дёргают человека, как марионетку, в итоге он проживает пустую, автоматическую, «коллективную» жизнь, лишённую всякого смысла.

Люди, испытывающие личностный кризис, часто говорят: *«Мне кажется, что я живу не своей жизнью»*. Увы, так и есть. Рано или поздно каждый человек понимает, что его существование — всего лишь набор стандартных штампов, придуманных кем-то другим. Юнг называл это *«почувствовать себя героем истории, рассказанной идиотом»*.

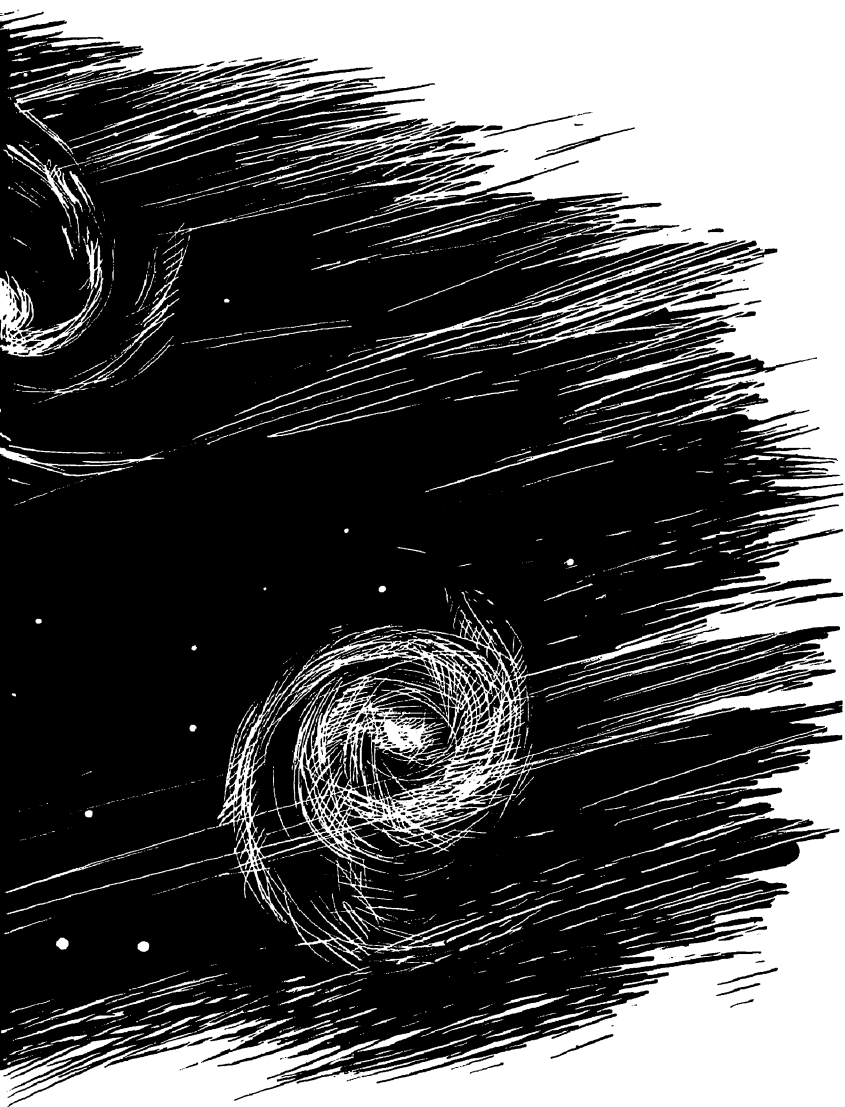
Суть индивидуации заключается в том, чтобы отказаться от роли персонажа такой истории и начать жить *своей* жизнью.



Истинно индивидуальная, суверенная жизнь человека подобна рукописи, написанной его неповторимым почерком и содержащей особый, уникальный смысл. Но подавляющее большинство людей вообще не притрагиваются к перу. Летопись их жизни заполнена лишь стандартными штампами – с одной стороны, социума, с другой – коллективного бессознательного.



Жить в соответствии с коллективными штампами, – всё равно что жить во тьме. Идти по пути индивидуации означает последовательно отвоёвывать у тьмы всё новые и



новые участки своей психики, а значит, и реальности, в которой вы существуете. «Индивидуированное сознание не отделяет себя от мира, а собирает в себя весь мир», — подчёркивал Юнг.

Индивидуация — это избавление своей личности от диктата социума и последовательный «вывод на свет» тёмных бессознательных схем. Это очень сложная задача, с которой «маленькое Я» — Эго — не способно справиться в одиночку. Ему понадобится помощь «Большого Я» — Самости.

В процессе индивидуации ваше сознание шаг за шагом будет становиться всё сильнее и шире, вы будете досконально знать каждый уголок этой постоянно растущей территории, но при этом не позволите ни одному из расположенных здесь психических содержаний управлять вами. Ведь когда индивидуальное Эго управляемо, то оно, по сути, не существует. Проживая жизнь по готовым лекалам, человек отвергает самое главное, что отличает его от всей остальной живой и неживой природы — возможность полной осознанности и независимости своего существования.

Стандартное возражение против индивидуации звучит так: «Сейчас, когда моё сознание маленькое и слабое, мне многое кажется загадкой и чудом. Но расширение сознания приведёт к тому, что все загадки исчезнут, и мир станет скучным».

Это трагическое и в то же время смешное заблуждение. Оно звучит примерно так же, как опасения курицы, которая сидит в клетке посреди курятника и думает, что если выйти из клетки и обследовать курятник, то никаких загадок больше не останется.

На самом деле за дверью — улица. Если пойти по ней, то выйдешь на окраину большого города, к широкой реке. Идя вдоль неё через овраги и холмы, доберёшься до диких густых лесов. За ними начнутся бескрайние поля. А потом ты увидишь, как река впадает в бездонный океан, на берегу которого стоят огромные горы, уходящие за облака. И если подняться на самую высокую из них,

то можно прикоснуться к звёздам и понять — зачем ты живёшь.

Иными словами, каждый этап расширения сознания и избавления его от привычных коллективных схем будет открывать всё новые и новые потрясающие горизонты, по сравнению с которыми те загадки, которые волновали человека в его тесной клетке, в самом начале пути, покажутся ему просто смешными и ничтожными.

Этапы индивидуации

Существует немало книг с рекомендациями по «простому и лёгкому» осуществлению индивидуации. Эти книги очень разные и часто противоречат друг другу. Их авторы забывают о том, что путь индивидуации — всегда уникальный и неповторимый. Никто не сможет провести вас по нему за руку. Тропинка вглубь тёмного леса собственной психики у каждого своя.

Единственное, что необходимо сделать каждому человеку, который решил отправиться по этой тропинке, — это пересмотреть свои отношения с основными архетипическими элементами психики. Вот четыре составляющие этого процесса:

1. *Отделение Эго от Персоны.*
2. *Укрепление Эго с помощью интеграции пригодных для этого частей Тени.*
3. *Освобождение Эго от власти проекций Анимы/Анимуса.*
4. *Создание постоянной устойчивой связи между Эго и Самостью.*

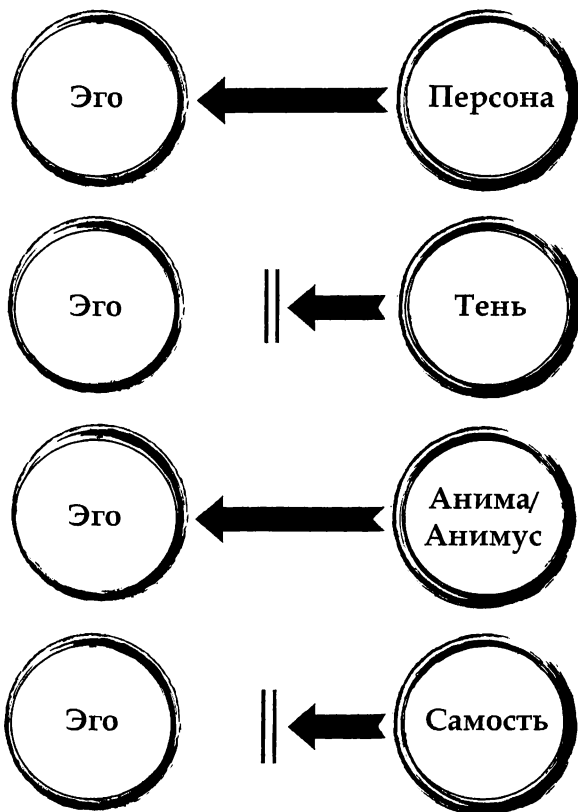
Все эти четыре направления, по сути, сводятся к одному: человек, который идёт по пути индивидуации, должен постоянно спрашивать себя: *«Где в своей жизни я бездумно использую чужие готовые схемы? Какие мои привычные ценности и устремления на самом деле мне абсолютно не близки? В каких случаях я делаю осознанный выбор, а в каких — иду на поводу у бессознательных импульсов? Где моя истинная индивидуальность, а где — ложная?»* и так далее.

По сути, это постоянная ревизия своего сознания, каждодневная очистка его от всего, что вам навязано, а значит, является балластом и мусором.

Сознание часто сравнивают с зеркалом, отражающим

реальность. Если придерживаться этой аналогии, то сознание обычного человека можно сравнить с нарисованной на зеркале картиной. Эта картина скучна и примитивна, но самое главное — *она нарисована не вами*. Она заслоняет от вас удивительный, противоречивый, прекрасный мир, предлагая вместо него чужую бездарную серийную мазню.

Индивидуацию можно рассматривать как последовательное стирание этой картины, очистку зеркала до состояния абсолютной чистоты. Отражение мира, которое человек увидит в этом очищенном зеркале, будет неизмеримо, несопоставимо богаче и глубже того суррогата реальности, к которому он привык.



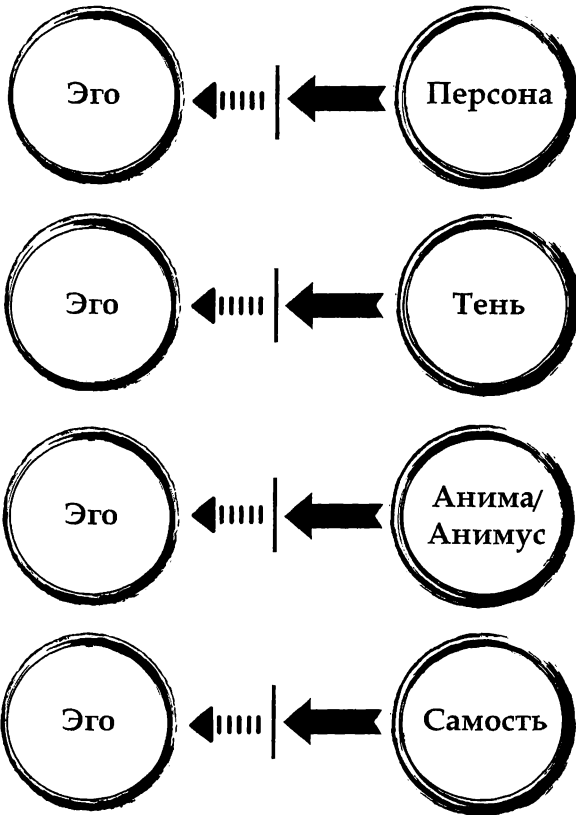
Автоматическое взаимодействие Эго среднестатистического человека с основными архетипическими элементами психики:

1. Эго живёт под постоянным диктатом Персоны, принимая её правила игры.

2. Эго полностью изолировано от Тени и считает её качества абсолютно неприемлемыми.

3. Эго серьёзно и некритично принимает все проекции, которые генерирует Анима/Анимус.

4. Эго не прислушивается к Самости, предпочитая жить поверхностной жизнью.



Осознанное взаимодействие Эго с основными архетипическими элементами психики, необходимое для индивидуации:

1. Эго отвергает диктат Персоны, используя её только как средство необходимой адаптации к социуму.
2. Эго перестаёт воспринимать Тень как врага и выборочно интегрирует её качества.
3. Эго рассматривает проекции Анимы/Анимуса не как абсолютную истину, а как источник жизненной энергии.
4. Эго вступает в осознанный диалог с Самостью, воспринимая её послания как подсказки на пути индивидуации.

О чём говорят сны

В процессе индивидуации Самость, выполняя свою функцию гармонизации психики, корректирует наш путь с помощью снов, интуитивных озарений и синхронистичности. Мы всегда слышим шёпот Самости, всегда чувствуем, где направление нашего развития, а где — прозябание в мире коллективных штампов, но в подавляющем большинстве случаев просто игнорируем это неясное, тонкое ощущение. Нам нужно учиться слушать подсказки Самости. Самый доступный и при этом неисчерпаемый их источник — сновидения.

По Фрейдю, в бессознательное вытесняются неприемлемые для сознания содержания — недопустимые мысли, чувства, эмоции. Во сне они пытаются прорваться обратно в сознание и, чтобы этого не случилось, определённый психический механизм их якобы «размывает» и обесмысливает; именно поэтому образы в сновидениях столь аморфны и парадоксальны.

Юнг с этим не согласился. Он утверждал, что нелогичность, иррациональность, запутанность снов объясняются тем, что они формируются в глубинных слоях психики, где нет чётких границ и классификаций. Определённость и ясность свойственны работе сознания, а бессознательное — это динамичная смесь из постоянно перетекающих друг в друга самых разных, невероятных, взаимоисключающих содержаний.

Природа сознания — разделяющая, расщепляющая, выбирающая. Каждое явление, каждую ситуацию сознание видит с какой-то одной стороны, отбрасывая противоположные точки зрения. Природа бессознательного, наоборот, — полнота, единство противоположностей. Символы, которые генерирует

бессознательное, обладают именно этими качествами, поэтому они столь трудны для понимания. Но именно в них — ключ к целостному восприятию себя и мира.

Символические послания, содержащиеся в снах, — это попытка бессознательного откорректировать «перекося» в психике, возникающие из-за наших слишком жёстких и узких сознательных установок. Цель и смысл снов — направить сознание к более объёмному восприятию и более широкому мышлению; по сути, сновидения имеют компенсаторный характер и таким образом подталкивают нас к расширению сознания.

Расшифровать эти послания может только сам сновидец, ведь проблемы и пробелы в работе именно его индивидуального сознания пытается компенсировать бессознательное. Расшифровка снов другими людьми в большинстве случаев будет некорректной, и даже профессиональный психоаналитик с многолетним стажем рискует совершить здесь множество ошибок.

Важно удержаться от искушения упрощать смысл сновидений, как это делал Фрейд. Согласно его взглядам, все сны, по большому счёту, сводятся к вытесненным детским травмам сексуального характера. Наблюдая такой анализ сновидений изо дня в день в период сотрудничества с Фрейдом, Юнг задался вопросом о целесообразности данного метода и его пользе для решения проблем сновидца. Действительно, зачем расшифровывать сны, если итог расшифровки всегда один и тот же? По сути, содержание снов становится неважным, ведь, отталкиваясь от *любого* из них, психоаналитик-фрейдист приходит к одному и тому же — к детским сексуальным травмам.

Юнг выдвинул тезис о том, что сновидения — это не бесконечное пережёвывание прошлого, а подсказки на пути в будущее, ведущие к гармонизации психики, и



«Башня в Боллингене», которую Юнг строил долгие годы, стала символом его индивидуации. Здесь он жил в полном одиночестве, без благ цивилизации (писал при свете свечей, а воду носил из колодца), здесь погружался в глубины собственной психики, здесь создал свои самые значительные труды.

поэтому каждая деталь сна имеет значение. Да, сны часто связаны с базовыми потребностями человека — сексом, едой, безопасностью, но это лишь язык, на котором сны говорят, а не сами послания.

В самих же посланиях содержится драгоценная информация, которая помогает человеку понять, где его сознание «буксует» и действует автоматически и бездумно. *«Сновидение есть беспристрастное явление*

о душевной ситуации человека» – писал Юнг. Поэтому каждый, кто встал на путь индивидуации, должен уделять *максимальное* внимание обдумыванию и расшифровке своих снов.

Кроме постоянной работы со сновидениями, Юнг рекомендовал использовать *активное воображение*. Техника эта весьма сложна и заключается в освобождении образов бессознательного и взаимодействии с ними в бодрствующем состоянии. По сути, это «сны наяву».

Цель любого из способов осмысленного контакта с бессознательным состоит в том, чтобы вырваться за пределы штампов, которые практически полностью определяют наше мышление и поведение, и посмотреть на мир под совершенно другим углом. Юнг называл эту способность психики соединять сознательные и противоположные им бессознательные содержания, выходя на новый уровень восприятия реальности, *трансцендентной функцией*. Активизируя трансцендентную функцию, можно расшатать прутья невидимой клетки, в которой живёт каждый из нас, и вырваться на свободу.

Зачем нужна молодость

Кризис среднего возраста Юнг считал важнейшим периодом для каждого человека. Безусловно, индивидуация – это процесс длиною в жизнь, но в молодости он протекает по большей части «в фоновом режиме». Всё изменяется в возрасте 35-40 лет (а у некоторых – ещё раньше), когда человек начинает остро чувствовать необходимость обретения истинной индивидуальности.

В период кризиса среднего возраста настаёт «час икс»: начинает разрушаться абсолютная зависимость Это от Персоны, голос Самости становится слышен более отчётливо, и у человека возникает потребность и возможность осознанной индивидуации. Человек понимает, что всегда жил только для социума и был буквально одержим приспособлением к нему, а теперь настало время задуматься о себе и найти своё место во Вселенной.

Именно второй половине жизни Юнг посвятил многие свои научные работы. Кому-то даже может показаться, что первая половина жизни по определению бессмысленна, и как ты её проживёшь – неважно; главное, чтобы она прошла побыстрее, а потом уже можно наконец-то начинать духовные поиски. Но это не так. У Юнга есть абсолютно чёткий и ясный ответ на вопрос «Зачем нужна молодость?».

В первой половине жизни мы озабочены, в основном, тем, чтобы быть «не хуже других» (а в идеале – сильно лучше). Юношей и девушек тревожит масса опасений: «я не умею общаться с людьми и отстаивать свои интересы», «окружающие могут меня обидеть», «мне не удастся забраться достаточно высоко по социальной лестнице» и так далее. Эти страхи, как злые осенние мухи, жалят

человека со всех сторон, он отбивается от них как может. Отсюда такое ощущение всеобщей нервозности и неуверенности в социальных сетях — там молодёжь круглосуточно размахивает мухобойкой: «Посмотрите, посмотрите скорее, люди, — я не хуже вас, у меня всё хорошо, я не бедный, я умный, я разносторонний, я счастливый!».

Но идут годы, и человек перестаёт так сильно переживать, он вырабатывает у себя защитные реакции, будто надевает стальные доспехи. Не сразу, конечно; дело это небыстрое. «Я глупая? Ну, ничего, зато я разбираюсь в шмотках». «Я некрасивый? Зато активный». «Я не стал Президентом? Ну, не каждый же им становится». Броня всё толще и надёжнее, на душе всё спокойнее.

Постепенно мы выстраиваем непробиваемую защиту против тех требований социума, которые не можем выполнить. А со многими из этих требований к 35-40 годам разделяемся раз и навсегда — например, обзаводимся детьми, получаем неплохую должность со стабильным доходом, много читаем, путешествуем, становимся умнее и увереннее в себе.

В итоге, к середине жизни человек ощущает себя как закованный в латы рыцарь — невозмутимый и непобедимый. От большинства неврозоз и переживаний, свойственных молодости, не остаётся и следа.

Но внезапно встаёт вопрос: а что дальше?

Наш герой замирает без движения в своих великолепных латах — потеет, страдает и не знает, чем заняться. Неужели в этом и заключалась цель — десятки лет адаптироваться к социуму и потом задыхаться, стоя в своих идеальных доспехах?

Увы, подавляющее большинство именно так и стоят до самой смерти, протухая заживо.





Во второй половине жизни настает время бросить вызов драконам социума и бессознательного, которые присвоили себе главное сокровище – вашу индивидуальность.

А нужно понять простую вещь: всё, вы закрыли тему приспособления к социуму. И в процессе этого оделись в броню, да. Только это не окончательная цель, а промежуточная.

Это лишь начало.

Теперь вы должны отправиться в самое большое, трудное и опасное путешествие — внутрь себя. И ждут вас на этом пути не дурацкие мухи, а безумные огнедышащие драконы, охраняющее главное сокровище — ваше уникальное и неповторимое «Я».

Таким образом, цель первой половины жизни по Юнгу — это адаптация к социуму, чтобы во второй половине жизни тревожные мысли — «Общество меня не признаёт», «У меня нет денег на плазменный телевизор», «Надо было пойти в юристы, а я стал инженером» и т.п. не отвлекали вас от поисков своей истинной индивидуальности.

Кроме того, первая половина жизни нужна для развития и укрепления своей личности, искоренения инфантилизма, пассивности, слабости — чтобы в процессе духовных поисков во второй половине жизни вы не двинулись рассудком, не спились, не подсели на наркотики и не записались в тоталитарную секту.

Если к середине жизни вы справились с двумя вышеупомянутыми задачами — значит, ваша молодость прошла не как пустой сон, а имела смысл и результат, и теперь пора отправляться в самое главное путешествие — к центру вашей внутренней Вселенной.

Инфляция

Слово «инфляция» происходит от латинского «inflatio», означающего «увеличение в объёме». Соответственно, в экономике инфляция – это рост цен, вызванный, как правило, нарастанием объёма денежной массы. В космологии инфляция – это процесс сверхбыстрого расширения Вселенной после Большого Взрыва.

А в аналитической психологии инфляция – это раздувание Эго до неадекватных размеров. Обычно это происходит вследствие идентификации Эго с одним из архетипов – Спасителя, Мудреца, Великой Матери и так далее.

Например, прочитал человек Кафку в оригинале, купил айфон последней модели или собрал 500 лайков под своей фотографией в инстаграме – и ему сразу же начинает казаться, что он – Великий Мудрец и Всемогущий Герой в одном лице, в руках земной шар держит, ногами звёзды попирает, а все вокруг – примитивные, ничтожные людишки.

Соответственно, инфляция угрожает всем, кто развивается материально, культурно, духовно или интеллектуально. Стоит человеку хотя бы немного продвинуться по любому из данных направлений, как его начинает «раздувать».

Впрочем, причиной инфляции может быть не только зашкаливающее чувство собственного величия, но и, наоборот, – депрессия и разочарование. Как ни парадоксально, но когда человек пребывает в депрессии, его Эго точно так же «раздувается», как и у человека, опьянённого успехом.

Видят они, например, поющую птичку на зелёной ветке.



Инфляция Эго может иметь своей причиной как эйфорию, когда человек ощущает себя властителем мира, так и депрессию, когда он чувствует себя вместилищем скорби вселенского масштаба.

Обладатель 500 лайков фыркает:

– Ничтожная птичка! Я таких могу тысячу штук себе купить и запечь в микроволновке. Как же прост и примитивен этот мир по сравнению со мной, Великим и Могучим!

А страдающий от депрессии видит птичку и печально думает:

– Бессмысленная птичка... Как она мала по сравнению с той ужасающей бездной тоски, в которой пребывает моя личность. Какое всё вокруг мелкое и пустое...

Один ощущает себя Великим Насмешливым Королём, а мир вокруг – жалким мусором, а второй себя – Великим Печальным Демоном, а мир вокруг – опять же жалким мусором. У обоих Эго потеряло способность адекватно воспринимать реальность, оно, словно гигантский мыльный пузырь, раздулось до такой степени, что заслонило и обесценило всё вокруг. Причины этого были разными, а результат один.

Человек, который сделал выбор в пользу развития своего сознания, очень часто испытывает как депрессию от своих неудачных попыток выйти на правильную дорогу, так и эйфорию от удачного продвижения по ней. И то, и другое грозит ему инфляцией. Поэтому Юнг не уставал предупреждать о том, что «раздувание» Эго – одно из главных препятствий на пути индивидуации.

Краткие итоги третьего раздела – «Индивидуация»

Жизнь обычного человека является просто набором штампов. С одной стороны, эти штампы методично и настойчиво ставит на его жизнь социум, с другой – коллективное бессознательное. В итоге человек проживает не свою индивидуальную, а некую стандартную, «типовую» жизнь. Получается, что, *по сути, он и не жил, так как никогда не был индивидуумом.*

Чтобы избежать этой печальной участи и стать суверенной, уникальной, настоящей, а не фиктивной личностью, необходимо совершить несколько важных шагов: избавиться от излишнего влияния Персоны, интегрировать незаслуженно отброшенные качества своей Тени, прекратить воспринимать каждую иллюзию Анимы/Анимуса как руководство к действию и, наконец, научиться прислушиваться к гармонизирующему центру психики – Самости.

Всё это ведёт к глубокой ревизии своей личности, к постоянному и последовательному избавлению её от тех составляющих, которые либо навязаны социумом, либо некритично воспроизводят архетипические тенденции. Человек шаг за шагом отвоёвывает территорию у бессмысленного мрака, заполняющего его жизнь. Это напоминает удивительное, захватывающее, опасное путешествие через абсолютную тьму к сияющим звёздам.

В итоге выковывается *реальная* индивидуальность. Такой человек понимает, что необходим Мирозданию, потому что действительно уникален, в отличие от миллиардов людей-винтиков, которые безлики и взаимозаменяемы.



Высшая точка

*Юнгианство – это не просто невероятно глубокий взгляд на психику человека, не только совершенный инструмент для её исследования, но и полноценное мировоззрение. В своей высшей точке юнгианство проникает в «*unus mundus*» – тот слой реальности, где всё начинается и всё заканчивается, где заключена самая главная тайна мироздания и ответ на неё.*

Различия во взглядах Фрейда и Юнга

Разрыв Фрейда и Юнга был связан, по большому счёту, с тем, что Юнгу стало тесно в рамках фрейдовского материализма. В чём же заключались основные расхождения во взглядах этих исследователей глубин человеческой психики?

1. Фрейд считал либидо чисто сексуальной энергией, а любые способы её реализации, кроме сексуального, – сублимацией.

Юнг под либидо подразумевал психическую энергию человека как таковую, а секс считал не единственным, а одним из множества каналов её полноценной реализации. По мнению Юнга, если секс изначально и являлся единственным способом естественной реализации либидо, то по мере развития сознания человека многие психические проявления оторвались от этой основы настолько, что можно (и нужно) рассматривать их отдельно от неё. Относить, например, занятия музыкой к реализации сексуального инстинкта, по мнению Юнга, то же самое, что рассматривать Кёльнский собор исключительно с точки зрения минералогии.

2. Фрейд признавал существование только личного бессознательного и считал его складом вытесненных неприемлемых воспоминаний, мыслей и чувств.

Юнг утверждал, что существует также общее для всех людей коллективное бессознательное, которое населяют архетипы — универсальные психические паттерны. По Юнгу, хозяева вашего бессознательного — Мудрые Старцы, Святые Блудницы и Бессмертные Герои, а по Фрейду у вас там шевелятся, будто куча тараканов, только ваши стыдные или ужасающие воспоминания. Проще говоря, бессознательное по Юнгу — это обитель богов и демонов, по Фрейду — зловонная помойка.

3. Фрейд рассматривал психические проблемы человека с причинной (каузальной) точки зрения. Его интересовали их источники.

В отличие от Фрейда, Юнг смотрел не назад, а вперёд, он уделял первоочередное внимание вопросу «В каком направлении подталкивает человека его психическая проблема?», то есть рассматривал её как подсказку, которую даёт бессознательное для движения к гармонии и целостности.

4. Для Фрейда физическая реальность и психическая реальность были двумя разными мирами. По сути, Фрейд видел задачу человека в наиболее полном погружении в физическую реальность, чтобы реальность психическая стала просто «незаметной».

Юнг же был убеждён, что психическая реальность — это *единственная* реальность, которая дана человеку. Ведь и та реальность, которую мы называем «физической», знакома нам только в том виде, в котором нам её преподносит наша психика. Поэтому объявлять психическую реальность «лишней», «ненужной» и «мешающей нормальной жизни» — чистейший абсурд.

5. Бог, которого Фрейд называл «коллективным неврозом», для Юнга был очевидной частью целостной и гармоничной психической реальности. Стремление человека услышать голос высших сил, неизмеримо более

могущественных и совершенных, чем каждое отдельное Эго, Фрейд считал атавизмом, который необходимо преодолеть, а Юнг — естественной человеческой потребностью, имеющей глубочайший смысл.

Были и другие разногласия, преодолеть которые не удалось. Фрейд не был готов к диалогу и требовал безусловного принятия своих идей; Юнга как самостоятельно мыслящего учёного это, конечно же, не устраивало, и поэтому он был вынужден отказаться от их дальнейшего сотрудничества.

Юнг продолжил свой трудный и долгий поиск смысла жизни, не променяв его на соблазнительно простую материалистическую концепцию Фрейда, и время показало, что он выбрал правильный путь.

Синхронистичность

В процессе своих исследований человеческой психики Юнг обратил внимание на то, что нередко наши мысли удивительным образом перекликаются с независимыми от них внешними событиями. Юнг был убеждён, что это не случайные совпадения — слишком уж много таких «совпадений» он видел в своей практике.

Он назвал это явление «*синхронистичностью*» («синхронией») или «акаузальной связью», то есть связью, имеющей *не* причинно-следственную природу.

Например, вы решили организовать пасеку, чтобы пережить экономический кризис, и буквально в следующую секунду после принятия вами этого решения звонит телефон, и ваш друг кричит в трубку: «Такой странный случай сейчас произошёл: я открыл окно на кухне, и ко мне залетел целый рой пчёл!». Вы не успели этому удивиться, как началась телепередача о пользе пчелиного мёда. А вскоре раздался звонок в дверь: к вам пришла знакомая, и на её футболке вы увидели изображение пчелы.

Между этими событиями нет причинно-следственной связи — вы подумали о пчёлах не потому, что получили какие-то ментальные сигналы от друга, и пчёлы к другу залетели не потому, что среагировали на ваши размышления о пасеке. Просто ваша мысль и все остальные «пчелиные» события этого дня имеют один источник — активизировавшийся архетип. Как мы уже говорили выше, архетипы соприкасаются с психоидной границей, через которую дух и материя «перетекают» в психику. Поэтому, когда архетип активизируется — его влияние распространяется одновременно и на ваши мысли, и на то, что мы называем «материальным миром».

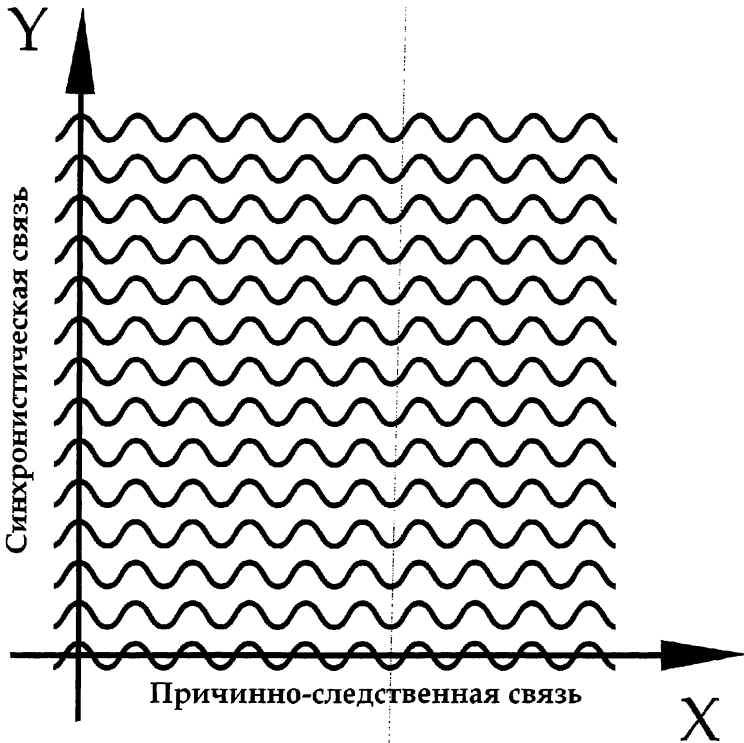
В итоге тема пчёл проявилась в вашей субъективной реальности и в психическом, и в «материальном» виде.

Пчела — это образ, который может быть воплощением, например, архетипа Героя, жертвующего своей жизнью ради общего дела. Этот архетип может выразиться и в появлении в вашей реальности пчёл, и, например, в том, что в тот же день вам в руки попадёт книга о погибших на войне солдатах. Каждый архетип может проявиться множеством разных способов, воплотиться в различных образах, но, естественно, человек обращает внимание только на откровенно схожие воплощения архетипа, так как эта их схожесть бросается в глаза. Поэтому тот, кто плохо знаком с теорией архетипов, все события с участием пчёл поставит в один ряд, а книгу о войне — нет, хотя на самом деле она принадлежит к тому же ряду.

Синхронистичность для нас не является очевидной, так как мы привыкли рассматривать пронизывающие реальность связи только по оси икс (причинно-следственные цепочки: «А случилось потому что В, В — потому что С» и так далее). Но события могут быть связаны и по оси игрек — синхронистически.

Условно говоря, возникает гребень волны, вызванный активизацией, например, архетипа Героя. Этот гребень синхронен для множества причинно-следственных связей и проявляется в каждой из них в виде различных образов, объектов и событий. Но эти его проявления не связаны между собой причинно-следственным образом; они параллельны и независимы друг от друга.

Размышления о синхронистичности приводят нас к понятию «Дао» и теориям квантовых физиков (с одним из них, Вольфгангом Паули, Юнг долгое время плодотворно сотрудничал), исследования которых говорят о том, что время и пространство — субъективные продукты человеческого сознания. Соответственно,



события не следуют друг за другом, они происходят одновременно, а точнее — они существовали, существуют и будут существовать всегда. Синхрония — своеобразное послание из той ипостаси реальности, где нет времени и пространства, а значит, и причинно-следственных связей.

В то же время, синхрония имеет абсолютно реальный смысл для того, кто её зафиксировал. Этот человек должен задать себе вопрос «Что это значит?». Иными словами, синхронистические события — так же, как и сны — необходимо расценивать как подсказки на пути

индивидуации и пытаться их расшифровать. Например, вышеупомянутые события на тему пчёл могут быть указанием на то, что человеку пора задуматься — не слишком ли многим он жертвует для общества?

Причём, чем больше мы раскрываем своё сознание для синхронистических событий, чем внимательнее смотрим на мир, чем интенсивнее интересуемся бессознательным, тем чаще в нашей субъективной реальности проявляется синхронистичность. *«Если долго всматриваться в бездну, бездна начинает всматриваться в тебя».*

Юнг и религия

Юнг последовательно и резко критиковал вульгарный материализм. Он считал духовную жизнь неотъемлемой частью полноценного бытия. Точно так же, как у человека существует естественная физическая потребность в еде, у него есть и врождённая психическая потребность понять своё место во Вселенной, почувствовать осмысленность мира и ощутить нечто более значимое, чем плоская материальная реальность.

Нынешнее общество потребления объявляет религию ненужным «пережитком», несмотря на то, что она, совершенно очевидно, помогает человеку удовлетворить духовную жажду, от которой не могут отвлечь ни новые гаджеты, ни секс, ни деньги. В душе современных людей зияет огромная дыра, которую они пытаются, но никак не могут заткнуть никакими материальными благами и развлечениями.

Распространение материалистического мировоззрения привело подавляющее большинство людей к тотальному безверию, душевной опустошённости, бесконечному и бессмысленному потреблению. В итоге современный человек глубоко несчастен. Он чувствует себя белкой в колесе, бегущей неизвестно куда и неизвестно зачем, и этот бессмысленный, лихорадочный бег не приносит ему удовлетворения.

Вырвать человека из этой дурной бесконечности может особое переживание, которое Юнг называл «нуминозным».

Если человек достаточно далеко продвинулся по пути индивидуации, он встречается с архетипами — не просто испытывает их скрытое влияние (которому постоянно подвержены все мы), а сталкивается с ними



«Страшно попасть в руки Бога живого» – эти слова из Библии говорят о нуминозном переживании.

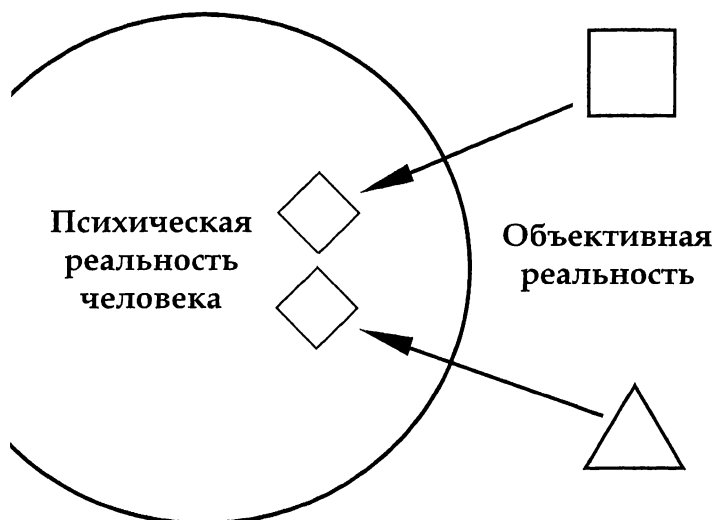
практически «лицом к лицу». Такое взаимодействие носит нуминозный характер (от латинского «numen» — «воля богов»), что означает интенсивное, парализующее, шокирующее, устрашающее и одновременно очаровывающее переживание чего-то сверхмасштабного, вселенского, божественного.

Юнг подчёркивал, что нуминозный опыт имеет огромное значение для человека. Многие согласны с тем, что «жизнь устроена сложно, и некие высшие силы, вероятно, существуют». Такие люди, что называется, головой верят в нечто надчеловеческое и используют определённые ритуалы и символы для поддержания этой веры. Но когда человек оказывается в ситуации нуминозного переживания, например, видит разрывающий ночное небо двухсотметровый пылающий крест, то ощущает он это совершенно иначе, чем свои рациональные мысли о высших силах.

Нуминозное переживание — это сплав ужаса и очарования, неизбежно вызывающий крах старого и рождение нового мировоззрения. Это то же самое, как оказаться в центре яростной бури титанического масштаба и услышать из центра этой бури грозный рык на грани инфразвука: «Устрашись, смертный, ибо с тобой говорит то, что неизмеримо больше тебя». Такой опыт изменяет сознание человека, заставляет его вырваться из мелкой бессмысленной суеты и понять, что жизнь не ограничивается погоней за деньгами и удовольствиями.

Самые сильные нуминозные переживания человек испытывает, сталкиваясь с архетипом Самости. По утверждению Юнга, они неотличимы от переживания встречи с Богом. Неотличимы в полном смысле этого слова, поэтому на вопрос «Существует ли Бог?» Юнг отвечал, что совершенно точно существует шокирующее,

Объективная, истинная реальность знакома людям только в том виде, в котором её преподносит нам сознание. Но дифференцирующие возможности сознания ограничены. Соответственно, два разных явления в нашей субъективной психической реальности могут выглядеть абсолютно одинаково. Именно это имел в виду Юнг, говоря о том, что за специфическим нуминозным переживанием божественного присутствия, которое способен испытывать человек, может скрываться как Бог, так и Самость.



переворачивающее сознание нуминозное переживание божественного присутствия, а вот кто или что скрывается за этим переживанием — Бог или Самость — никто не знает и, видимо, не узнает никогда.

Юнга как учёного и философа больше волновал тот очевидный для него факт, что идеология материализма ведёт человечество к абсолютной пустоте и катастрофе и, чтобы остановить этот процесс, человек нуждается

в глубоком ощущении присутствия божественного в своей жизни.

При этом Юнг признавал, что старым религиям будет очень сложно вернуть своё влияние на людей, и предполагал, что сейчас постепенно зарождается новая мировая религия, на становление которой понадобятся сотни лет.

Не исключено, что эта религия объединит веру и научные знания, и путь к ней, вполне вероятно, поможет найти именно аналитическая психология. Ведь она, являясь строго научной теорией, при этом не отрицает существование Бога и признаёт исключительную важность живого религиозного чувства.

Краткие итоги четвёртого раздела — «Высшая точка»

Материалисты считают человека «разумным животным», смысл жизни которого ничем не отличается от смысла жизни обезьяны, мыши или червяка. Для всех, кого такой сомнительный статус не устраивает, юнгианство стало глотком свежего воздуха.

Теория Юнга, будучи абсолютно научной, при этом утверждает, что человеческая душа (которую с таким удовольствием втаптывает в грязь «прогрессивное» общество потребления) по-прежнему жива и требует к себе внимания. Человеку недостаточно жить просто ради удовольствия, денег и славы; он нуждается в контакте с божественным — этим и отличается от животного. Поэтому религия, дающая ощущение присутствия в жизни человека высших сил, — это, по убеждению Юнга, не досадный атавизм, а острая необходимость, которую невозможно заменить ничем другим.

На прямой вопрос «Существует ли Бог?» Юнг совершенно справедливо замечал, что доказуемого ответа — ни «да», ни «нет» — никто дать не может. Но при этом он однозначно подтверждал существование нуминозного переживания встречи с Богом — которое испытал и он сам. В немалой степени благодаря этому духовному опыту Юнг нашёл свой смысл жизни, свой «личный миф», и хотел, чтобы это удалось каждому думающему человеку.

Носмекрпнтм

Мы рассказали вам о ключевых аспектах теории Юнга: о связи сознания и бессознательного, о комплексах и архетипах, об индивидуации и отношении аналитической психологии к религии.

В разделе «Постскриптум» вы найдёте дополнительные материалы, которые помогут вам расширить представления об аналитической психологии и определить направления её дальнейшего самостоятельного изучения.

Мистическое соучастие

В первые месяцы жизни ребёнок не отличает себя от окружающих объектов, а объекты — друг от друга. Для него всё — едино: собственное тело и руки матери, кровать и новогодняя ёлка, кукла и облака над головой. Можно сказать, что младенец ощущает себя как сгусток хаоса с неопределёнными границами.

Постепенно он начинает осознавать окружающий мир и выделять из этой непонятной и неконтролируемой каши отдельные объекты.

Но даже после этого он некоторое время не понимает, что один из этих объектов — он сам. Все маленькие дети проходят этап, когда говорят о себе в третьем лице, так же, как о любом из окружающих предметов, людей или животных: не «Я хочу есть», а «Маша хочет есть», не «Я хочу гулять», а «Дима хочет гулять».

Медленно и с большим трудом сознание ребёнка выныривает, выкристаллизовывается из состояния абсолютного единства с миром. Когда этот процесс наконец-то завершается, ребёнок раз и навсегда понимает, что он — субъект, отдельный от объектов. Теперь его идентичность не размазана по всему окружающему пространству, а локализована в его теле.

Восприятие стало «человеческим»: «Есть «Я», а есть всё остальное».

Но бессознательное просто так не сдаётся. Оно всю нашу жизнь пытается затянуть нас обратно. Поэтому, уже будучи взрослыми, мы периодически испытываем приступы того детского состояния слияния — правда, не со всем миром (такой регрессии здоровое сознание не допустит), а с отдельными объектами. Если объект (человек, смартфон, кошка, автомобиль — что угодно) интенсивно привлекает наш интерес, то мы на некоторое время по-младенчески сливаемся с ним, теряем «взрослое» чувство отдельности от него.

Нашему сознанию это совершенно не нравится. Ведь суть сознания — в отделении, в первую очередь, отделении субъекта от объекта, потерять которое означает раствориться, исчезнуть, умереть. Не для того мы так мучительно выбирались из бессознательной тьмы, чтобы возвращаться назад.

Поэтому, как только наше «слияние» с кем-то (или чем-то) достигает опасных масштабов — активизируется тот самый механизм, который работал в нашем детстве при формировании сознания: распознать границы и суть объекта, разобрать его по косточкам, понять, что он — это не я, и таким образом избавиться от его излишнего влияния, прекратить диффузию субъекта и объекта.

У человека современной цивилизации этот механизм работает исправно и на полную мощность. Но, например, сознание представителей диких племён Африки и Южной Америки, согласно антропологическим исследованиям, всю жизнь пребывает в полудетском состоянии. Иными словами, эти люди не могут окончательно отделить себя от окружающего мира всю свою жизнь. Их «Я» размазано по всему, что попадает в их



«Мистическое соучастие» характерно для слабого человеческого сознания, которое растворено в окружающем мире.

поле зрения. Это имеет свою положительную сторону – вопрос о смысле жизни у таких людей не стоит, потому что они максимально полно слиты с миром и не чувствуют себя отдельными от него. Но обратная сторона такого слияния – тотальная зависимость, неопределённость и страх. Жизнь-суеверие.

«Чёрная кошка дорогу перебежала – к беде», «Птица поёт под окном – к любви», «Зеркало разбилось – значит горе будет», «Паук в квартиру заполз – к деньгам». Все наши суеверия – это отзвуки того самого первобытного состояния слияния «Я» с миром, когда нет границ между тобой и кошкой/птицей/зеркалом/пауком. Когда паук так же близок твоему размытому «Я», как твой собственный палец, а птица – как твой собственный глаз.

У человека из дикого племени такое состояние – постоянное и абсолютное. Он ежесекундно ощущает, что на его жизнь и судьбу непреодолимо и непосредственно влияет всё: какого цвета попугай мелькнул между пальмами, по какой траектории муравей пополз в сторону заката, сколько раз ударил гром в небе. Это архаичное ощущение слияния Юнг называл антропологическим термином «мистическое соучастие».

Механизмы поддержания работы сознания спасают нас, цивилизованных современных людей, от такого «растворения» в окружающем мире, но их побочный эффект заключается в том, что любой наш сильный интерес к людям, вещам и событиям не может длиться долго. В итоге мы постоянно изолируемся от мира, закрываясь в капсуле «отдельности», а значит, одиночества.

Получается весьма грустная ситуация: «дикий» человек, находясь в вязких объятиях мистического

соучастия, был испуган и жалок, и не менее испуган и жалок современный человек, который вырвался из этого тягостного плена, но оказался в ужасающем одиночестве.

Юнг предлагает решить эту дилемму, смело шагнув обратно в бессознательное, но в качестве не



Каждый человек рано или поздно понимает, что всю жизнь имел дело только с поверхностью своей психики. Это значит, что пришло время узнать, какие сокровища скрываются в её глубинах, во тьме бессознательного.

марионетки, а сильной разумной личности, которая готова вести с бессознательным осмысленный равный диалог. От слепого единства с Мирозданием, которое есть у младенца и дикаря, необходимо пройти путь к абсолютно сознательному единству.

Либи́до, депрессия и жизнь-ноль

Что такое либи́до, по мнению Юнга? Это психическая энергия, которая может иметь своей естественной целью любви (а не только сексуальные, как полагал Фрейд) объекты и ситуации, привлекающие человека.

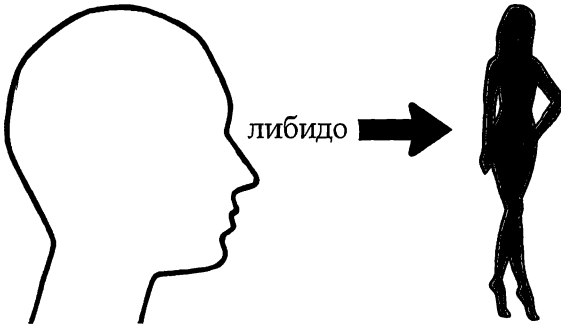
Бытовая реплика «Эта книга вызывает у меня интерес» тождественна наукообразной фразе «К этой книге направлено течение моего либи́до». Либи́до может течь к чему угодно — к компьютерной игре, к программе новостей, к другому человеку, к соседской собаке, к новым модным кроссовкам и так далее.

Но есть один важный момент: либи́до буквально «приковано» к объекту и несётся к нему бурным потоком до тех пор, пока объект для нас является уникальным. То есть до тех пор, пока мы его не проанализировали и не уложили в гроб своей черепной коробки.

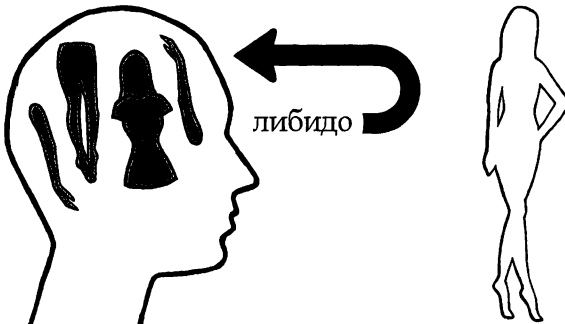
Как только мы начинаем этот объект автоматически или осознанно разбирать по косточкам, сравнивая, сопоставляя с другими объектами — магия начинает стремительно улетучиваться. Почему? Потому что наш фокус внимания, наш интерес, то есть течение нашего либи́до разворачивается от объекта туда, где происходят все эти сравнения и сопоставления — к нам в голову. Из-за этого мы и остываем, и теряем влечение к объекту — будь то половой партнёр или игрушечный паровозик.

А вновь направить либи́до к объекту уже нереально, так как мы не можем этот объект вновь сделать уникальным — «развидеть», «разнать», «рассравнивать», «расклассифицировать». Он уже познан, разобран на детали, и эти детали разложены по полочкам в нашем сознании. Обратно собрать живой цветок из стебля, листьев и лепестков не получится.

Восприятие объекта
как целостного и уникального



Восприятие проанализированного объекта



Объект притягивает либидо и производит «магическое» впечатление до тех пор, пока является цельным, уникальным, единичным, то есть до тех пор, пока мы не «убьём» его познанием. Как только мы начинаем разбирать объект на важные и неважные детали, сопоставляя с другими подобными объектами, которые нам уже известны, течение либидо, до этого направленное на объект, разворачивается «внутрь» нашего сознания, и объект нас «отпускает».

Ещё один важный факт, который необходимо знать о либидо: каждому из нас отмерено равное (строго говоря, бесконечное) количество психической энергии. Поэтому разница в «энергетическом статусе» людей объясняется не тем, что «кому-то дано больше энергии, а кому-то меньше», а тем, *какая часть энергии из этих бездонных запасов находится на уровне сознания.*

Либидо никуда не исчезает, оно просто может менять направление и глубину. Если ему что-то мешает оставаться и свободно течь на уровне сознания, то оно опускается в глубины психики — на уровень личного бессознательного или ещё глубже, к своему источнику — на уровень архетипов и инстинктов.

Иными словами, депрессия, упадок психических сил, плохое настроение не означают, что наша энергия куда-то безвозвратно исчезла. Она просто временно ушла из сознания в более глубокие слои психики.

Важно, что Юнг, в отличие от Фрейда, воспринимал депрессию не просто как проблему, от которой необходимо как можно быстрее избавиться, а как плацдарм для дальнейшего развития личности.

Депрессия помогает понять, какие именно проблемы мешают нормально работать и развиваться нашему сознанию, поэтому не надо спешить «забывать» её развлечениями или лекарствами. Юнг писал: *«Депрессия подобна даме в чёрном. Если она пришла, не гони её прочь, а пригласи к столу, как гостью, и послушай то, о чём она намерена сказать».*

В наше время мало кто следует этому совету. При малейших признаках депрессии современный человек начинает лихорадочно запихивать в себя новые впечатления или бежит в магазин за модными шмотками.

Юнг с сочувствием говорил о людях, которые прячутся от себя в бессмысленном потоке развлечений и потребительства:

«В своих научных поездках по миру я встречал людей, которые объехали земной шар уже по третьему разу. Просто путешествуют и путешествуют безостановочно, будто ищут что-то.

Например, в Центральной Африке я общался с женщиной, которая приехала на своём автомобиле из Кейптауна и хотела добраться до Каира.

Я спросил у неё: «Чего вы ищете? Чего вы хотите?»

И изумился, когда заглянул в её глаза – глаза прижатого к стене животного. В них была только вечная суета, пустая охота за впечатлениями, которая не приносила ей удовлетворения.

Она была несчастна. Почему? Потому что её жизнь была крайне банальной, гротескно пошлой, бедной и бессмысленной. Жизнь, которая ничего не значила. Если бы эта женщина была убита сегодня, то ничего бы не произошло, ничего бы не исчезло – потому что она была бессмысленным ничто».

Ничем и никем является тот, кто живёт по коллективным схемам, тот, кто не открыл свою истинную индивидуальность, а значит и свою незаменимость для Мироздания. Неиндивидуированные люди – полностью взаимозаменяемы, их жизнь ничего не значит, их смерть ничего не значит, так же как ничего не добавляет и не убавляет прибавление или вычитание нуля.

Жизнь, выстроенная по коллективным схемам, является именно таким абсолютным нулём; Юнг очень точно характеризует её как банальную, гротескно пошлую, бедную и бессмысленную.

Скрыться от этой банальности и пошлости не помогут ни дальние путешествия, ни модные гаджеты,

ни дорогие шмотки. Ноль останется нулём. Для любого человека, способного повернуться лицом к этому факту, индивидуация становится не просто одним из вариантов, а единственно возможным и достойным способом прожить свою жизнь.

Экстраверсия и интроверсия

В наше время словами «экстраверт» и «интроверт» свободно оперируют все, кому не лень, как правило, вообще не понимая, что эти термины означают.

Начнём с того, что объяснение «Экстраверт — это общительный человек, а интроверт — замкнутый» — примерно такое же сомнительное, как «Умный — это тот, кто в очках, а глупый — тот, кто без очков».

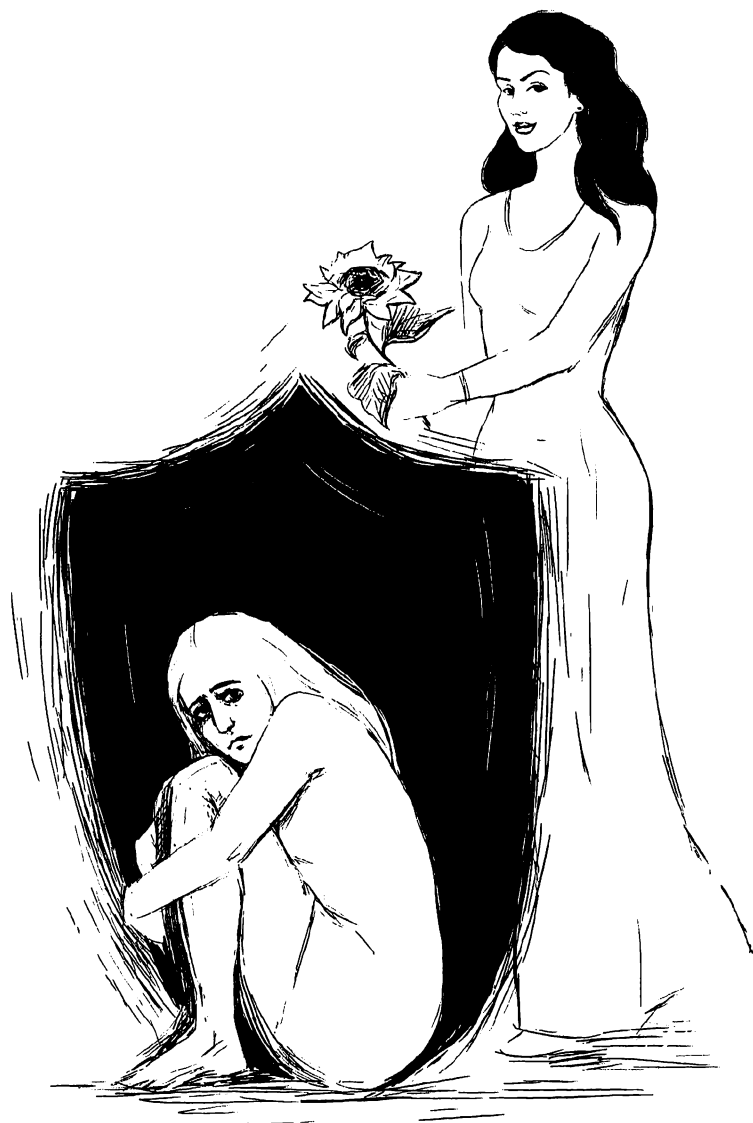
Да, среди тех, кто носит очки, процент интеллектуалов выше, чем среди людей со стопроцентным зрением, а среди общительных — больше экстравертов, чем интровертов, но всерьёз опираться на эту весьма ненадёжную тенденцию, мягко говоря, не совсем правильно.

Истинная суть экстраверсии и интроверсии заключается в отношении человека (то есть субъекта) к объектам внешнего мира.

Экстраверт доверяет объектам, он как бы вывернут наружу и стремится слиться с объектами, отдать себя им.

Интроверт, наоборот, насторожен по отношению к объектам. Он пытается максимально снизить напряжение, которое они у него вызывают; он либо бежит, прячется от объектов, либо выжидает, а потом нейтрализует их самым надёжным способом — приспособливает под себя, встраивает в свои схемы, «проглатывает и усваивает».

Эти особенности заметны уже в раннем возрасте. Дети-экстраверты, впервые увидев игрушку, смело тянут к ней ручонки; контакт с объектом происходит легко, без страха и лишних сомнений. Так как экстраверты чувствуют себя с объектами свободно, то, с одной стороны, легко «влюбляются» в них, с другой — не



Интроверт находится в защитной позиции по отношению к объектам; экстраверта они, наоборот, привлекают.

церемонятся с ними. Пообнимались с одной игрушкой (человеком, системой, идеей) – и так же энергично, самозабвенно и восторженно принялись за другую.

Интровертный же ребёнок далеко не сразу берёт кубик или пирамидку в руки, а если и берёт, то с опаской. Ему нужно время, чтобы снизить напряжение, которое вызывает у него игрушка. И только после того, как он привыкает к ней, он решает, что делать дальше.

Невооружённым взглядом видно, как дети-интроверты тщательно переваривают каждый бит информации от объекта, в отличие от экстравертов, которые в восприятии информации делают ставку на её количество, а не на качество её усвоения.

Итак, экстраверт открыт по отношению к объектам – он смело идёт с ними на контакт и как бы растворяется в них, становится их частью. По сути экстраверт – это паразит, который энергично ввинчивается в объект своими жвалами и некоторое время живёт его жизнью (как и любой паразит, который идёт туда же, куда идёт его «хозяин», и вообще сильно от него зависит), после чего переходит к следующему объекту.

Интроверт же стоит в защитной позиции по отношению к объекту, сначала к нему присматривается, убеждается в его безопасности, а потом аккуратно, частями «усваивает». Это стратегия падальщика, который ждёт, пока жертва станет полностью безопасной, и только потом начинает не спеша отгрызать от неё по кусочку.

Вышесказанное полезно для понимания некоторых важных нюансов.

Например, не секрет, что экстраверт в среднем активнее интроверта; может даже создаться впечатление, что экстраверт – ненасытное жадное чудовище, бандит, который хочет рассовать по карманам весь мир. Но

это не так. Вспомните – экстраверт хочет не завладеть объектами, а отдаться им. То есть он не бандит, а, скорее, «девушка лёгкого поведения».

А вот интроверт (который, как правило, выглядит более миролюбивым и безобидным, чем экстраверт) – как раз заиклен на себе и более эгоистичен; он, сосредоточенно чавкая, прожует и проглотит весь мир – если сложатся подходящие обстоятельства. Он бы с удовольствием запихал в себя и переварил всех и вся. Просто он боится это делать.

Восемь функций сознания

Юнг выделял в сознании четыре эндopsихические и четыре эктопсихические функции. Эндopsихические функции (память, субъективные компоненты, аффекты и вторжения) оказывают влияние на *взаимодействие сознания с бессознательным*.

Память определяет доступ к информации, которую можно восстановить с помощью сознательного усилия.

Субъективные компоненты — это особенности сознания, сформированные нашим опытом, в основном, тем, который мы получили в самом раннем возрасте.

Аффекты — это слой сознания, определяющий взаимодействие с интенсивными влияниями бессознательного, которые способны отправить наше сознание в нокдаун.

И, наконец, самая «нижняя» функция сознания имеет дело с *вторжениями*, то есть такими влияниями бессознательного, которые могут затопить сознание, полностью парализовав его.

Но в этой главе мы подробнее остановимся на четырёх эктопсихических функциях, определяющих *специфику контакта сознания с внешним миром*. Именно этой теме Юнг посвятил свой, пожалуй, самый известный труд — «Психологические типы».

В чём же суть эктопсихических функций — ощущения, интуиции, чувства и мышления?

Ощущение и интуиция — это воспринимающие (иррациональные) функции.

Ощущение — конкретное восприятие посредством органов чувств. Ключевое слово — «тело».

Интуиция — образное восприятие, цельное «схватывание» информации. Ключевое слово — «дух».

ВНЕШНИЙ МИР

ощущение

мышление

чувство

интуиция

память

субъективные компоненты

аффекты

вторжения

ЛИЧНОЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ

КОЛЛЕКТИВНОЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ

Юнг отмечал, что помимо тех психических функций, на исследовании которых он сосредоточился, можно выделить и другие «опорные точки» в сознании человека (в частности, характеризующие его волю, темперамент, воображение), но их влияние на работу сознания менее значимо.

Мышление и чувство – это решающие (рациональные) функции.

Мышление оценивает воспринятую информацию с точки зрения её безличных качеств, по мерке «правильно – неправильно». Ключевое слово – «разум».

Чувство подходит к полученной информации более субъективно; оно ориентируется на то, какую ценность воспринятая информация имеет для человека (то есть использует мерку «хорошо – плохо»). Ключевое слово – «сердце».

По мнению Юнга, у человека наиболее развитой, сильной, дифференцированной является только одна из этих четырёх функций, причём, она находится либо в *экстравертированной* (обращённой вовне, к миру), либо в *интровертированной* (обращённой внутрь сознания) установке.

Таким образом, по Юнгу существуют 8 типов сознания и, как следствие, 8 психологических типов людей:

экстравертный осязающий тип,
интровертный осязающий тип,
экстравертный интуитивный тип,
интровертный интуитивный тип,
экстравертный чувствующий тип,
интровертный чувствующий тип,
экстравертный мыслительный тип,
интровертный мыслительный тип.

Соответственно, работа сознания, например, интровертного мыслительного типа строится на таких понятиях, как «субъективная логика», «нужный мне порядок», «мои правила», а экстравертного интуитивного – «оригинальные теории об окружающей реальности», «поиск невероятных связей между внешними явлениями» и так далее.

Остальные три функции каждого типа имеют ориентацию, противоположную ориентации первой функции. Например, у интровертного мыслительного типа дифференцированная функция — *интровертное мышление*, значит, его остальные функции — *экстравертная интуиция*, *экстравертное ощущение* и *экстравертное чувство*.

Причём, самой слабой (Юнг называл её подчинённой) функцией из них будет та, которая противоположна дифференцированной. Мышлению противоположно чувство, значит, подчинённой функцией интровертного мыслительного типа является экстравертное чувство.

Из двух оставшихся функций (в случае с интровертным мыслительным типом это экстравертное ощущение и экстравертная интуиция) одна, как правило, неплохо развита; Юнг называл её «вспомогательной». Она поддерживает работу дифференцированной функции, и в паре с ней составляет основной инструмент для социальной адаптации человека.

Если учитывать не только дифференцированную, но и вспомогательную функцию, то интровертный мыслительный тип распадается на два типа: интровертный мыслительный тип с вспомогательным ощущением и интровертный мыслительный тип с вспомогательной интуицией.

Естественно, такую же операцию можно провести с каждым типом. Таким образом, число юнговских типов увеличивается с восьми до шестнадцати. У каждого из этих типов две функции (дифференцированная и вспомогательная) более сильные, две остальные (третья и подчинённая) — более слабые.

Адаптация

Типология Юнга — это, прежде всего, «координатная сетка», которая помогает человеку изучать себя и окружающих и улучшить отношения с ними. Под таким углом её рассматривают во множестве книг, но нам хотелось бы остановиться на том аспекте применения юнгианской типологии, о котором практически не пишут, — мы имеем в виду помощь, которую она может оказать при выборе профессии.

В наше время люди постоянно ищут себя, учатся новому, один за другим меняют род занятий. Эти поиски далеко не всегда приводят к желаемому результату по одной простой причине: многие плохо знают, чего они *хотят*, но ещё хуже — что они *могут*. Разобраться в этом помогает юнгианская типология: она даёт простой и ясный ответ на вопрос «каковы сильные стороны вашего сознания, а значит, каковы ваши профессиональные склонности».

Юнг создал предпосылки для описания 16 типов и разделения их на четыре группы: *типы с сильным ощущением и сильным чувством, типы с сильным ощущением и сильным мышлением, типы с сильной интуицией и сильным чувством, типы с сильной интуицией и сильным мышлением*. Последователи Юнга ввели для этих четырёх групп типов следующие названия:

Типы с сильным ощущением и сильным чувством («тело + сердце») — *социалы*.

Типы с сильным ощущением и сильным мышлением («тело + разум») — *прагматики*.

Типы с сильной интуицией и сильным чувством («дух + сердце») — *гуманитарии*.

Типы с сильной интуицией и сильным мышлением («дух + разум») — *исследователи*.

Рассмотрим подробнее склонности представителей каждой из этих групп к той или иной сфере деятельности.

Социалы

(сильное ощущение + сильное чувство)

Социалы тонко настроены на людей благодаря сильной функции чувства, а благодаря сильной функции ощущения воспринимают их с физической, приземлённой точки зрения. Для любого типа с дифференцированной или вспомогательной функцией ощущения человек — это скорее тело, чем дух. Для социала — это тело живое, нуждающееся в заботе, хорошем питании, комфорте, украшении, поэтому из социалов получают хорошие врачи, кулинары, портные, стилисты, организаторы развлекательных мероприятий (особенно таких, которые включают в себя физические удовольствия — например, вкусную еду или подвижные игры).

«Ты живой человек из плоти и крови, и я тоже» — такова философия социалов. Существует поговорка «В бане все равны» — потому что в бане мы просто тела. Для социалов вся жизнь — «баня», поэтому они, как правило, просты и демократичны в общении.

Ощущение в сочетании с чувством способствуют тому, что социалы лучше других справляются с работой, требующей плотного, энергетически насыщенного взаимодействия с людьми; такое взаимодействие не напрягает и не утомляет их так, как представителей других групп типов.

На любом рынке можно наблюдать классических социалов — крепких круглолицых жизнерадостных продавщиц, которые весь день держатся удивительно бодро, постоянно общаются с покупателями и

совершенно от этого не устают. Они чувствуют себя здесь как рыба в воде, и даже частые конфликты их ничуть не смущают.

Соответственно, в тех сферах человеческой деятельности, где требуется постоянно контактировать с людьми и быть готовым к негативному отношению с их стороны, социалы максимально эффективны.

Прагматики

(сильное ощущение + сильное мышление)

Выше мы сказали, что для всех типов с сильным ощущением человек — это скорее тело, чем дух. И если для типов, которые наряду с сильным ощущением имеют сильное чувство, это тело живое, то для типов, у которых сильное ощущение соседствует с сильным мышлением, человек — это тело, выполняющее некие функции, то есть, скорее, не личность, а носитель определённых качеств, пригодных на том или ином участке работы, тело-винтик, тело-ресурс. Поэтому из прагматиков получаются хорошие руководители — ведь руководитель как раз и должен создать из своих подчинённых успешно функционирующий механизм.

Понятно, что не каждому прагматику удаётся стать начальником — гражданским или военным, поэтому многие из них реализуют свои природные данные, работая с техникой. Строительство, ремонт, эксплуатация механизмов — сфера их уверенной и успешной деятельности.

Конечно же, проявляются их склонности и в быту. Плотный основательный мужчина, который возводит дачу своими руками, с удовольствием и знанием дела ремонтирует квартиру и может разобрать и собрать любой механизм — это, как правило, представитель одного из прагматических типов.

Гуманитарии

(сильная интуиция + сильное чувство)

Как и у социалов, у гуманитариев сильна функция чувства. Но так как у гуманитариев наряду с чувством хорошо развито не ощущение, а интуиция, то им ближе не телесные, а духовные потребности – свои и чужие.

Им подходят те профессии, где необходимо поддерживать контакт с людьми по линии «душа – душа» (психология, преподавание, религиозная деятельность), либо те, где в центре внимания – «продукты» души (это, прежде всего, сфера культуры и искусства).

При этом гуманитарии меньше, чем представители других групп типов, приспособлены для жёстких взаимодействий и преодоления трудностей. Для них критически важны внимание, понимание, положительная обратная связь. Например, гуманитарии – прекрасные детские педагоги, но только если в классе послушные, отзывчивые дети. Если же класс невнимателен, рассеян (а, тем более, агрессивен), то гуманитарий, скорее всего, с ним не справится, потеряет мотивацию, откажется работать.

Впрочем, встречаются и гуманитарии с довольно устойчивой психикой; такие могут реализовать свои способности как пиарщики, общественные деятели, актёры.

Исследователи

(сильная интуиция + сильное мышление)

Интуиция означает интерес исследователей не к физическому миру, а к миру идей, абстракций, духа. В связи с тем, что, кроме интуиции, у исследователей

сильна функция мышления, эти идеи касаются не внутреннего мира людей, а различных логических закономерностей.

Сознание исследователей заточено под качественный и беспристрастный анализ, просчёт возможностей и тенденций, поиск необычных вариантов решения тех или иных задач. Поэтому исследователи – прирождённые учёные, проектировщики, изобретатели, аналитики, программисты.

Так как у них сильна интуиция, им неинтересно работать по привычным схемам и технологиям. Их влечёт всё новое и неизведанное, они постоянно что-то изобретают – не всегда практичное и реалистичное, но почти всегда – неожиданное и интересное. Они – неутомимые экспериментаторы, правда, после проверки очередной своей идеи на практике, как правило, теряют к ней интерес и переключаются на новую.

Исследователи чутко улавливают и собирают в памяти информацию о правилах и закономерностях, по которым строится реальность, чтобы потом, развивая их (или наоборот – опровергая), изобретать новые логические схемы и генерировать идеи, до которых раньше никто не додумывался.

Понятно, что далеко не каждый представитель группы типов с сильным мышлением и сильной интуицией становится учёным – математиком, физиком, химиком. Многие исследователи успешно применяют свои способности в экономике, маркетинге, юриспруденции, лингвистике.

Также они могут реализовать свои способности к острому, парадоксальному мышлению в преподавании и журналистике.

Увы, жизнь устроена так, что человек по тем или иным причинам нередко занимается деятельностью, которая не соответствует особенностям его типа. В результате он не может реализовать свои врождённые склонности и живёт в состоянии постоянного стресса и неудовлетворённости собой. Главное, что человек просто не понимает, как выйти из этого тупика, в каком направлении двигаться, где искать своё место в обществе. Типология Юнга способна оказать в этом неоценимую помощь.

Знание своего типа и применение этих знаний на практике способствует успешной адаптации к социуму, которую Юнг называл главной целью первой половины жизни: *«Прежде чем делать себе цель из индивидуации, надо достигнуть другой цели, а именно адаптации к существованию в обществе. Растение, предназначенное для наиболее полного развития своих способностей, должно прежде всего иметь возможность успешно расти в той почве, в которой оно оказалось».*

Подробнее о типологии Юнга (а также о двух ярких, оригинальных вариантах её развития — MBTI и соционике) мы рекомендуем вам прочитать в нашей книге *«Соционика: 16 ключей к человеку»*. Это чрезвычайно интересная тема, которая откроет для вас новое измерение реальности и позволит увидеть в абсолютно новом свете всех своих друзей, родственников и коллег. И, конечно же, себя.

Эпилог

Юнг не спешил загнать результаты своих исследований в узкие рамки железобетонных теорий, поэтому его книги весьма сложны, их понимание приходит не сразу — просто в один прекрасный день количество прочитанного переходит в качество. Проблема в том, что нужное количество осилит далеко не каждый.

Мы постарались помочь вам понять Юнга; надеемся, что нам это удалось, и наша книга, как минимум, расширила ваш кругозор, а как максимум, помогла вам стать ещё на шаг ближе к главной цели любого думающего человека — познанию себя.

Список литературы

1. Юнг К.Г. «Психологические типы». — М. : «АСТ», 2006.
2. Юнг К.Г. «Психология бессознательного». — М. : «Канон + РООИ «Реабилитация», 2012.
3. Юнг К.Г. «Проблемы души нашего времени». — М. : «Академический проект», 2007.
4. Юнг К.Г. «Критика психоанализа». — СПб. : «Академический проект», 2000.
5. Юнг К.Г. «Работы по психиатрии». — СПб. : «Академический проект», 1999.
6. Юнг К.Г. «Аналитическая психология. Тавистокские лекции». — СПб. : «Азбука-классика», 2007.
7. Юнг К.Г. «Практика психотерапии». — М. : «АСТ», 1998.
8. Юнг К.Г. «Психология и алхимия». — М. : «АСТ», 2008.
9. Юнг К.Г. «Mysterium coniunctionis». — М. : «Рефл-бук», — Киев : «Ваклер», 1997.
10. Юнг К.Г. «AION. Исследование феноменологии самости». — М. : «Рефл-бук», — Киев : «Ваклер», 1997.
11. Юнг К.Г. «Синхронистичность». — М. : «Рефл-бук», — Киев : «Ваклер», 1997.
12. Юнг К.Г. «Дух Меркурий». — М. : «Канон», 1996.
13. Юнг К.Г. «Ответ Иову». — М. : «Канон+», 2014.
14. Юнг К.Г. «Архетип и символ». — М. : «Канон+», 2015.
15. Юнг К.Г. «Структура психики и архетипы». — М. : «Академический проект», 2015.
16. Юнг К.Г. «Феномен духа в искусстве и науке». — М. : «Ренессанс», 1992.
17. Юнг К.Г. «Воспоминания, сновидения, размышления». — М. : «АСТ», 1998.
18. Юнг К.Г. «О современных мифах». — М. : «М. Практика», 1994.
19. Юнг К.Г. «Либи́до, его метаморфозы и символы». — СПб. : «Восточно-Европейский Институт Психоанализа», 1994.
20. Юнг К.Г. «Божественный ребёнок». — М. : «АСТ», 1997.
21. Юнг К.Г. «Душа и миф. Шесть архетипов». — Киев : «Совершенство», 1996.
22. Юнг К.Г. «Символическая жизнь». — М. : «Когито-центр», 2010.

Содержание

Карл Густав Юнг: в поисках души

Раздел I. Сознание и бессознательное

Сознание.....	8
Личное бессознательное.....	11
Коллективное бессознательное.....	14
Архетипы.....	18
Архетипические образы.....	26
Миф о мифах.....	34
Компенсаторная связь сознания и бессознательного.....	38
Между духом и материей.....	41
Комплексы.....	45

Раздел II. Архетипические элементы личности

Эго.....	54
Персона.....	57
Тень.....	60
Анима/Анимус.....	63
Самость.....	69

Раздел III. Индивидуация

Суть индивидуации.....	76
Этапы индивидуации.....	82
О чём говорят сны.....	86
Зачем нужна молодость.....	90
Инфляция.....	95

Раздел IV. Высшая точка

Различия во взглядах Фрейда и Юнга.....	100
Синхронистичность.....	103
Юнг и религия.....	107

Постскриптум

Мистическое соучастие.....	114
Либи́до, депрессия и жизнь-ноль.....	120
Экстраверсия и интроверсия.....	125
Восемь функций сознания.....	129
Адаптация.....	133

Эпилог

Список литературы



*Автор иллюстраций к этой книге -
художник Ольга Никитюк*

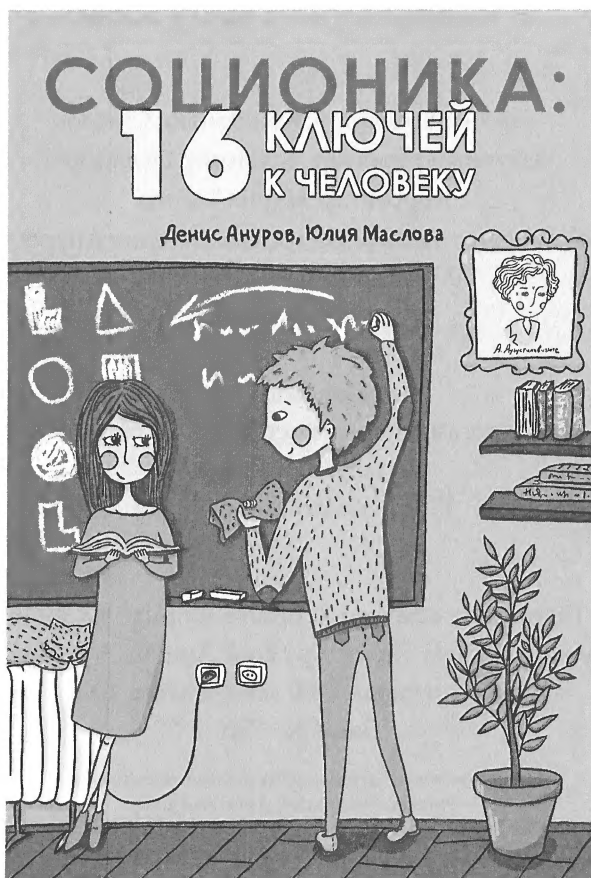
vkontakte: https://vk.com/olga_milante

e-mail: helganiki@ukr.net

портфолио: <https://www.behance.net/helgengarda>

Во всех крупных книжных магазинах Москвы
и книжных интернет-магазинах
— психологический бестселлер издательства «Медков»
«Соционика: 16 ключей к человеку»

Авторы книги объясняют читателям основы соционики, которой в последние годы интересуются всё больше и больше любителей психологии, и подробно рассматривают её связь с типологией Карла Густава Юнга и типологией MBTI.



Задать вопросы авторам можно по адресу: sk-aspect@mail.ru

Научно-популярное издание

Ануров Денис Анатольевич

Маслова Юлия Ивановна

АРХЕТИП СЧАСТЬЯ:

всё, что вам нужно знать об архетипах и их влиянии на вашу жизнь

Главный редактор: Константин Светлов

Научный редактор: Владимир Евдокимов

Корректор: Мария Тасина

Компьютерная вёрстка и схемы: Ксения Анурова

Художник: Ольга Никитюк

Издатель Медков С.Б.

По вопросам оптовых поставок книг обращаться

по тел. 8-968-527-82-86

Email: medkows@yandex.ru

Подписано в печать 20.10.2016. Формат 60х90/16.

Бумага офсетная. Гарнитура Book Antiqua. Усл. печ. л. 9.

Общий тираж 2000 экз. 1-й завод 1000

Заказ № 7720

Отпечатано в АО «Первая Образцовая типография»

Филиал «Чеховский Печатный Двор»

142300, Московская область, г. Чехов, ул. Полиграфистов, д.1

Сайт: www.chpd.ru, E-mail: sales@chpd.ru, тел. 8(499)270-73-59

В СВОЕЙ НОВОЙ КНИГЕ
ДЕНИС АНУРОВ И ЮЛИЯ МАСЛОВА
ДОСТУПНО И УВЛЕКАТЕЛЬНО
РАССКАЗЫВАЮТ
ОБ АНАЛИТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
КАРЛА ГУСТАВА ЮНГА
— САМОЙ НЕОБЫЧНОЙ ТЕОРИИ XX ВЕКА,
ПЕРЕВЕРНУВШЕЙ ВСЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ
О ВНУТРЕННЕМ МИРЕ ЧЕЛОВЕКА.

ИЗ ЭТОЙ КНИГИ ВЫ УЗНАЕТЕ:

- ✦ **ПОЧЕМУ ВЛЮБЛЁННОСТЬ НЕ ДЛИТСЯ ВЕЧНО**
- ✦ **В ЧЁМ ПРЕЛЕСТЬ ДЕПРЕССИИ**
- ✦ **КАК НЕ ЛОПНУТЬ ОТ ЛАЙКОВ В ИНСТАГРАМЕ**
- ✦ **ЧТО ВАМ ХОТЯТ СКАЗАТЬ ВАШИ СНЫ**
- ✦ **МОЖНО ЛИ ПОДРУЖИТЬСЯ СО СВОЕЙ ТЕНЬЮ**
- ✦ **ЗАЧЕМ НА САМОМ ДЕЛЕ НУЖНА МОЛОДОСТЬ**

И МНОГОЕ ДРУГОЕ, ЧТО ПОМОЖЕТ ВАМ
ЛУЧШЕ ПОНЯТЬ СЕБЯ
И ВСЕХ ЭТИХ СТРАННЫХ ЛЮДЕЙ
ВОКРУГ ВАС.