ПЛАН

стр

1. «Долина царей» 3
2. Функции сновидения в терапевтическом анализе. 5
3. Активные техники работ со сновидениями в терапевтическом анализе. 6
4. Обогащенное сновидение. 8
5. **«Долина Царей»**

В глубинной психологии трудно найти более интерес­ное и любимое всеми — и терапевтами, и клиентами — занятие, нежели анализ сновидений. Толкование снови­дений — не просто "царская дорога к бессознательному", это настоящая Долина Царей, где покоятся огромные, неисчерпаемые сокровища. И хотя психоанализ фактиче­ски начинался с этого метода, рано гово­рить том, что к 2000 году он себя исчерпал.

Правда, как и реальная египетская Долина Царей, об­ласть анализа сновидений разрабатывается не только археологами, но периодически подверга­ется и налетам грабителей — авторов разного рода сон­ников, число которых со времен Артемидора сильно уве­личилось. К сожалению, даже квалифицированным специалистам бывает, увы, трудно удержаться от со­блазна составить "краткий справочник" символики сно­видений, нечто на уровне "потоп — это к пожару, а по­жар к — потопу; если же снится милиционер то он символизирует контроль супер-эго над влечениями".

Равно как и классический психоанализ. Несмотря на то, что библи­ография работ, где психоанализ объявляется ненаучным и устарев­шим, может составить толстый том, в который войдут имена и ува­жаемые (Г.Ю.Айзенк, А.Маслоу, Э.Фромм), и малоизвестные, слухи о кончине фрейдизма, как говорится, сильно преувеличены.

Чем опасны такие грабежи? Bo-первых, авторы сонни­ков (особенно если они настаивают на своей принадлеж­ности к академическим и научным кругам) косвенно спо­собствуют распространению и без того популярного нынче в нашей ментальности мнения, что психоанализ и психотерапия близки к гаданиям, колдовству, "диагнос­тике кармы" и другим столь же одиозным формам прак­тики. Паранаучная рациональность всегда пыталась наря­диться в академические одежды, и многие современные психологические исследования, пренебрегающие методо­логической рефлексией своих оснований, оказываются на грани фола. Яркий пример тому — онтопсихология А.Менегетги или психоистория Л.Демоза.

Во-вторых, и это гораздо важнее в контексте обсужда­емой проблематики, интерпретация сновидений в прин­ципе не может опираться на сонник любого типа, в том числе и психоаналитический. Основная идея толкования снов, сформулированная Фрейдом и нашедшая логичес­кое завершение у Юнга и Лакана, состоит в том, что сно­видение — это некий текст на языке бессознательного, требующий перевода. Попробуйте представить себе пере­водчика, не знающего ни языка, с которого он переводит, ни проблематики, освещаемой в тексте, ни особенностей стиля автора — ничего. У него в руках только словарь, с помощью которого переводится слово за словом. Переве­дите таким образом несколько фраз сами, не используя при реконструкции смысла грамматических и синтакси­ческих правил русского языка. Это и будет толкование снов по соннику. Рядом с таким "переводом" даже ре­зультат автоматического компьютерного переводчика по­кажется шедевром грамматики и смысла.

А ведь сновидение — не сообщение из Интернета и не инструкция на пакете быстрорастворимого супа. Это сложный текст, со своими стилевыми особенностями (=индивидуальность сновидца) и тончайшими нюансами смысла (=бессознательное видение проблемы в контекс­те жизненной ситуации). В рамках использованной выше аналогии сон, истолкованный по соннику (сколь угодно сложному, пусть даже с элементами алгоритма процедуры интерпретации, как в "Словаре образов" А.Менегетти — это роман Марселя Пруста или Генри Джеймса в виде дайджеста в автоматизированном переводе.

Характерно, что семиотическую специфику сновиде­ния как сложного и неоднозначного текста, нуждающего­ся в переводе, с предельной ясностью выразил именно семиотик, исследовавший проблемы хранения и переда­чи информации в системе культуры. В статье "Сон — се­миотическое окно" Ю.М.Лотман пишет:

"...власть эта (бессознательное — Н.К.) говорит с человеком на языке, понимание которого принципиально требует при­сутствия переводчика. Сну необходим истолкователь — будь это современный психолог или языческий жрец. У сна есть еще одна особенность — он индивидуален, проникнуть в чу­жой сон нельзя. Следовательно, это принципиальный "язык для одного человека". С этим же связана предельная затруд­ненность коммуникативности этого языка: пересказать сон так же трудно, как скажем, пересказать словами музыкальное про­изведение. Эта непересказуемость сна делает всякое запомина­ние его трансформацией, лишь приблизительно выражающей его сущность. Таким образом, сон обставлен многочисленны­ми ограничениями, делающими его чрезвычайно хрупким и многозначным средством хранения сведений. Но именно эти "недостатки" позволяют приписывать сну особую и весьма су­щественную культурную функцию: быть резервом семиотиче­ской неопределенности, пространством, которое еще надле­жит заполнить смыслами".

Лучше, пожалуй, и не скажешь. Поэтому психотера­певты глубинных школ, всерьез относившиеся к интер­претации сновидений, считали эту деятельность верши­ной профессионального мастерства психоаналитика. Известно ревнивое отношение Фрейда к В.Штекелю, ко­торый, по мнению современников, умел толковать сны лучше, чем сам основоположник психоанализа. Настоя­щими шедеврами аналитического мышления являются толкования, представленные в работах Ш.Ференци, Ж.Делеза и особенно К.Г.Юнга.

Так что начинающему психотерапевту к анализу сно­видений нужно подходить ответственно и очень осторожно. С другой стороны, сновидения изобилуют важной для хода терапии информацией и часто являются "прямыми сообщениями" бессознательного клиента бессознатель­ному аналитика. Их анализ — это, в сущности, "беседа" двух подсознаний, происходящая под контролем внима­тельного и сильного Эго аналитика. Что необходимо для успеха такого разговора?

Американский психоаналитик М.Масуд Кан сформу­лировал ряд требований к функционированию психичес­кого аппарата, которые обеспечивают возможность рабо­тать со сновидением. К их числу относятся:

• хорошее взаимодействие между Эго и Ид;

• внутренний бессознательный источник беспокойства (движущая сила сновидения);

• достаточная интегрирующая сила эго и хорошая способность к символизации;

• способность дистанцироваться от чересчур жесткого контроля со стороны Супер-эго;

• сохранение послеобразов сна в бодрствующем состоянии.

Если все эти условия соблюдены, то клиент будет хо­рошо помнить сновидения и станет охотно рассказывать о них терапевту (кажется, нет людей, которые не любили бы говорить о своих снах). Аналитику, в свою очередь, необходимо знание основных принципов работы со сно­видениями, интерпретация которых может существенно продвинуть работу и позволяет хорошо контролировать течение психотерапевтического процесса.

1. **Функции сновидения в терапевтическом анализе**

Как правило, начало терапевтической работы сопро­вождается сновидениями, порожденными бессознатель­ной тревогой, связанной с недоверием к аналитику. Ино­гда сильное сопротивление выражается в том, что клиент не видит снов или не способен их запомнить. После раз­решения этой трудности (можно предложить вспомнить более ранние сны, в которых, по мнению клиента, нахо­дили косвенное отражение его проблемы) могут появить­ся сновидения, связанные с темой возможного осужде­ния, преследования и контроля.

Для удобства понимания и истолкования сновидений можно использовать представления Д.Анзье, Х.Сегал, Д.Гемайла и других современных психоаналитиков, пола­гающих, что сон — это своеобразное пространство, по­верхность которого изоморфна структуре и содержанию терапевтического процесса. В описании анализа сновиде­ний используются такие метафоры, как "пленка сновиде­ния", "экран" и даже "сцена, на которой разыгрывается воображаемый театр сна" (С.Резник).

Самое интересное — это, конечно, преставление о сно­видении как о тонкой защитной оболочке (pellicule), мем­бране, которая, с одной стороны, охраняет сновидца от нежелательных воздействий, а с другой — несет на себе их отпечатки. Анзье пишет:

"Этот защитный экран является тонкой мембраной, поме­щающей внешние раздражители и внутренние инстинктив­ные побуждения на один и тот же уровень посредством сгла­живания их различий. Таким образом, это не граница, способная разделить внешнее и внутренне, как это делает по­верхностное Эго; это хрупкая, легко разрушающаяся и рассе­ивающаяся мембрана (отсюда — тревожное пробуждение), недолговечная пленка. Она существует, только пока длится сновидение, хотя можно предположить, что, бессознательно интроецировав ее, он (спящий — Н.К.) регрессирует до состо­яния первичного нарциссизма... а затем погружается в глубо­кий, лишенный сновидений сон".

Упомянутая здесь защитная функция — это залечивание нарциссической раны, нанесенной травматическим пере­живанием. Причем травма может быть как ранней (связан­ной с индивидуальной историей жизни и особенно детст­ва сновидца), так и актуальной — нанесенной в анализе удачным толкованием, глубокой интерпретацией и т.п.

Пелликулярная теория сновидения хорошо согласуется с теорией складки, "сгиба в душе", сформулированной в одной из работ Ж-Делеза. Отдельные сны — резуль­тат инфлексии (изгиба), в процессе которого внутренняя поверхность бессознательного и внешняя — Эго соприка­саются и происходит своеобразное вторжение образов действительности в психическую реальность сна. При этом возникают особые сингулярные точки, представлен­ные фантазматическими образами сновидения. И даже самой удачной аналитической интерпретации, пробегаю­щей по этим складкам, не удается полностью развернуть их — они, как пишет Делез, "уходят в бесконечность".

Терапевт, не пренебрегающий анализом сновидений, хорошо знаком с еще одной характерной особенностью последних: зачастую один и тот же сон приходится истол­ковывать несколько раз на различных этапах терапии. Появляются новые ассоциативные ряды, всплывают вы­тесненные переживания и эпизоды — все это создает но­вый контекст для прочтения скрытого смысла сновиде­ния. Отдельные элементы (скажем, ужасные демоны снов-кошмаров) могут последовательно соотноситься то с личностью аналитика, то фигурами близкого социаль­ного окружения клиента, чтобы быть узнанными наконец как фрустрирующие образы раннего детства или проек­ции родительских фигур.

Вот что пишет по этому поводу французский психо­аналитик Сесиль де Монжуа:

"Искушение поддаться упрощенному представлению, что латентное содержание, подобно "спящей красавице", ждет интерпретирующего поцелуя аналитика-принца, чтобы осво­бодиться от проклятия сопротивления, препятствует научно­му любопытству относительно активных поступательных процессов превращения значения, наблюдаемого в ходе ин­терпретации сновидения. Когда случается, что в следующих друг за другом фазах психоанализа мы вновь просматриваем записи одного и того же сна, у нас остается мало сомнения в том, что на другом конце недосягаемого не зарыто ничего похожего на латентное содержание".

Иными словами, полное и окончательное толкование сновидения — не более чем фикция, даже если в процес­се терапии создается несколько таких толкований, даже если клиент восторженно приветствует аналитическое мастерство и проницательность своего психотерапевта. Недаром один из ведущих специалистов в анализе снови­дений, Карл Густав Юнг, предостерегал психотерапевтов от иллюзии, будто удачное понимание бессознательной символики снов является эффективной и успешной тера­певтической акцией. В работе "Психология и алхимия", основу которой составляют толкования архетипической алхимической символики сновидений, он пишет: "Бес­сознательное есть автономная психическая сущность; любые попытки управлять им оказывают вредное воздей­ствие на сознание. Оно остается за пределами субъектив­ного контроля, в царстве, где природа и ее секреты не могут быть ни улучшены, ни извращены, где мы можем слушать, но не можем вмешиваться".

Это и есть, как мне кажется, наиболее разумный и взвешенный подход к толкованию сновидений. Мы мо­жем поговорить с бессознательным, если знаем его язык (логику смысла сновидения), но не стоит испытывать ил­люзию, будто в ходе такого разговора мы узнаем все о своем собеседнике. В лучшем случае мы лишь поймем, насколько он неисчерпаем. И, разумеется, ни один сон­ник — любого типа — не будет здесь полезен: это все рав­но, что использовать френологию или физиогномику для понимания неисчерпаемой природы человеческой инди­видуальности.

**3. Активные техники работы со сновидениями в терапевтическом анализе**

Помимо интерпретации, существуют и другие, более активные методы работы со снами. Они предложены в основном постыонгианцами — учениками и последовате­лями К.Г.Юнга, придерживавшегося несколько иных представлений о природе и функциях бессознательной психики. В этой книге юнгианской теории внимания почти не уделялось, так что в последней главе вряд ли стоит приводить систематическое изложение основ ана­литической психологии. Я попробую ограничиться собст­венно постъюнгианскими представлениями, сделав ос­новной упор на архетипической психологии Джеймса Хиллмана. По ходу изложения будут либо изложены вкратце необходимые положения юнгианской теории, либо специально оговорены соответствующие ссылки.

Несколько слов о панораме современного постьюнгианства. Согласно мнению видного теоретика этого направления Эндрю Самуэлса, можно выделить три основных школы аналитической психологии: классичес­кую, школу развития и архетипическую. Это членение произведено на основе учета исследовательских и клини­ческих приоритетов, так что вполне уместно говорить о трех различных типах дискурсивных практик — тем бо­лее, что столь принципиальных различий в теории и ме­тодологии, как в психоанализе, здесь нет.

Юнгианцы, принадлежащие к классической школе, ос­новное внимание уделяют исследованиям Самости, понимаемой как трансцендентальная вершина человечес­кого развития, наивысшая полнота творческой самореа­лизации индивида. Всесторонне исследуются архетипические аспекты Самости, ее символические переживания и их влияние на процесс терапии. Школа развития, по мнению Самуэлса, больше сосредо­точена на клинических аспектах аналитической практики. Центральной проблемой является перенос, его разнооб­разные формы, архетипическая символизация, взаимное влияние бессознательной психики терапевта и клиента в аналитическом процессе. Именно эти явления реализуют главное назначение юнгианской психотерапии — содейст­вуют процессу индивидуации (личностного роста, разви­тия Самости).

Наконец, архетипическая школа, представленная работа­ми Дж.Хиллмана, А.Тутгеибюль-Крейга, Г.Корбина, ис­следует и использует в терапии образы, выступающие в ка­честве базового, первичного уровня психической реальности. Речь идет об образах сновидений, фантазии, поэтических и художественных образах, которые рассмат­риваются как проявление и спонтанная деятельность чело­веческой души. Хиллман подчеркивает, что образы имеют сугубо творческий характер: "В архетипической психологии термин ''образ" не отно­сится к послеобразу, т.е. к результату ощущений и восприя­тия. Не означает "образ" и ментальной конструкции, пред­ставляющей в символической форме некоторые идеи и чувства, выражением которых служит данный образ. В дейст­вительности образ соотносится только с самим собой. За сво­ими пределами он не связан ни с чем проприоцептивным, внешним, семантическим: образы ничего не обозначают. Они составляют само психическое в его имагинативной61 ви­димости; в качестве первичной данности образ несводим.

Такая точка зрения, при всей ее кажущейся необычно­сти, свойственна на самом деле многим людям. Клиенты часто относятся к создаваемым ими образам именно так — с величайшей любовью и почтением. Попытка те­рапевта разрушить этот пиетет своими интерпретациями может серьезно осложнить ход терапии и нарушить взаи­мопонимание и доверие к аналитику.

И все же интерпретации — неотъемлемая и важнейшая часть терапевтического анализа. Вся проблема состоит в том, чтобы уметь различать те моменты, в которых пред­ставленные пациентом образы и мотивы не нуждаются в толковании, а требуют иного отношения. Иногда клиен­ты сами помогают решить эту задачу, иногда нет.

Архетипическая психология исходит из того, что обра­зы в качестве базовых элементов психики спонтанны, об­ладают автономностью и величайшей ценностью. В этом своем качестве они могут рассматриваться как единицы структуры личности, ее составные части. Развивая пред­ставления Юнга о базовых архетипах личностной органи­зации63 (в число которых входят Тень, Персона, Анима или Анимус и Самость), Хиллман в 1975 г. предложил парциальную теорию личности.

Суть ее состоит в следующем. Любая человеческая лич­ность характеризуется множеством интенций, стремле­ний, желаний и намерений, в ней в различных пропор­циях смешаны творчество, корысть, жажда нового, любовь к покою, зависть, самопожертвование, честолю­бие, самодостаточность и т.д. Можно представить себе эти части в виде самостоятельных персонажей, последо­вательно или одновременно участвующих в повествова­нии под названием жизнь. "Личность является театром архетипических фигур, — пишет Хиллман, — часть из ко­торых располагается на переднем плане внизу и в центре, другие ожидают за кулисами, а само состязание демонст­рирует героические, коммерческие, комические, трагиче­ские и фарсовые темы".

Персонифицированные множественные личности, со­ставляющие отдельного субъекта, довольно часто пред­ставлены в сновидениях. В такой форме их можно (и нужно, считает Хиллман, ибо этот способ рассмотре­ния личностной структуры уже сам по себе терапевтичен — он выгодно отличается от научных абстракций ти­па "факторов", "мотивов" или "черт") использовать в работе с клиентами, поскольку непосредственно пережи­ваемые и воспринимаемые образы вызывают меньшее от­торжение и защиту.

С такими парциальными (частичными) личностями в форме образов можно взаимодействовать по-разному. Сними можно поговорить, сразиться, высмеять, заклю­чить в объятия, нарисовать, пожалеть и т.п. По желанию клиента, с образами сновидений можно не только разго­варивать, но и танцевать, коллекционировать их, давать имена или угощать мороженным. Эти действия, вирту­альные или реальные, могут быть проявлениями как рег­рессивной угрозы целостности Я, так и прогрессивной дифференциации, способствующей развитию Самости. Все зависит от терапевтической ситуации в целом и про­фессиональной интуиции аналитика.

Одним из наиболее часто встречаемых образов снови­дения является мотив двойника. Дуализм как исконное свойство человеческой природы задолго до Юнга и Хиллмана описывали мифологические, религиозные, литера­турные и философские традиции Востока и Запада. Ин­дийские Веды и древнейшие анналы Японии, шумерские сказания и полинезийские мифы, "Старшая Эдда" и "Тысяча и одна ночь", Платон и Аристотель, Достоев­ский и Ч.Р. Метьюрин внесли свой вклад в понимание этой архетипической фигуры.

**4. Обогащенное сновидение**

Самодовлеющий характер образов сновидения, их ав­тономия, признаваемая не только Хиллманом, но и дру­гими постюнгианцами, не исключают, а предполагают широкое использование в работе с ними процедур амп­лификации (обогащения). Этот метод, придуманный очень давно и доведенный до совершенства аналитичес­кими психологами, почему-то сравнительно мало ис­пользуется психоаналитиками других школ. Как правило, психотерапевт, работающий со сновидением или серией снов, не преминет поинтересоваться ассоциациями кли­ента, но крайне редко предлагает ему обсудить даже явно напрашивающиеся мифологические, религиозные или культурные параллели к исследуемому материалу.

Это связано с общими различиями в методологии и технике толкования сновидений. Начало расхождений восходит к теоретическим разногласиям Фрейда и Юнга. Написанная последним в 1912 г. работа "Метаморфозы и символы либидо" фактически содержит в себе одно боль­шое расширительное толкование психической энергии, весьма далекое от фрейдовского "сексуального редукцио­низма". Юнг хорошо понимал, что пропаганда собствен­ной точки зрения будет стоить ему дружбы с Фрейдом, но его твердая убежденность в правильности своих взглядов уже тогда была непоколебимой.

От этой книги и можно вести отсчет истории разработ­ки амплификативного метода. Примерно в то же время в одной из лекций, прочитанных в Университете Фордхэма, Юнг четко формулирует необходимость использова­ния в анализе сновидений исторических и культурных параллелей. Сравнивая этот процесс с пониманием сим­волики обряда крещения, он пишет:

"Точно так же поступает аналитик со сновидением: он со­бирает исторические параллели, даже самые отдаленные и, притом, для каждой части сновидения отдельно, стараясь со­здать психологическую историю сна и лежащий в основе его значений. При такой монографической обработке сновиде­ния, как и при анализе обряда крещения, мы глубоко вника­ем в удивительно тонкое и замысловатое сплетение бессозна­тельных детерминант, обретая при этом понимание их, сравнимое только с историческим пониманием действия, ко­торое мы до сих пор привыкли рассматривать весьма одно­сторонне и поверхностно".

Разумеется, в процессе психоаналитического анализа нельзя забывать о влиянии актуальных впечатлений (то, что Фрейд называл "дневны­ми остатками"), трансферентной динамики и т.п. Но архетипическая символика, трансформированная культурными установками клиента, не менее важна и значима. Именно последняя и проясняется посредством амплификации. Интересно, что аналитические психологи намерено иг­норируют или резко критикуют те немногие фрейдовские работы, в которых сравнительно-исторические и культур­но-антропологические параллели служат опорой для ряда концептуальных теоретических положений психоанализа. Юнг с возмущением говорит о "фантастических допущениях теории тотемов и табу". Возможно, это связано с тем, что стиль амплификаций Фрейда принципиально иной, и преследуют они другие цели.

Со времен юнговских "Метаморфоз" прошло много лет, и набор источников, из которых можно черпать сравнения и проводить культурные параллели, сущест­венно расширился. Наряду с классической для юнгианства мифологической, религиозной или алхимической символикой современные психотерапевты широко ис­пользуют исторические сказания и легенды, эпос различ­ных народов, литературу, живопись и любые другие виды художественного творчества. Все зависит от эрудиции те­рапевта и индивидуальных предпочтений клиента.

Разумеется, целительный потенциал легенд и историй востребован не только в психотерапии. Из многочислен­ных сообщений я знаю, что юнгианские принципы в их, так сказать, "диком" (дилетантском) варианте использу­ются повсеместно, и очень разными людьми. Поклонни­ки триллеров и "саспенсов", читатели всякого рода "фэнтези", фанатики компьютерных игр, "идущие путя­ми Кастанеды", наркоманы всех мастей — кого только нет в рядах стихийных практиков имагинативных психо­терапевтических техник. Исцеляющий вымысел все равно работает. Об этом свидетельствует хотя бы взрыв попу­лярности таких писателей, как ХЛ.Борхес, М.Павич, Дж.Фаулз, У.Эко, наконец, неутомимый и весьма про­фессионально продвинутый в соответствующих сферах знания М.Элиаде.

Так что амплифицирующие техники не ограничены в своих ресурсах. А ведь совсем недавно, лет десять-пят­надцать назад, в распоряжении отечественных читателей были разве что "Альтист Данилов" Вл. Орлова, да восста­новленный в правах М.Булгаков. Теперь подходящим книгам и кинофильмам просто несть числа. Конечно, признанные мастера жанра — такие, как С. Дали, А. Хич­кок, В.Пелевин или Дж-Р.Р.Толкиен, — предоставляют большее разнообразие различным формам имагинативной активности, но теперь каждый может найти себе подходящее основание для архетипического проецирова­ния, понимания и разрешения собственных проблем.

В терапевтическом анализе, особенно при толковании сновидений, не стоит сдерживать себя в использовании религиозных и мифологических параллелей, фольклор­ных сюжетов и мотивов — нужно только убедиться в том, что клиент владеет соответствующим контекстом. Конеч­но, проще всего обращаться к подходящим литературным произведениям или фильмам. При необходимости леген­ду, историю или поэтический эпизод, непосредственно соотносящийся с терапевтической ситуацией, можно рас­сказать прямо в процессе терапевтического анализа.