

Марион Вудман

Сова была раньше дочкой пекаря Ожирение, нервная анорексия и подавленная женственность

*Не каменные Стены создают Тюрьму,
Не металлические прутья — клетку.
Лавлейс.«Алтею, из Тюрьмы»*

ВВЕДЕНИЕ

Когда-то полнота расценивалась положительно. Люди «смеялись и жирели»; лишь немногие счастливцы «как сыр в масле катались¹»; менее везучие завидовали «толстопузым»². В культурах, менее богатых, чем наша, упитанные невесты до сих пор «на вес золота». В Китае и Японии человека с толстым животом уважают и почитают как основательного и вполне уверенного в себе. Однако в западном обществе к полноте относятся совсем иначе. У человека с весом 200 фунтов³ «нет никаких шансов⁴ в стройном мире», и толстая женщина стыдится показываться на людях «со своим свисающим неврозом». Безусловно, некоторые женщины довольны своей полнотой и не испытывают никаких трудностей по поводу своего размера. Эта книга посвящена не им. Это научное исследование мучительных страданий из-за ожирения и его психических и соматических причин.

До сих пор ни магия, ни наука не смогли постигнуть корни проблемы ожирения, встающей все более остро. Я как можно тщательнее документально зафиксировала свои экспериментальные результаты и дословно привела цитаты из разговоров в надежде сделать внутренний мир тучной женщины осознаваемым. Каждая из этих женщин индивидуальна, но каждая из них страдает от ожирения. Осознание не всегда разрешает проблему, но оно хотя бы может сделать страдание осмысленным.

Большинство высказываний тучных женщин во время Ассоциативного эксперимента (подробности в главе 1) могли бы принадлежать и женщинам с нормальным весом. У мыслящих западных женщин XX века много общего. Однако у женщины с ожирением невроз проявляется во вполне ощутимой форме. Это исследование сосредоточено на особой комбинации факторов, создающих этот симптом, отмеченный у 40 % американских женщин. Когда я думала о том, какой образ мог бы полнее всего раскрыть эту особую комбинацию, я постоянно вспоминала одну фразу из «Гамлета»: «Она меж тем обрывки песен пела, / Как если бы не чуяла беды». Потом возник образ Офелии, склонившейся к своим цветам и увлекаемой смертоносным потоком воды, поддерживаемой только своим пышным платьем. В этой «милой девушке», похороненной в своих придворных одеждах, я увидела принцессу,

¹ [1] Live off the fat of the land (англ., идиом.) — букв, «проедать жир земли». — *Прим пер.*

² [2] The Fat Cat (англ., идиом.) — «денежный мешок», богач. Букв. «толстый кот».

³ [3] 90,72 кг. — *Прим пер.*

⁴ [4] A fat chance (англ., идиом.) — букв, «ожирные шансы», — *Прим пер.*

спящую в тучном теле.

Офелия была папиной дочкой. Она выросла без матери при дворе, требовавшем соблюдения определенных правил поведения. Она влюбилась в принца, которому предстояло стать королем. Пока реальность не вторглась в их маленький рай, Офелия и Гамлет могли любить. Но когда «...буйный сад, плодящий / Одно лишь семя, дикое и злое» внезапно разрушил их мир, принц Гамлет внимательно взгляделся в ее лицо и обнаружил маленькую девочку, не имевшую внутренних ресурсов оставаться верной ни самой себе, ни тем более ему. Когда ночь сменила день, ей оставалось лишь выполнять требования отца, — играть роль его марионетки, бессознательно предавая женщину, которую она так никогда и не нашла внутри себя, и обманывая мужчину, которого, как ей казалось, она любила. У нее не было внутренней реальности, при поддержке которой она могла бы откликнуться на его мужскую потребность. Если женское сердце пляшет под дудку своего отца, «нет и не может в этом быть добра».

Ее отец мертв, ее возлюбленного нет, Офелия сходит с ума. Сойдя с ума, она изрекает больше истин, чем ей было доступно до этого. В одиночестве среди придворных она стоит в запачканном платье с растрепанными косами — маленькая заколдованная птичка, — в ее глазах нет ничего, кроме завладевшего ею демона. Она жалобно плачет:

...Говорят, что сова была раньше дочкой пекаря.
Вот и знай после этого, что нас ожидает.
Благослови бог вашу трапезу! ⁵

Это ссылка на старую английскую легенду:

Наш Спаситель зашел в пекарню, где как раз готовили хлеб, и попросил немного. Хозяйка магазина тотчас же положила для него в духовку кусок теста, но дочь отругала ее за то, что этот кусок был слишком большим, и хозяйка уменьшила его до очень маленького. Однако сразу после этого тесто начало подниматься и достигло огромных размеров. После чего дочь пекаря выкрикнула: «Ух-ух-ух», — что напомнило совиное уханье. Возможно, за эту злую выходку наш Спаситель превратил ее в эту самую птицу ⁶.

По иронии судьбы Офелия описывает саму себя. Закованная в свои инфантильные потребности, она не в состоянии познать другого человека. Она не может совершить переход от детства к женственности и поэтому не способна ответить Гамлету зрелым чувством, которое могло бы познакомить его с фемининной частью его собственной сущности и спасти от неизбежного самоотчуждения.

В другой версии легенды дело происходит в Рождественский сочельник. Дочь пекаря настолько занята приготовлением рождественских хлебов и приведением в порядок своего магазина, что злится на своего простодушного отца, теряющего время на то, чтобы накормить нищего у черного входа. Целиком поглощенная своими хлопотами и фантазиями о грядущем великим дне, она не замечает реальности, смотрящей ей в лицо. Хлеб, который она крадет у Бога, поднимается до «огромных размеров»; таинство, которое она отвергает у черного входа, материализуется в чудовище у парадных дверей. Неспособная даже крикнуть по-человечески, она испускает три совиных уханья и чувствует, что превращается в ночную птицу. В Греции сова была птицей Афины, символизировавшей ее родство с темнотой.

⁵ [5] Акт IV, сц. V, строки 41–43 (перевод Б. Пастернака).

⁶ [6] *Hamlet*, ed. G.L. Kittridge. P. 257–258.

Афина была папиной дочкой, рожденной из головы своего отца после того, как он проглотил ее беременную мать.

Офелия — это маленькая ходячая сова, околдованная своей собственной неосознаваемой женственностью, своим отцом и тем, «что говорят»⁷. Она никогда не обретет свой собственный голос. Она никогда не обретет свое собственное тело или свои собственные чувства и поэтому проходит мимо жизни и любви, возможных здесь и сейчас. Постепенно воды бессознательного, для которых она — «как существо речной породы», поглощают ее. Описывая ее смерть, Шекспир говорит (от лица Королевы Гертруды):

Над речкой ива свесила седую
Листву в поток. Сюда она пришла
Гирлянды плесть из лютника, крапивы...

...
Ей травами увить хотелось иву.
Взялась за сук, а он и подломись,
И, как была, с копной цветных трофеев,
Она в поток обрушилась. Сперва
Ее держало платье, раздуваясь,
И, как русалку, поверху несло.
Она из старых песен что-то пела,
Как бы не ведая своей беды
Или как существо речной породы.
Но долго это длиться не могло,
И вымокшее платье потащило
Ее от песен старины на дно,
В муть смерти⁸.

Любой женщине, страдающей от ожирения, известна мучительная боль от лицезрения себя в зеркале, в котором видишь смотрящую на тебя сову. Если у нее хватит духа продолжать смотреть, то, возможно, она даже увидит ее русалочий хвост. Расщепление между головой и телом разбивает ее жизнь, и у нее нет сил, чтобы разрушить чары. Эта книга о том, как сорок женщин и я посмотрели в глаза сове настолько честно, насколько это было возможно. Какой свет мы в них обнаружили — будет рассказано на последующих страницах.

На самом деле, я предполагаю, что женщины XX столетия многие века жили в обществе, ориентированном на мужчин, что удерживало их от осознания собственного феминного начала. Сейчас, в своей попытке найти собственное место в мужском мире, они по неведению приняли мужские ценности — жизнь, ориентированную на результат, компульсивную целеустремленность и твердый⁹ хлеб, который не может питать их фемининную тайну. Их неосознанная фемининность восстает и проявляется в некоей соматической форме. В этом исследовании Великая Богиня или претворяется в жизнь в женщине с ожирением, или пожирает женщину с анорексией. Жертва Богини должна вплотную подойти к своей феминности, взаимодействуя с симптомом. Только раскрыв и

⁷ [7] Невроз как форма околдованности основательно исследован Марией-Луизой фон Франц в книге «Психологическое значение мотива искупления в волшебных сказках».

⁸ [8] Акт IV, сц. VII, строки 168–184.

⁹ [9] Concrete (англ.) — реальный, конкретный, но также и бетонный. — Прим. пер.

полюбив богиню, затерянную внутри ее собственного отвергаемого тела, женщина может услышать свой собственный подлинный голос. В этой книге предложены практические способы, помогающие прислушаться к своей фемининности и исследовать ее значение, пока она, «ссутуясь, двигается к Вифлеему, чтобы родиться» 10.

ГЛАВА I ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ФАКТЫ

Там, где начинается царство комплексов, свободе Эго приходит конец, т. к. комплексы представляют собой психические силы, глубинная природа которых до сих пор является непостижимой.

К.Г. Юнг «Обзор теории комплексов»

Современные исследования ожирения доказали, что увеличение веса является не простым следствием переедания. Два человека могут потреблять абсолютно одинаковое количество калорий в день и вести одинаково активный образ жизни. При этом один из них толстый, другой худой. На самом деле, толстый может есть даже меньше и больше заниматься спортом. Основное различие между ними заключается в индивидуальной способности усваивать потребляемые калории. Любое метаболическое расстройство может одновременно иметь и физиологические, и психологические причины.

Первичное и вторичное ожирение

С самого начала необходимо установить важное различие. Некоторые люди, кажется, запрограммированы на то, чтобы быть толстыми; другие толстеют по разнообразным причинам. Эндогенное, или первичное, ожирение развивается изнутри; экзогенное, или вторичное, ожирение является следствием переедания, т. е. запускается извне. Излишние калории накапливаются в жировых клетках в форме триглицеридов. Анатомически триглицериды могут сохраняться в уже существующих жировых клетках, вызывая увеличение их размера, или формировать новые жировые клетки, приводя к увеличению их количества. В начале жизни преобладающим фактором, ответственным за рост жировых клеток, является клеточное размножение, но позже количество клеток стабилизируется, а жировая ткань расширяется или сжимается почти исключительно за счет изменения размера жировых клеток. По-видимому, окончательное число клеток формируется уже к возрасту около 20 лет или даже раньше. При ожирении происходит нарушение упорядоченного процесса роста жировой ткани, которое касается как размера клеток, так и их числа 11.

Гиперцеллюлярность (увеличение числа клеток) начинается в раннем детстве, и к ней может существовать генетическая предрасположенность. В соответствии с «Учебником по медицине» Бисона и Макдермотта:

Локализация чрезмерных жировых отложений, таких как однородная жировая ткань над ягодицами у некоторых бушменов, так называемый «готтентотский турнюр», является примером генетически предрасположенного локализованного ожирения. Этот яркий пример наводит на мысль, что количество жировых клеток может быть частично предопределено генетически и что количество и местоположение этих клеток или их предшественников будет частично определять как размеры, так и локализацию ожирения 12.

10 [10] Йейтс Вильям Батлер. Второе пришествие.

11 [11] Более полное обсуждение гиперцеллюлярности см. в работе: Salans L.B. «Cellularity of Adipose Tissue». Treatment and Management of Obesity. P. 17–24.

12 [12] Beeson P. B., McDermott W. Textbook of Medicine, 14th ed. P. 1376.

Споры относительно генетического влияния ведутся и поныне. Однако, похоже, что в начале жизни существуют два периода, в течение которых вероятность развития гиперцеллюлярности резко возрастает: очень рано, в самые первые годы жизни, и позже — примерно в пубертатном возрасте. Люди с ожирением, начавшимся в детстве, имеют наибольшее количество клеток, размеры которых очень близки к нормальному, в то время как тем, кто набирает вес в пубертате, свойственна менее выраженная гиперцеллюлярность при некотором увеличении размеров жировых клеток. Второй тип ожирения характеризуется наличием увеличенных жировых клеток, но их количество соответствует норме. Ожирение этого типа начинается во взрослом возрасте и обычно является легким или средним по степени тяжести.

Обнаружено, что снижение веса у всех пациентов с ожирением, независимо от того возраста, в котором оно началось, или от степени и продолжительности ожирения, может быть достигнуто только при изменении размеров клеток. Количество клеток остается постоянным даже при сильном снижении веса. У лиц, страдающих ожирением с детства, может быть в три раза больше жировых клеток, чем у лиц с нормальным весом. Это объясняет тот факт, что люди, всю жизнь страдающие ожирением, могут сбросить вес, но почти неизбежно наберут его вновь. Жировые клетки никуда не деваются и ждут момента упадка силы воли, чтобы вновь наполниться.

Более того, есть предположение, что гиперцеллюлярность побуждает гипоталамус стимулировать увеличение объемов принимаемой пищи¹³. В соответствии с этой теорией пищевые центры контролируют общее количество телесного жира, а он, в свою очередь, регулирует их деятельность. Таким образом, гиперцеллюлярность может быть источником постоянного стимулирования чрезмерного потребления пищи. По некоторым, до сих пор не понятым причинам аппетит (установка на употребление определенного количества пищи) у человека с ожирением может быть высоким и постоянным, или высоким и увеличивающимся, или же странно флюктуирующими. Однако кажется логичным, что когда женщина с ожирением переживает сильный психологический конфликт, ее гомеопатическое равновесие нарушается, и хотя его можно искусственно выровнять диетой и суровым самоконтролем, оно не может поддерживаться постоянно. Недавние исследования показывают, что тело в буквальном смысле защищает жировую клеточную ткань.

Возможно, что гипоталамус защищает разные изначальные уровни для разных индивидов, поддерживая исходные установки индивида независимо от того, считает ли он их благоприятными или обременительными для себя... Из итого следует предположение, что ожирение для некоторых является «нормальным» или «идеальным» строением тела¹⁴.

¹³ [13] Calow P . Biological Machines: A Cybernetic Approach to Life. P. 63–64: «У млекопитающих имеется сложная регуляторная система с центром в гипоталамусе, соотносящая довольно точно потребление энергии с ее расходом. Глюкоза в крови связывает клетки в гипоталамическом центре, и это, вероятно, препятствует "побуждению есть". Поскольку запасы углеводов намного больше между приемами пищи, чем белков или жиров, этот так называемый *глюкостатический механизм* обеспечивает последовательное ежедневное регулирование подачи энергии. Однако более длительная регуляция подвергается воздействию другого, но сходного, так называемого *липостатического механизма*. Считается, что последний препятствует потреблению пищи тогда, когда необходимая энергия извлекается из мобилизованного избытка телесного жира, и из-за близкой связи между метаболизмом глюкозы и высвобождением свободных жировых кислот он может так же легко действовать посредством глюкостатического механизма. Ясно одно, что тогда глюкостатический механизм несет краткосрочную информацию о том, "как себя организм чувствует", а липостатический механизм отвечает на тот же вопрос с долгосрочной позиции. Оба отвечают негативно тому же самому гипоталамическому центру, который, в свою очередь, положительно реагирует на "побуждение поесть"».

¹⁴ [14] Nisbett R.E. Starvation and the Behaviour of the Obese. Treatment and Management of Obesity. P. 47.

Эти факты имеют решающее значение в любой терапевтической ситуации, связанной с ожирением. В том случае, если гиперцеллюлярность является чертой физического строения женщины, она может просто принять свои размеры своего тела как нечто само собой разумеющееся. Это новое отношение само по себе может способствовать прекращению постоянных колебаний веса. Вторичное ожирение, с другой стороны, может быть скорректировано диетой, когда это психологически оправдано и необходимо. Важно не забывать о двух дополнительных факторах. Во-первых, метаболическая активность в жировой ткани во время фазы активного набора веса различно отличается от той, что имеет место по достижении стабильного веса при ожирении, в результате чего могут наблюдаться значительные перемены в настроении¹⁵. Во-вторых, разные виды пищи могут по-разному усваиваться людьми с ожирением и худыми людьми, и никакая диета не является универсальной. Психика каждого индивида по-своему уникальна. Как писал К.Г. Юнг:

Несмотря на успехи в области органической химии, мы все еще находимся очень далеко от возможности объяснения сознания как биохимического процесса. Напротив, необходимо признать, что химические законы не объясняют избирательного процесса усвоения пищи и уж тем более не проливают свет на саморегуляцию и самосохранение организма. Чем бы ни была реальность психики, она, кажется, совпадает с реальностью жизни и в то же время имеет связь с формальными законами, управляющими неорганическим миром¹⁶.

Взаимосвязь психики и тела, о которой говорил К.Г. Юнг, более детально рассматривается в главе II.

Ассоциативный эксперимент К.Г. Юнга

В начале своей карьеры Юнг разработал эмпирический метод обнаружения того, что он впоследствии назвал чувственно окрашенными комплексами. Поначалу он просто исследовал серии спонтанных ответов на ряд выбранных стимульных слов, пытаясь установить среднюю скорость и качество таких ответов. Однако он обнаружил, что способ автономного поведения психики, из-за которого нарушалось проведение эксперимента, важнее, чем время реакции. Он понял, что невозможно исследовать изолированные психические процессы и, таким образом, обнаружил чувственно окрашенные комплексы, которые до этого всегда квалифицировались как неудачи реагирования. Он определил комплекс следующим образом:

Это образ определенной психической ситуации, который сильно эмоционально акцентирован и к тому же несовместим с привычной установкой сознания. Этот образ имеет мощную внутреннюю связанность и слаженность, присущую только ему целостность и вдобавок относительно высокую автономность, а значит, подлежит контролю сознательного разума лишь в ограниченной степени и проявляет себя как одушевленное посторонние тело в сфере сознания. Такой комплекс обычно подавляется усилием воли, но его существование не подвергается серьезной опасности, поэтому при первой же возможности он заявляет о себе с прежней силой¹⁷.

¹⁵ [15] Solans L.B. Cellularity of Adipose Tissue. Treatment and Management of Obesity. P. 24.

¹⁶ [16] Flying Saucers: A Modern Myth. CW 10. Par. 655.

¹⁷ [17] A Review of the Complex Theory. CW 8. Par. 201. [Рус. пер.: Юнг К.Г. Обзор теории комплексов // Юнг К.Г. Структура и динамика психического. М.: «Когито-Центр», 2008.]

Далее Юнг указывал на то, что внешняя ситуация может высвобождать психический процесс, в ходе которого определенные содержания собираются вместе и подготавливаются к действию. Он называл это «констелляцией»; это автоматический процесс, не контролируемый индивидом. «Констеллированные содержания представляют собой определенные комплексы, обладающие своей собственной специфической энергией»¹⁸. В экспериментальной ситуации комплексы провоцируют нарушения ответных реакций, самое частое из которых — задержка времени реагирования. Активный комплекс мгновенно обволакивает нас чарами компульсивного мышления и поведения. Юнг с «достаточной степенью уверенности» предполагал, что комплексы — это «осколки психики», появляющиеся в довольно персонифицированном виде в наших снах, когда отсутствует подавляющее их запрещающее сознание. Их источником часто является травма или эмоциональный шок, который отщепляет часть психики. Одной из наиболее распространенных причин является моральный конфликт, при котором индивид не может утвердить целостности своей натуры. «Такая невозможность предполагает непосредственное расщепление, независимо от того, известно об этом сознанию или нет»¹⁹.

Чем более бессознательным является индивид, тем большей автономностью обладает комплекс, вплоть до того, что он может ассимилировать Эго, в результате чего возникает мгновенное изменение личности, известное как «идентификация с комплексом». В Средние века это называлось одержимостью или околованностью. *Via regia* к бессознательному, — говорил Юнг, — являются все же не сновидения, как принято считать [Фрейд], а комплексы, которые предстают архитекторами снов и симптомов»²⁰.

В наши дни во время проведения ассоциативного эксперимента испытуемому предъявляют простое стимульное слово, в ответ на которое он должен произнести одно слово. Используется заранее подготовленный список из ста слов; время каждого ответа тщательно фиксируют с помощью секундомера, а также отмечают эмоциональные реакции. После завершения работы со всем списком испытуемого просят повторить свой ответ на каждое слово. Экспериментатор отмечает замедленные реакции, мнестические ошибки, повторения, эмоционально окрашенные ответы и т. д. и далее просит испытуемого давать ассоциации на те слова, которые вызвали волнение. Тщательный анализ проблемных областей и ассоциативного материала позволяет дать достаточно точную качественную и количественную оценку комплексов.

Ассоциативный эксперимент и ожирение

В попытке понять психическую динамику, скрывающуюся за ожирением, я провела юнговский ассоциативный эксперимент с двадцатью женщинами, страдающими ожирением. (Я предпочла работать только с женщинами, поскольку после проведения эксперимента с тремя мужчинами с ожирением я увидела, что их проблемы были совершенно иными и заслуживали отдельного изучения.) Эксперименты проводились индивидуально, по описанной выше схеме, и каждый из них занял от двух до четырех часов. Определенные области страха и сопротивления мгновенно бросались в глаза во всех двадцати случаях. Некоторые слова неизменно вызывали заминки и эмоциональное напряжение. Ниже приведены несколько примеров с некоторыми типичными ответами:

¹⁸ [18] Ibid. Par. 198.

¹⁹ [19] Ibid. Par. 204.

²⁰ [20] Ibid. Par. 210.

пытаться: сильнее, провал, снова
голод: боль, пустота, влечение (жажды, тоска, нетерпение), комок, слабость, страх
лакомство: жирность, округлость, полнота, пудинг (желеобразная масса)
бой: битва, убить, убийство, удар
ждать: тяжело, прибавлять, жир, контроль, раздуваться, я
зло: дух, дьявол, смерть, темнота, женщина, я
выбор: нет, прочерк, где
плавать: вода, топить, страх, холодная, тонуть, рыба

В нескольких случаях во второй части теста, направленной на оценку памяти, женщины не могли вспомнить эти слова или те, которые следовали сразу после них. Чувство неуспеха ясно различимо в упаднических ответах на стимульные слова *пытаться* и *выбор*; пищевой комплекс проявляется в ответах на слова *голод*, *лакомство*, *ждать*; агрессия кроется за отсроченными ответами на *бой* (ни одна не услышала его как *свекла*²¹); страх перед бессознательным может быть спрятан за ответами на *зло* и *плавать*. Эти заключения основаны на мnestических ошибках, замедленных ответах, эмоциональных реакциях и дополнительных факторах, не всегда непосредственно очевидных по самим словам.

Если проблемы ассоциирования вызывали группы слов, они расценивались как целое, например: *злой, презирать, мерзкий, бой, зло, обида*. В случае, если я замечала волнение при ответе, я просила женщину давать свободные ассоциации на это слово. Обычно это вызывало у нее сильный аффект. Пока она говорила, я записывала ее высказывание дословно. Примеры этого приводятся чуть ниже в этой главе.

Проведя эти двадцать экспериментов, я обработала данные в поисках паттернов ответов, сфокусированных на повторяющихся темах, определяя таким образом области активных комплексов (столбцы 1 таблиц 1 и 2). Все высказывания были сгруппированы мною или по прямым утверждениям, или по их скрытому значению. (Мой выбор категорий при интерпретации высказываний, безусловно, до некоторой степени субъективен.)

Для того чтобы обнаружить, существует ли какое-либо значимое различие в психической динамике у женщин с ожирением и с нормальным весом, я провела еще одну серию экспериментов с контрольной группой из двадцати женщин. Эксперименты были организованы таким же образом, с одним лишь отличием. В конце каждого эксперимента я сообщала испытуемой цель моего исследования и просила ее ответить на ряд вопросов, построенных на основе автобиографических данных людей с ожирением. Без этих вопросов не было бы основания для сравнения этих групп по их отношению к проблеме еды, поскольку последняя никогда не упоминалась ни одной из женщин в контрольной группе как фактор первостепенной важности. Показательно то, что эти вопросы часто казались им нелепыми. Всегда, когда вопрос касался сильно выраженных пищевых нарушений, участникам требовалось время, чтобы понять, что данный вопрос вообще может означать.

Вопросы для контрольной группы были следующими:

1. Были ли Вы толстой в детстве? В подростковом возрасте? Был ли хотя бы один из Ваших родителей толстым?
2. Вы когда-нибудь едите или отказываетесь есть для привлечения внимания?
3. Едите ли Вы, когда испытываете депрессию? Когда тревожитесь?
4. Едите ли Вы тогда, когда не можете выразить свою злость?
5. Ели ли Вы когда-нибудь, чтобы заменить секс?
6. Вы испытываете какое-либо удовлетворение, воруя еду?
7. Думаете ли вы, что можете вознаградить свое тело едой?
8. Можете ли вы так сильно разозлиться на свое тело, что для наказания его готовы

²¹ [21] Игра слов: beat — удар, бой, ритм, beet — свекла. — Прим. пер.

съесть такое количество пищи, которое оно не способно переварить?

9. Думаете ли Вы о голодании как о награде для своего тела?

10. Думаете ли Вы о голодании как о наказании для своего тела?

11. Вы когда-нибудь злились на себя из-за своего тела?

12. Вы когда-нибудь злились на судьбу из-за своего тела?

13. Сколько калорий в день Вы можете съедать, не набирая вес?

14. Считаете ли Вы, что Ваше тело правильно использует съедаемую Вами пищу?

15. Имеются ли у Вас какие-либо хронические физические проблемы, связанные с едой или сексом?

Полученные в экспериментах данные и ответы двадцати участниц контрольной группы представлены в столбцах 2 таблиц 1 и 2.

При составлении данных для таблиц 1 и 2, т. е. при определении интенсивности ответов, мне пришлось давать субъективную оценку, основанную на высказываниях или эмоциональных реакциях. Например, «гиперсензитивность» (таблица 1, строка 34) — понятие относительное, но для характеристики тех случаев, когда жизнь контролируется страхом того, как отреагируют другие люди, и страхом своих собственных физических реакций на эмоциональную боль, гиперсензитивность кажется подходящим словом. Аналогично, характеристика «перфекционист» (таблица 1, строка 31) в этом исследовании относится к человеку, доводящему себя до изнеможения в стремлении соответствовать своим собственным внутренним требованиям и стандартам. Оценка осложняется тем, что многие из этих женщин являются неординарными, творческими и артистичными личностями. В этом отношении очень сложно отличить мощный порыв от внутренней потребности в творческом совершенстве. (Роль творческой женщины в патриархальной культуре является одной из главных тем этой книги.) Все участницы были интеллектуально развиты. Характеристика «интеллект выше среднего» (таблица 1, строка 33) в этой группе означает, что участницы, будучи студентками, хорошо учились, о чем свидетельствовали их оценки и стипендии.

У меня есть ощущение, что проблемы с весом связаны с психологической типологией. Безусловно, люди интуитивного типа кажутся более склонными к пищевым нарушениям, а чувствующего типа — менее, но этот вопрос в целом заслуживает отдельного исследования 22.

Для пояснения табличных данных ниже дословно приведены комментарии, данные женщинами с ожирением во время эксперимента. Если те или иные темы повторялись постоянно, я выбирала те высказывания, которые наиболее лаконично описывали отношение к ним. (Они перечислены в случайном порядке, чтобы сохранить анонимность участниц.)

Конечно же, комплексы должны местами перекрываться, и в них всегда присутствуют определенные скрытые течения. Например, влияние «негативного Анимуса» (одна из форм околдованности) отравляет всю личность. Снова и снова в комментариях мы слышим голос, отрицающий истинные чувства женщины, вкладывающий в ее уста избитые мнения, высасывающий ее энергию в попытках угодить окружающим или интровертированным родителям. С детства ригидность матери и перфекционистские стандарты отца вынуждали ребенка «проглатывать» свой страх и обиду, заглушать свои эмоции едой. Возникающая в результате тревога часто приводит к формированию в раннем возрасте паттерна переедания в сочетании с чрезмерной зависимостью от самоконтроля. Эта форма поведения может

²² [22] В соответствии с моделью психологических типов Юнга существует две личностные направленности (интроверсия и экстраверсия) и четыре основные функции: ощущение, мышление, чувство и интуиция. (Definiton. Psychological Typos. CW G.) Вкратце: ощущение говорит нам и том, что нечто существует; мышление говорит нам о том, чем это является; чувство говорит нам, насколько это ценно для нас; и интуиция говорит нам, что мы с этим можем делать (возможности). В практических целях важно отличать чувство — как рациональную, оценивающую функцию — от эмоции, которая исходит из активированного комплекса.

настолько укорениться, что способна впоследствии стать серьезной преградой для проявления гибкости во взаимоотношениях.

В анализе — например, в случае позитивного переноса — женщина может обрести достаточную уверенность, чтобы облегчить свою строгую диету. Она сможет позволить себе получать удовольствие от еды и, что еще важнее, позволить себе спонтанные реакции в отношениях с окружающими. Если, однако, перенос является или становится негативным, женщиной может овладеть тревога, которая заставит ее вернуться к изначальному контролю, а с вместе с ним — к компульсивному перееданию. До той поры, пока она сознательно придерживается строгой диеты, она, вероятно, относится к аналитику и ко всем окружающим людям одинаково поверхностно. В этом случае невозможно задействовать в переносе более глубокие инстинктивные уровни, и, таким образом, нет никакой надежды на оздоровление.

Голос негативного Анимуса громко кричит: «Ты не должен, ты не должен, ты не должен!» Зажатый в тиски этой негативности, ребенок очень рано начинает задействовать защитные механизмы и развивает защитный панцирь, который можно принять за сильное Эго. Однако это реактивная форма поведения, которая заключает сознание реальной личности в клетку и оставляет ее в неведении относительно ее собственных потребностей. Так, например, толстая девушка в детстве часто выглядит старше своих сверстников, а во взрослом возрасте — младше своих лет. Ее заимствованные чувства не имеют корней в ее собственной реальности, и из-за этого ее непознанный внутренний ребенок оказывается похороненным в ее взрослом теле. Пока ее собственный ребенок голодает, она питает своего Анимуса — его ярость, жадность, уродство и зависть — и вынуждена жить, не имея позитивного мостика к своему собственному бессознательному.

Комплексы и личностные черты

1. Еда

Тщательное изучение данных сразу раскрывает тираническую мощь пищевого комплекса (таблица 1, ряд 16). Пища становится фокусом *депрессии* (таблица 2, ряд 11), *подавленной злости* (таблица 2, ряд 12), *тревоги* (таблица 2, ряд 13) и *подавленной сексуальности* (таблица 2, ряд 15). Она превращается в средство, при помощи которого человек пытается контролировать собственную судьбу, способ выражения сопротивления чужому контролю (таблица 2, ряд 10), неповиновения закону и общественным традициям (таблица 1, ряд 28, таблица 2, ряд 14) или даже вызова природе и Богу (таблица 2, ряд 21).

Восемь женщин, страдающих ожирением, признали, что они отказывались от еды в ходе семейных трапез, которые были им неприятны, предпочитая «варварски хватать куски» из холодильника; несколько женщин получали наслаждение, воруя сладости в супермаркетах. Слова «милая, дорогая, моя сладкая»²³ используются для выражения нежности, привязанности; от колыбели до могилы мы ищем у тех, кого любим, «пищу». Тем самым потребность в любви легко можно перепутать с потребностью в еде. Из-за того что любовь является очень существенной частью жизни, пробовать еду — то же, что и пробовать жизнь, но и наоборот, избегание еды может быть избеганием жизни. Система наказания и вознаграждения при кормлении тучного тела становится вопросом морали. Когда такие женщины чувствуют себя отвергнутыми другими, они стараются скомпенсировать свою потерю тем, что едят (таблица 2, ряд 16); когда они злятся на себя, они наказывают свое тело тем, что едят (таблица 2, ряд 17); когда они счастливы, они награждают свое тело тем, что не едят (таблица 2, ряд 18). Только одна из женщин с ожирением предположила, что добровольное голодание было наказанием для ее тела (таблица 2, ряд 19). Короче говоря, еда становится козлом отпущения при любой эмоции и формирует ядро, вокруг которого

²³ [23] Honey — мед. sweetheart — букв, «сладкое сердце», sugar — сахар (англ.). — Прим. пер.

вращается личность.

Необходимо помнить про обсессивное могущество этого комплекса, чтобы понимать интенсивность эмоций, лежащих за другими комплексами. Тучные женщины стараются избегать темы еды или приуменьшать свои эмоции по отношению к ней. Только когда они выражают свое безграничное чувство пустоты и описывают свои суицидальные стремления, картина их беспомощности перед лицом обсессии раскрывается во всей полноте. Возникающие в результате страх и ярость проникают во все другие комплексы.

Таблица 1

Комплексы и личностные черты женщин с ожирением и в контрольной группе

Таблица 2

История жизни, пищевые особенности и пр. при ожирении и в контрольной группе

Комментарии на тему еды (таблица 1, ряд 16)

Я чувствую себя возвышенno, когда я на диете. Мне кажется, что отказывать себе — это хорошо.

Я уже сыта по горло мыслями о еде. Должен быть иной, лучший способ жить. Уже 25 лет я не могу вырваться из этого круга, как белка в колесе. Это не по-людски.

Если я счастлива или влюблена, я теряю вес.

Когда приходится справляться с проблемами, я забываю о своих 900 килокалориях. Когда появляется проблема, я начинаю вести себя неправильно.

Я всегда теряю вес, когда играю или пишу. Я всегда великолепно себя чувствую, когда занимаюсь творчеством. Я никогда не чувствую слабость, несмотря на нехватку еды.

Я бросаюсь в крайности — полный контроль всего или никакого контроля вообще. Это называется «синдром маятника».

Я думаю, что идея «болеутоляющего» верна. Еда уничтожает боль. Когда жизнь невыносима, еда — лучший способ забыться. Она также помогает уклоняться от дел. Когда я не могу убедить себя что-то сделать, я грызу, пока принимаю решение.

Я ем, чтобы угодить другим. Еда всегда является обязательным атрибутом визита в гости. Кто-то передает мне свою любовь через еду. Я очень стараюсь угодить окружающим.

Когда я обжираюсь, я чувствую себя моральной размазней.

В нашем доме была тяжелая атмосфера, царил жесткий контроль. Пища давала утешение, служила поддержкой, средством отдыха. Она была радостью, наслаждением. Она была взяткой и проявлением гостеприимства. Я стала реагировать на своих собственных детей посредством еды. Если бы они курили «траву», я бы спросила их, не хотели бы они чего-нибудь поесть.

Иногда, когда я вижу, что другие едят, а я — нет, я чувствую себя нравственно свободной. Я не обязана есть. Они едят. В другое время я чувствую себя безнравственной из-за того, что вес имеет власть надо мной. Им не надо беспокоиться о такой глупости. Они свободны. А я — нет.

Я никогда не была худой, даже в голодное военное время. Я не могу сбросить вес, потребляя 400 килокалорий в день. Врач считает, что мой военный опыт позволил моему телу выживать на том, что в него помещали.

Я люблю печь, но мне не нравится, когда я испытываю искушение поесть. Это похоже на прерывание полового акта непосредственно перед оргазмом. Я не могу дождаться старости, чтобы стать по-настоящему жирной.

Мой вес чем-то похож на высокое давление. Я набираю вес, когда я напряжена, независимо от того, что я ем.

2. Мать

Юнг, описывая растущий страх, окружающий человека, уклоняющегося от адаптации к реальности, пишет следующее:

Страх перед жизнью является не просто воображаемым пугалом, а совершенно реальной тревогой, которая кажется диспропорциональной только потому, что ее реальный источник находится в бессознательном и поэтому спроецирован: юная, растущая часть личности, если ее отгораживать от жизни или контролировать, порождает страх и превращается в страх. Страх кажется идущим от матери, но на самом деле это смертельный страх инстинктивного, бессознательного внутреннего существа, отрезанного от жизни вследствие постоянного избегания реальности. Если мать ощущается как препятствие, она становится мстительным преследователем. Естественно, это не реальная мать, хотя она также может серьезно навредить своему ребенку патологической заботой, которой она преследует его при вступлении во взрослую жизнь, тем самым поддерживая его инфантильную установку дольше, чем следует. Это скорее имаго матери (образ матери), превратившееся в вампира. Однако материнское имаго представляет бессознательное, и бессознательному так же жизненно необходимо присоединиться к сознанию, как сознанию — не потерять контакт с бессознательным ²⁴.

Женщин, участвовавших в этом исследовании, при вступлении во взрослую жизнь преследовала скорее не «патологическая забота» матери, а сохраняющаяся зависимость от обожающего отца или своя собственная мечта о таком отце-муже. Однако «юная растущая часть личности» во многих случаях ригидно подавлялась Анимусом матери и материнским «смертельным страхом инстинктивного, бессознательного» внутренней женщины.

Грехи матери передаются из поколения в поколение, и прогрессирующая утрата женственности в нашей культуре может быть одной из основных причин увеличения количества молодых женщин, отвергающих свое собственное тело и прячущихся за созданной ими самими эгидой ²⁵ Афины. Некоторые из них достаточно чутки, чтобы осознавать, что от них ожидают подражания карикатурной женственности, и они просто отказываются совершать этот *rite de passage* ²⁶. Какими бы ни были причины, фемининное либидо заблокировано, женская богиня оскорблена и посыпает Эго свой ультиматум через раздутое тело. Только благодаря установлению связи с этой бессознательной силой тело может быть окончательно исцелено, а женский дух освобожден.

Комментарии на тему матери (таблица 1, ряды 1–4)

Мать всегда говорила: «Это не то, что ты думаешь». Я слишком остро реагировала на ее ригидный стиль воспитания.

Моя мать лишила моего отца чувства мужского достоинства. Она обострила его чувство несостоинства. Она очень старалась показать нам, насколько она изнурена. «Вы не заботитесь о своей матери», — не раз говорила она.

Я чувствовала, что была для нее вечной помехой. Впоследствии, тратя на нее деньги, я пыталась уменьшить чувство вины. Она была религиозно-добродетельна — непорочна —

²⁴ [24] Symbols of Transformation. CW 5. Par. 457.

²⁵ [25] Эгипет (греч. миф.) — щит Зевса. — Прим. ред.

²⁶ [26] Rite de passage (фр.) — переходный обряд. — Прим. ред.

носила белые перчатки — была отрезана от жизни. Мои чувства к матери были очень смешанными. Она пережила мои академические успехи. Ее позиция выражалась фразой: «Любая девка может родить ребенка».

Когда родился мой брат, чувства матери ко мне превратились в ненависть. Я переняла отношение своей матери — ее ужасное чувство превосходства. Я ненавижу себя за это. Мой папа был маленьким провинциальным мальчиком.

Наш дом, как мне кажется, — это естественная сила, противостоящая естественным ритмам — жирных морских свинок, жирных котов, жирных птичек, жирных детей, жирной матери.

У меня нет никаких ассоциаций со словом «любовь». Ни людей, ни предметов, которые могли бы ассоциироваться с этим словом. Меня никогда не любили — никогда. Меня никогда не обнимали мои родители. Моя мать пыталась сделать аборт, когда была беременна мной. Это не получилось. И вот она я — большой воздушный шар.

Я бы хотела что-нибудь сделать, но я боюсь. Внутри я — маленькая девочка. В сорок два мне все еще нужно одобрение матери во всем, что я делаю.

Когда я была маленькой, моя мать никогда не обнимала меня. Она ненавидела пеленки и то, что меня рвало всем, что бы она мне ни давала, и это попадало на нее. С самого начала я чувствовала себя отвергнутой из-за своих телесных функций. Я сразу же поняла, что меня не любят из-за моих экскрементов. Теперь у меня постоянные запоры.

Мать никогда ничего мне не позволяла. Я даже на велосипеде не могла ездить. У меня нет понятия ни о чем творческом. Она всегда выставляла напоказ свою грудь. И делает это до сих пор. Ее отец хотел сына. Пытался сделать из нее мужчину. Она — воплощенное отрицание. Ни друзей, ни интересов. Я боюсь быть такой, как она, и я знаю, что я такая же.

Во всем, что касалось секса, мать была демоном. Я думаю, она была одержима. Я думаю, что она сама прошла через такое же отвержение своей пуританской матерью и так никогда и не смогла оправиться.

Моя мать всегда считала, что я обязательно буду толстой. (Она сама была толстой в детстве.) Я стала одержима этой идеей; к одиннадцати годам я растолстела. Мать молилась, чтобы произошло чудо — чтобы, когда мне исполнится пятнадцать, я стала худой. Я умела печь превосходные шоколадные торты. Я верю в то, что это основная роль женщины — кормление. Я люблю людей на кухне. Я люблю детей. Я бы хотела выйти замуж и иметь детей вместо этих проклятых книг.

Комментарии на тему базового страха жизни (таблица 1, ряд 20)

Рассказы матери о том, как она нас рожала, несчастье за несчастьем, никак не способствовали появлению желания иметь детей. Когда-то я хотела иметь детей, но я боялась, что они разочаруются в жизни, как и я. Я боялась за них.

Я не хочу детей. Если мне удастся сделать произведение искусства из собственной жизни, этого вполне достаточно. Я хоть что-то спасу от свалки.

У меня нет детей. Я упустила самое важное в жизни.

Когда я боюсь, я мерзну. Мне холодно большую часть времени.

Я испытывала ужас дома и в школе. Постоянно в ужасе. Теперь я могу скрывать свой ужас.

Я никогда не жила. Если бы только я могла умереть и начать все заново. Я уже устала от бесплодных попыток. Я горюю по своей не прожитой жизни.

Меня до сих пор беспокоит, что я никогда не хотела того, что другие женщины воспринимают как само собой разумеющееся — дом, дети, муж.

Все, что я делаю всю мою жизнь, — сбиваю себя с толку и терплю поражение.

Я боюсь рассчитывать на что-нибудь, что приносит мне радость. Оно всегда лопается прямо у меня перед носом. Моя философия: ничего не ожидай, тогда ты реже будешь разочарована.

Я всегда чувствовала, что недостаточно умна, чтобы справляться с какими-либо

незнакомыми ситуациями.

Все всегда сводится к одному и тому же. Я не могу найти никакого смысла в жизни. Я смотрю из-за своей решетки и удивляюсь, почему другие люди выглядят такими счастливыми.

Комментарии на тему страха отвержения (таблица 1, ряд 21)

Я эгоистка, но ненавижу, когда обо мне так думают. Я выпускаю дымовую завесу вежливости, чтобы понравиться. Если бы я говорила людям то, что я думаю, я бы уничтожила их.

Я чувствую себя недостойной любви из-за моего тела. Я полна самоуничижения и чувствую, что меня не за что любить.

Я не могу смотреть на себя в зеркало. Я чувствую, что все ненавидят меня. Я ненавижу себя. У меня нет никакого чувства самоуважения.

Взрослые пугают меня. Я боюсь их. Я общаюсь с молодежью.

Я всегда боялась мужчин. Я чувствую отвержение со стороны как мужчин, так и женщин.

Я не знаю, кем я хочу быть, чтобы я могла себя принять.

Я пришла к выводу, что я хныкающая трусиха — боящаяся разговаривать с людьми, боящаяся обстоятельств. «Ты всегда будешь дурой, — говорю я себе. — Всегда ничтожеством. Никто никогда не полюбит тебя. Толстую, страшную дуру».

3. Утрата образа тела, сексуальности и женской идентичности

То, как мы воспринимаем наши тела, является «пластичным представлением, которое строится на основе всех сенсорных и психических переживаний и постоянно интегрируется в ЦНС»²⁷. У тучных женщин образ тела нарушен. Последующие комментарии предполагают, что образ тела в некотором смысле предшествует строению тела и определяет его. Тучная женщина должна задаться вопросом, как психическая сфера отражается в ее теле. Ребенок впитывает отношение других к своему телу. Если оно не соответствует общественно приемлемому образу, он оказывается под невыносимым давлением. Размеры тела тучной женщины могут быть результатом нарушения не только чувства голода, но и также других ощущений тела. Она должна стараться понять, как ее отношение к своему телу отражает ее представление о том, как воспринимают ее значимые другие и, что еще важнее, ее отношение к ее собственной жизни. С помощью снов и активного воображения она может овладеть своим телом и тем самым — своей собственной реальностью.

Комментарии на тему утраты образа тела (таблица 1, ряд 18)

У меня хорошие отношения с собственным телом, но мне не нравится быть привязанной к умирающему животному.

Я знаю, что выгляжу как пирамида, перевернутая вверх ногами, но я ничего не могу с этим поделать.

Я понятия не имею, где я начинаюсь или где я заканчиваюсь. Я все время трогаю свое тело, пытаясь определить его границы.

Тело — это ничто. Я знаю, что, если бы я умерла завтра, мой дух продолжал бы жить.

Я нахожусь в пустой тюрьме.

Может быть, мои родители меня и обнимали, но уж точно не было никаких игр нагишом.

Вчера вечером я впервые танцевала. Я не боролась с этим чертовым телом. Я была танцем.

Иногда мне кажется, что я не могу больше тащить этот груз по жизни. Сама жизнь

²⁷ [27] Bruch H . Eating Disorders. P. 127.

кажется ужасным грузом.

Я люблю покупать одежду, но я никогда не представляю ее на себе.

Тяжеловесность — это защита. Мужчины не будут смотреть на меня. Я прячусь за ней.

Когда я смотрюсь в зеркало, я вижу себя такой, какой я хочу выглядеть.

Я отвергнута своим телом. Мой жир, я ненавижу его. Я ненавижу себя, потому что я неудачница. Я сама во всем виновата.

Я ненавижу быть жирной, но мне не хватает силы воли, чтобы изменить это. Мне пятьдесят один, и я не настолько наивна, чтобы поверить в то, что я снова могу сесть на диету.

Конечно, иногда я испытываю жалость к себе. Я вынуждена жить в этом теле. Другим людям приходится терпеть его всего лишь несколько часов. Я думаю, что другие считают меня омерзительной.

Поскольку мое тело никогда не было нормальным, мне пришлось развить психическую эмпатию; это единственный способ моего общения.

Я ужасно боюсь дезинтеграции (распада, расщепления). Иногда мне кажется, что я развалилась бы на части, если бы у меня не было моего пояса, связывающего меня в единое целое. Это клетка — физическая и психическая, — но я не могу функционировать без нее.

Внутри меня, под слоями жира, живет стройная, желанная, красивая женщина, ожидающая рождения.

Мне нравится разговаривать с людьми по телефону или в темноте. Тогда я могу расслабиться и быть самой собой. Я знаю, что им не мешает мое уродство.

Не все так плохо в полноте. Другие люди не могут командовать мной. Я чувствую себя реальной, когда я толстая. Я не чувствую себя реальной, когда я худая.

Я чувствую себя человеческим существом в доспехах из жира.

Я чувствую себя подобно муравью, живущему в стакане.

Когда я толстая, я не в ладах со своим телом. Когда я худая, я с ним дружу. Когда я могу разговаривать с ним, я на девять десятых выхожу из депрессии.

Я опасаюсь терять вес. Я привыкла быть толстой. Снижение веса не сделает жизнь такой уж замечательной.

Моя машина важнее для меня, чем мое тело, она является большей частью меня. Когда я думаю о себе, я думаю о своем разуме. Когда у меня разбилась машина, я эмоционально страдала. Я плакала. Я не выношу боли.

Комментарии на тему сексуальности и утраты женской идентичности (таблица 1, ряды 15 и 19)

Я на самом деле ничего не знаю относительно собственной сексуальности. Необходим реальный опыт, а я боюсь оказаться отвергнутой.

Мой размер защищает меня и огораживает меня от любви мужчин. Я чувствую себя несостоящей.

Я знала, что никогда не забеременею.

Я горюю с момента смерти моего любовника. Моя реальная проблема с весом стала тогда невыносимой. У меня нет никакой мотивации ее решать. В глубине, души я боюсь снова потерпеть крах, поэтому я и не пытаюсь.

Мое тело никогда не стояло между мной и любым мужчиной, которого я хотела. Если мужчинам не нравится мое жирное тело, ну и пусть.

Я не пользуюсь контрацептивами, никогда не пользовалась. Я знаю, что никогда не забеременею. Я не считаю себя женщиной. Я просто я, чем бы это ни было.

Все, что ниже пояса, пугает меня. Это все грязно.

Мать просто давала мне читать книги и говорила мне, что секс — ужасно грязное дело. Когда я начала встречаться с мужчинами, она делала вид, что ей это очень не нравится, но с другими женщинами она разговаривала только о моих друзьях. Я воплощала в жизнь ее мечты, желания.

Я ужасно боялась забеременеть, так как это стало бы для всего света свидетельством того, что мы с мужем занимаемся сексом. Но я чувствовала, что у меня должен быть сын, потому что, подарив моим родителям внука, я бы оправдала свое существование. Они так никогда и не смирились с тем, что я девочка.

Моя мать всегда старалась защитить меня от опасности, идущей от мужчин. Она никогда не наряжала меня в розовое и шифон. Я носила армейские рубашки... Секс в нашем браке — нечто животное. Я чувствую себя подобно плевательнице... Габариты отца делали его внушительным. Ему никогда не приходилось утверждать свой авторитет перед другими. Он был как гибралтарская скала. Он был большим и щедрым во всех своих проявлениях. Бессознательно я смирилась с тем, что я толстая. Я — как он, и я рада, что похожа на него.

Я знала, что ни один мужчина меня никогда не полюбит.

Я ненавижу быть женщиной, ненавижу занимать вторые места. «Женщина» — это унизительное слово, относящееся к непристойным греческим богиням, сиренам и строящим козни ведьмам.

4. Отец

У двенадцати женщин в каждой из групп были хорошие отношения со своими отцами («позитивный» отец, таблица 1, ряд 6). У восьми в каждой из групп были плохие отношения с отцами («негативный» отец, таблица 1, ряд 7). Однако восемь тучных женщин идеализировали своего негативного отца. «Негативным» я называю отца, отсутствующего из-за работы, алкоголизма, развода или смерти, в связи с чем их воображение сфокусировалось на идеальной любви, заменяющей его. Только две женщины из контрольной выборки демонстрировали подобную тенденцию.

Важное различие между участниками контрольной и экспериментальной групп заключается в личности отца и динамике отношений между отцом, матерью и дочерью. Для участниц контрольной группы позитивный отец был авторитетной фигурой — мужчиной, вышедшим во внешний мир и помогавшим девочке строить отношения с внешней реальностью. Среди тучных позитивный отец ощущался святым, идеалистичным, нежным пуэром (юношей), обращенным, главным образом, к своему собственному внутреннему миру.

В тех случаях, если между родителями имелись расхождения во мнениях, мать-Анима отца часто проецировалась на дочь, которая, к несчастью, принимала ее («Я выгляжу точно так же, как мать моего отца. Я горжусь этим, как и он»). Эта ситуация дополнялась восприятием девочкой матери как негативной. Анима участниц контрольной группы была направлена на достижение физических целей, в то время как Анима тучных женщин стремилась к духовным и научным достижениям, иногда сексуальным оттенком. Невозможно измерить эмоциональный накал этих отцовско-дочерних отношений. В целом можно сказать, что тучные женщины говорили о своих отцах — живых или мертвых — с непосредственностью и страстью, предполагающими, что определенные отношения еще не были разрешены. Женщины из контрольной группы, с другой стороны, тратили свою энергию на регулирование напряжения, ежедневно возникающего в их отношениях с мужчинами-сверстниками. Мрак в психике тучных женщин, в котором парил «призрачный любовник», казалось, был гораздо гуще, чем мрак в психике участниц контрольной группы.

Комментарии на тему отца (таблица 1, ряды 6–8)

Я никогда не встречала мужчину, который был бы таким добрым; мой отец был святым человеком — таким застенчивым, таким мягким.

Из-за своего отца я слишком доверяю мужчинам. Я ожидаю слишком многоного. Я пыталась жить с этим, но всегда обжигалась.

Я такая же, как сестра моего отца, — интеллектуальная, мужеподобная.

Я обожала своего отца, но сейчас я понимаю, что он ценил меня за мой интеллектуальный блеск.

Маленьким ребенком я ужасно боялась Отца. Я боялась сделать что-нибудь не так и быть отвергнутой им. Я знала, что он не любил меня, когда я делала что-либо расстраивающее его. Он был защитником — пока он был рядом, я была в безопасности.

Я старалась угодить Отцу в детстве. Теперь считается, что я должна угодывать своему мужу. Он счастлив, когда я хожу вокруг него как сомнамбула. Он думает, что я такая и есть, когда я никогда не перечу ему или не причиняю никакого беспокойства.

С отцом мы самые близкие люди. Мне хотелось бы считать себя его девушкой. Я такая же чувствительная, как он. Мне хотелось быть ближе с ним, чем с моей мамой. В десять я поклялась никогда не быть похожей на нее. Все ее высказывания наполнены сарказмом. Иногда я слышу, что сама говорю так же. Я ненавижу это.

Я должна была быть мальчиком. Мир, в котором мы живем, — это мир мужчин. Я на самом деле хотела бы родиться мальчиком. Мои качества как мужчины были бы признаны. Для женщины они являются барьером, ограничивают. Качества моего отца — мои сильные стороны.

Комментарии на тему любви к учебе (таблица 1, ряд 10)

Я собираю книги. У меня был свободный доступ к библиотеке моего отца.

Папа начал читать со мной, когда мне было три. Мне не терпелось вырваться из школы, чтобы прибежать домой и почитать вместе с ним.

Моя любовь к поэзии, мои литературные пристрастия ассоциируются у меня с отцом.

В моем мире-ловушке книги — мой единственный шанс выжить. Отец учил меня любить Библию. Я читаю ее и сейчас, потому что люблю ее.

Комментарии на тему отцовской Анимы (таблица 1, ряд 9)

Я была папиной девочкой.

Отец говорит: «Если бы ты только была красивой. Если бы ты только сделала что-нибудь со своим весом и волосами». Я набиваю свой желудок до отказа, когда я нахожусь со своим отцом. Он не дает мне никакой любви, хотя я для него неимоверно сексуально привлекательна. Он бесконечно жаден. Он высасывает меня. Я не могла бы его удовлетворить. Штопка, уборка — я делаю все. Но этого не достаточно. Даже если бы я легла с ним в постель, другая бы сделала это лучше. Он никого больше не хочет в своем доме. Он без конца талдычит мне, как красивы другие девушки. Тогда я запихиваю еду себе в рот.

Панина маленькая Анима должна быть такой женщиной, какую он хочет, чтобы она была матерью четверых детей: Матвея, Марка, Луки и Иоанна. Мне бы хотелось вырасти в маленькую девочку — ребенка в себе, который никогда не рождается. Лишний вес защищал меня от отцовской сексуальности. Когда я была подростком, я боялась, что, если я когда-нибудь займусь сексом, я стану диким животным.

Мой отец всегда высмеивал моих приятелей. Он говорил, что мы залюбим их до смерти. Они всегда уходили.

Период моего пубертата очень возбуждал моего отца. Его на самом деле надо бы пристрелить.

В моих мыслях отец был идеальным, блестящим, чувственным, духовным человеком. И он любил меня — Боже, как он любил меня. Но за это я должна была заплатить всем.

Мой отец давал мне деньги, когда бы я ни попросила, и взамен сосал мои жизненные соки. Я думала, что он был самым замечательным отцом, пока не поняла, что он забрал даже мою интеллектуальную свободу.

Отец хотел, чтобы я осталась в раю, который он создал для меня — для нас. Он боялся жизни и планировал, что мы останемся вместе, пока он будет жив.

5. Религия

За позитивным отцовским комплексом или бессознательной идентификацией с

позитивным отцом лежит образ (имаго) «любящего Бога». Поклоняющаяся Ему девочка учится превыше всего ценить храбрость, рациональный контроль и духовные цели. От нее требуется совершенство, и она требует совершенства от других. Идеальная схема не поощряет слабость, глупость, страх или обжорство. Когда она не может справиться с собственным чувством голода или когда ее тело отказывается сбрасывать вес, она чувствует себя бессильной, и проблема переходит в сверхличное измерение.

На ранних стадиях борьбы она чаще испытывает личную вину и утрату самоуважения, но питает определенную дерзкую надежду. Постепенно ее чувство справедливости порождает вопросы к Богу, которого она так сильно пыталась ублажить, но который, тем не менее, наказывал ее, «наступая» на самое больное место. Как и Иов, она верит в то, что ее добродетель превыше чувства долга, и поэтому ее ситуация непонятна ей. Постепенно (отчасти за счет чувства депривации, а отчасти из-за физической и психической усталости) она впадает в молчаливое отчаяние. Она может говорить о воле Господа с детской верой, но злобно высмеивает свою собственную слабость и неспособность контролировать свою жизнь.

Из тех женщин, которые участвовали в исследовании, только те, кто проходили анализ, имели в виду под «злом» нечто большее, нежели абстрактное понятие; для других же «зло» было проекцией, и они ощущали себя жертвами темного рока — всегда в связи с собственным весом. Главное, они не осознавали собственную тень, принявшую соматическую форму в их отвергаемых телах.

Комментарии на тему религии (таблица 1, ряд 14)

Раньше я могла обращаться к Богу, как к отцу; сейчас я вижу его и как дьявола.

Я не могу следовать традиционной религии. Я почти теряю сознание во время причастия. Но я верю в Бога. Раньше я представляла Его добрым, любящим отцом. Сейчас же я в полной растерянности. Как мог любящий Бог подвергнуть меня такому? Это несправедливо.

Я мечтала, что из моих толстых бедер родится Христос.

За мной гонится Небесный Цербер. Когда я не могу бежать достаточно быстро, я ем.

Раньше я считала, что в Бога верят слабые люди. Они не могут управлять своей собственной жизнью. Меня должны были полностью разрушить, чтобы я научилась смирению. Чтобы принять дар смирения, надо иметь силу.

Я испытываю ужасное чувство вины. Я не знаю почему. Мне кажется, что я должна делать все, что мой муж хочет от меня, иначе я чувствую себя виноватой. Мне кажется, что я эгоистка, если хочу чего-то для себя. И тогда я не могу делать что-либо для себя.

Я приняла свою боль и свое прощение, но я боюсь, что Сатана может напасть на меня через моих детей.

Я стремлюсь делать все правильно — или то, что люди считают правильным. Меня всегда переполняли сомнения насчет того, что «правильно», а что нет.

Я сторонюсь зла своих немощных рук. Я подвержена лени.

Я думаю, что это грех, что у меня недостаточно здравого смысла для того, чтобы исправить свою жизнь, — я просто продолжаю есть. Гора на месте, и Мухаммед так и не сдвинул ее.

Комментарии на тему злости на судьбу (таблица 2, ряды 20 и 21)

Я злюсь на судьбу из-за своего тела. Я стараюсь не слишком много думать об этом. Стараюсь извлечь лучшее из всего. Я раньше фантазировала, но сейчас уже нет.

«Неужели нет Кого-то, кто мог бы мне помочь?» — спрашиваю я. Я чувствую себя поверженной. Но я научилась жить на автопилоте. Если я проигрываю, я знаю, как подняться. Я устраиваю вечеринку, готовлю еду и т. д. Депрессия заставляет меня работать; она никогда не мешает мне делать что-либо.

Мне сложно любить Бога, сделавшего меня такой. Лучше бы я была калекой. По

крайней мере, люди бы не думали обо мне как о жирной размазне. Иногда я думаю, что я больше не вынесу этого, но у меня не хватает духу совершить самоубийство.

Я думаю, что Бог возложил это на меня. Меня воспитали с верой, что Иисус Христос идет рядом со мной. Меня заставили взглянуть на Его темную сторону... Если бы все было правильно с Богом, все было бы правильно с моим телом. Если я не в надлежащих отношениях с Богом, я в ненадлежащих отношениях с собой. Если у меня не складываются хорошие отношения с мужчиной, у меня не может быть хороших отношений с Богом. Когда я не получаю духовную пищу от человека или Бога, мне надо поесть. Я пожираю еду.

Комментарии на тему совершенства (таблица 1, ряд 31)

Я — шедевр моего папы. Этот шедевр должен оправдывать свое существование.

Я пытаюсь выйти за пределы своей выносливости. Я была перфекционисткой двадцать лет назад. Мне хотелось бы думать, что я повзрослела. Некоторые вещи могут быть совершенными, другие — нет. Мой дом похож на театральные декорации. Мне нравится переставлять вещи снова и снова. Мне нравится думать, что он выглядит уютно, но я не связана с ним. Я хочу, чтобы люди, которые приходят сюда, были совершенными — особенно мой муж. Если они показывают мне свое несовершенство, я ненавижу их. Если я совершаю ошибку, я годами мучаю себя из-за этого.

Совершенство. Совершенство. Это все, о чем я мечтала. До сих пор приходится следить за собой. Мне до сих пор кажется, что я должна оправдывать свое существование, потому что я способная.

Делать все настолько хорошо, насколько это возможно. Это мой девиз. Выжимать максимум из каждого дня — океан амбиций и лужица достижений. Я человек крайностей. Если я ставлю свое имя на чем-либо, я хочу, чтобы это было сделано хорошо.

Я презираю глупость в себе и других. Я перфекционистка.

Совершенство достигается не тогда, когда больше нечего добавить, но тогда, когда нечего отнять. Поэтому-то я и не выношу свое толстое тело.

Я знала, что я была важна, но это зависело от моих успехов. Я была созданием, шедевром. Поэтому я и не могла иссякнуть (уменьшиться в размерах).

6. Предпочтение фантазии взамен реальности

В отношениях, где отец боялся реальности, его дочь также была заражена этим страхом и мечтала укрыться с ним в фантастическом мире. Восемнадцать из женщин с ожирением предпочитали фантазию реальности, и пятнадцать мечтали о рае, о котором они узнали от своих отцов или мечтали вместе с ними. Контрольная группа была более реалистичной. Несколько женщин из обеих групп выразили сомнения по поводу отцовской любви по отношению к ним как к личностям. Оглядываясь назад, они видели себя куклами, которыми манипулировали, чтобы угодить идеалам их отцов. В случаях, когда обстоятельства вынуждали девочку принять материнскую роль еще ребенком, до сих пор была очевидна тоска по детству, которого она никогда не имела (таблица 1, ряд 26).

Комментарии на тему предпочтения фантазии реальности (таблица 1, ряд 23)

Я ем вместо того, чтобы бороться со своими проблемами. Я не готова к столкновению с жизнью.

Я не могу выспаться. Я не вижу себя в своих снах. Во сне мне не важно, толстая я или худая.

Мне нравится видеть сны, мечтать. Я убегаю от одержимости, от навязчивых мыслей.

Моя жизнь — конфликт. Конфликт между той, какая я есть, и той, которой я мечтаю быть.

Комментарии на тему тоски по раю детства (таблица 1, ряд 24)

Хотелось бы мне остаться семилетней. Тогда я была счастлива. На мне не лежало

никакой ответственности.

Ребенком я была «маленькой мисс Солнышко». Мое сердце не зело горя, пока я не пошла в школу.

Я чувствую себя невинным, как ребенок, созданием, прячущимся где-то. Я до смерти боюсь не справиться с проблемами в этом мире.

Я чувствую, что потерялась в своем детстве. Теперь мне хотелось бы растянуть мое детство на всю жизнь.

Меня вытолкнули во взрослую жизнь в десять лет. Я часто возмущалась тем, что у меня отняли детство и юность; я тащила на себе всю гребанную семью.

Я взвалила на себя взрослые обязанности в пять лет. Моя мать была больна, и я чувствовала себя в ответе за младших детей. Я не знаю других ролей, кроме материнской. Сейчас я не боюсь ответственности, но не хочу ее.

У меня никогда не было детства. Всю свою жизнь я провела в тени своей матери. Ее отец был Иисусом Христом, хотя Он, бывало, и побивал ее. Мать никогда не принимала меня такой, какой я была. Она проецировала на меня свою креативность. Я тащила ее проклятую ношу с самого начала.

7. Агрессия

Толстые женщины редко выражали беспомощную ярость. По большей части они скромно держались в тени — уступчивые маленькие девочки, чьей главной радостью в жизни было угодить папе. Мать наказывала их за спонтанные взрывы злости, радости или слез, и они бессознательно направляли свою агрессию против самих себя. Их не выраженные чувства живут в клетке их навязчивых влечений в ожидании того момента, когда они смогут прорваться. Обычно они понимают, что в их теле заблокирована энергия, но бессильны высвободить ее. Одной из их задач является осознание воспоминаний, которые хранятся в их теле с младенчества. Все их страхи отвержения и уничтожения заперты в клетку их толстого тела вместе с компенсационной злостью и желанием власти. Женщина, толстая с детства, она, вероятно, изначально чувствует себя парией в обществе, и развитие ее Эго может быть сильно нарушено.

Эстер Хардинг, обращаясь к теме Эго-комплекса, предшествующего образованию сознательного Эго, пишет:

Если у современного взрослого человека Эго развито неадекватно и не стало сознательным, мы обнаруживаем, что Эго-комплекс остается в бессознательном и действует оттуда. В сознании индивида, находящегося на этом уровне развития, может явно не хватать концентрации и центрированности, характеризующих личность с более сознательным развитием Эго; при этом эгоизм и желание власти, которых неразвитая личность не осознает, могут, тем не менее, присутствовать и оказывать свое неизбежное влияние на всех, с кем эта личность вступает в контакт... [Когда] эгоизм и своеование находятся в бессознательном... они проявляют себя в соматической, т. е. препсихологической, форме.

Когда Эго вступает в сознание и индивид начинает осознавать себя как Я, реакция на трудности или преграды больше не будет появляться в физической форме в виде симптомов, а будет присутствовать в сознании в виде эмоций. По-другому говоря, реакция станет психологической... Появление Эго из бессознательного приносит с собой новую проблему, проблему воли к власти 28.

Если женщина хочет освободиться от невротических симптомов, она должна отказаться от бессознательных методов добиваться своего и смотреть в лицо жизни более открыто. Таким образом она сможет обрести реальную власть и над собой, и над обстоятельствами.

28 [28] Harding E . Psychic Energy. P. 210–211.

Если в дальнейшем женщина подчинит себе свой голод с помощью Эго-контроля, она сможет признать, что сама способна контролировать свою судьбу. Но это Эго на самом деле может быть очень слабым, потому что оно было построено за счет выключения себя из основного течения жизни посредством суровых диет. Оно построено больше на негативной, а не на позитивной потребности. При реальном жизненном кризисе такое Эго может оказаться неэффективным, потому что женщина не осознает, в чем заключаются ее собственные потребности. Бессознательное снова затопит ее. Она будет протестовать против Судьбы; ее вздутое тело может стать выражением ее безвластного Эго и ее страха уничтожения. Амбивалентность мученичества-бунтарства (таблица 1, ряды 27 и 28) лежит в основе этого конфликта. Часть ее вынуждена принять то, что она считает своей судьбой; часть ее восстает против «фальшивой справедливости». Эго, собирающееся подняться против Судьбы, пытается узурпировать власть Самости; оно мечется от черного к белому, от эмоционального подъема к депрессии. Женщина может освободиться от своего компульсивного поведения только тогда, когда ее Эго твердо укоренится в ее собственной женской чувственности.

Комментарии на тему агрессии (таблица 1, ряд 11)

Ужасно смотреть на тигра в клетке. Вся эта силища ловит собственных блок.

В нашей семье не было принято выражать злость. Это разрушает, потому что она остается внутри. Я игнорирую свою злость или не чувствую ее, а затем неожиданно — «БАХ!».

Переедание — это самонаказание. Это абсолютно разрушительное действие, за которым всегда следует депрессия.

У меня несносный характер. Я не выношу беспорядок.

Я могу быть злой. Ярость ослепляет меня, но я никогда не скандалю. Я часто просыпаюсь от собственного крика во сне.

Когда я злюсь на Дика, я распахиваю настежь холодильник, хватаю первое, что попадется под руку, и с жадностью проглатываю.

Я способна на убийство. Бывало, я лежала на полу и билась головой. Меня не просто вывести из себя, но, если уж я разозлюсь, я пугаю людей.

Я редко конфликтую — нет необходимости. Я горжусь тем, что не вступаю в ссоры. Но затем я всегда восстаю против себя самой и ем. Иногда я приставляю к себе нож. Ничто не может остановить меня. Я никогда не считаю, что это неправильно. После этого я испытываю огромное облегчение. Я что-то завершила. Я должна довести вес до предела, до кризиса, чтобы исправить ситуацию. У меня нет никакого желания кончать жизнь самоубийством. Я просто хочу сделать себе больно. Физическое действие доводит до сознания тот факт, что мне нужна помощь.

Я не выношу чувства злости, потому что оно направлено на себя. В моей злости всегда присутствует страх искренности.

В детстве я никогда не выигрывала. Я знаю, что никогда не выиграю.

Меня ограничивали во всем в очень строгой семейной обстановке. Я думаю, что хочу отомстить.

Комментарии на тему ощущения запертости в клетку (таблица 1, ряд 13)

Мой первый рисунок для моего аналитика появился прямо у меня изнутри — черная сова с огромными пустыми глазами, из которых текли капли ярко-красной крови.

Когда я счастлива, я отключаю весь контроль. Я должна быть осторожной, так как не думаю о том, как надо. Я слишком быстро веду машину. Я не соблюдаю закон. Свободная жизнь. Я свободна. Я ем все, что мне нравится, поддавшись этой свободе. Я почти боюсь свободы из-за страха, что что-то может случиться. Буду ли я есть и наберу килограммы? Или свобода сожжет калории? Сгорит ли заблокированная энергия? А может, на самом деле я потеряю вес?

Жизнь — это коробка, закрывающаяся все быстрее и быстрее. Чем сильнее я стараюсь, тем больше она закрывается.

Существует творческая часть меня, которая никак не освободится. Моему мужу не правится, когда я веду себя ярко. Я не могу говорить о том, что чувствую.

Нет никакой свободы. Я в ловушке. Я не прошу о сладком. Я просто хочу есть нормальную еду. И именно в этот момент возникает негодование и чувство вины.

Этот вес — «знак зверя». Если бы я пребывала в гармонии с бесконечностью, не думаю, что у меня была бы эта проблема. Это всегда было невыносимым мучением, постоянной тиранией. Если у меня был правильный настрой, если бы препятствия исчезли, у меня бы не было этой проблемы.

У меня есть повторяющаяся фантазия — выбежать в поле и бегать по нему кругами, размахивая руками, крича во все горло, как будто бы меня только что выпустили из клетки, как будто бы я только что почувствовала свободу впервые в жизни.

Я часто чувствую себя уткой с крыльями, прижатыми к бокам, как внутри духовки.

Я хочу свободы. Я не могу спокойно находиться на одном месте. Моя машина — коробка, но она куда-то движется. Я устала от жизненных проблем, поэтому у меня есть опасения насчет программ по самоусовершенствованию. При возникновении первой же проблемы я взорвусь, поэтому я не отваживаюсь начать.

Нет выхода. Я испробовала все диеты. Я принимала амфетамины до того момента, когда уже не могла остановить дрожь. Я посещала группы Weight Watchers и Vic Tanny's ²⁹. Я была у специалистов по гомеопатии и акупунктуре. К сорока шести я набрала и сбросила более 1000 фунтов, и я все еще толстая.

Комментарии на тему власти (нет в таблице)

Наверное, я была бы более сильным партнером в браке. Мне бы не хотелось этого. Мне бы совсем этого не хотелось — но это, наверное, так и было бы. В нашей семье мать сильная. Мой отец терпеть не может сильных женщин, но он бы развалился на части без нее.

Я терпеть не могу выполнять приказания, особенно мужчин.

Я люблю свою машину. Я всегда сама за рулем.

Если бы я думала, что не контролирую свою жизнь, я бы очень сильно расстроилась. Не люблю идею власти Судьбы. Не думаю, что я бы смогла жить дальше, если бы я не считала, что контроль — в моих руках.

Я всегда была сильной женщиной. Я знала только одного сильного мужчину — того, за которого я не вышла замуж.

Мне бы хотелось, чтобы обо мне заботился мужчина; я смирилась с тем, что этого никогда не произойдет. Обо всех мужчинах в моей жизни заботилась я.

Я не хочу власти, потому что я не хочу ответственности. Мне не нужны связанные с этим хлопоты. Было бы неплохо иметь чувство контроля; оно бы гарантировало мне свободу выбора.

Я тиран. Мне нравится контролировать жизнь. Я была рождена, чтобы стать сильной. Никому не нужна «дама на диване».

Комментарии на тему бунта (таблица 1, ряд 28)

Мое чувство справедливости не имеет ничего общего с общепринятыми законами.

Во мне что-то отказывается голодать просто для того, чтобы стать такой же, как и другие люди.

Я очень тщательно соблюдаю порядок и контролирую себя, но вдруг что-то

²⁹ [29] Группы взаимоподдержки для тучных людей, стремящихся снизить свой вес с помощью различных программ. — Прим. пер.

втемяшивается мне в голову — и я делаю, что хочу.

Мне нравятся мои маленькие интрижки. Еда важна для запретного удовольствия. Криминальная сторона почти не контролируется.

Жизнь, которую я веду, настолько ненормальна, что любая нормальная реакция оказывается ненормальной.

Я понятия не имею, что такое «нормальная» жизнь, ненавижу вписываться в шаблоны. Я всегда отличалась от своих сверстников.

Комментарии на тему жертвы (таблица 1, ряд 27)

Я гораздо в большей степени, чем другие люди, позволяю чужим потребностям определять мои действия.

Я прирожденная мученица.

Я думаю, что неважно знать, кто я есть. Я использую свои таланты, прислуживая другим. Помощь другим — вот что важно. Я не люблю себя. Я не согласна с Фроммом, что для того, чтобы любить других, надо любить себя. Я смирилась с условиями своей жизни. Я не должна обижаться на то, с чем была рождена.

Я не хочу жалости. Я чувствую жалость к себе; но это моя собственная вина.

Мой любимый — сладкий, милый щеночек. Я полагаю, что это еще одно существо, о котором я собираюсь заботиться.

Я всегда должна думать о другом человеке. Я всю свою жизнь прожила нечестно. С детства я покрывала моего пьяного деда и пьяного отца.

8. Смерть

Комплекс смерти — несмотря на то, что о нем прямо сказали только 11 испытуемых, страдающих ожирением, — проявлялся в высказываниях, касающихся их страха перед жизнью и их сознательной и неосознаваемой ярости, направленной против самих себя. Не раз упоминался страх утонуть. Это можно интерпретировать как страх перед бессознательным, но также и как страх неосознанно соскользнуть в смерть. Непреднамеренное самоубийство может принять форму неизлечимой болезни. Будущее казалось им безнадежным, что делало смерть магнетически притягательной и отталкивающей. Однако статистически процент самоубийств среди тучных значительно ниже, чем среди обычных людей. Ожирение, следовательно, может иметь позитивную ценность как защитная реакция ³⁰. Но опасность совершения самоубийства все же увеличивается, когда при суровом голодании всплывают на поверхность настоящие чувства. Отчаяние может заменить еду. Такие женщины могут отказываться от жизни сознательно или неосознанно через отказ от пищи, как при нервной анорексии. В то время как тщательно выработанные пищевые ритуалы защищают страдающую анорексией девушку от ее чувств, отчаявшаяся женщина может молча решить постепенно исчезнуть из жизни с помощью голодания.

Комментарии на тему смерти (таблица 1, ряд 12)

Я жутко боюсь оказаться во власти другого человека. Иногда мною овладевает Тьма. Этот страх удерживает меня от жизни, удерживает то, что я могла бы дать.

Меня преследует страх. Может быть, это страх Дурного Глаза. Я боюсь выражать слишком сильную радость из страха, что ее отнимут у меня. Я боюсь, что что-нибудь может случиться с моими детьми.

Почти каждое утро я делаю выбор — жить или не жить.

Иногда я вынуждена бросать вызов Жизни, вплоть до ее самых крайних пределов. Я должна видеть Смерть, чтобы познать, что такое Жизнь.

³⁰ [30] Bruch H . Eating Disorders. P. 87.

Я, наверное, умру от рака. Это будет Божьим проклятием на мою голову. Смерть — это конец страданий.

Я много раз мечтала о смерти. Когда ребенок не может получить леденец, он говорит, что он вовсе и не хотел его.

Начиная с семнадцатилетнего возраста я забавлялась мыслью о самоубийстве. Только сила воли заставляет меня продолжать жить. Однажды я сдамся.

Контрольная группа

Я акцентировала внимание на ответах тучных женщин, поскольку это исследование посвящено нарушениям пищевого поведения. Конфликты женщин из контрольной группы могли бы сами по себе составить материал для интересного исследования о женщинах XX-го века. Здесь, однако, уместно провести некоторые основные сравнения.

Одним из общих факторов в обеих группах была любовь к природе как к утешительнице и восстановительнице (таблица 1, ряд 22). Помимо этого, контрольная группа разделилась на две части — на тех, у кого была позитивная мать, и тех, у кого мать была негативной. Пятнадцать женщин из контрольной группы благодаря тому, что у них была позитивная мать, любили жизнь, любили свою собственную сексуальность, и им была присуща внутренняя уверенность в своей собственной ценности. У них не было проблем в отождествлении с собственным телом. Они были способны выражать свои эмоции, особенно раздражение, в спонтанных реакциях на непосредственную ситуацию. Они разбирались со своими проблемами прямым женским способом, так сказать, с помощью инстинктивной мудрости, унаследованной ими от их матерей, что позволяло им «чувствовать», как надо правильно действовать в сложившейся ситуации. У многих тучных женщин были позитивные отношения с материами (часто до степени идентификации), но если мать не имела контакта со своей собственной женственностью, дочь наследовала негативный материнский комплекс ³¹.

Пять женщин из контрольной группы с негативным материнским комплексом составили важную подгруппу, так как их проблемы, за исключением еды, имели большое сходство с проблемами, которые встречались у тучных женщин, — особенно с теми, которые касались тела, сексуальности, женской идентичности и базового страха жизни. Как и другие женщины из контрольной группы, они говорили о наслаждении пищей как о важной части жизни, но так же, как у тучных женщин, у них было больше сложностей с соблюдением диеты. Большинство могло съедать более 1500 килокалорий в день, не набирая вес. У семи женщин из контрольной группы были проблемы с алкоголем или курением.

Тринадцать женщин из контрольной группы выражали чувство «запертости в клетку», но никогда — по отношению к своему телу. Обычно это было вызвано тем, что они не могли позволить себе быть самими собой из страха обидеть близких людей. Это утверждение предполагает, что клетка или тюрьма как-то связаны с искусственностью или условностью жизни, что часто является результатом попыток проживать проекции других людей вместо того, чтобы жить своей жизнью. Если женщина не осознает свою истинную сущность, она будет пытаться заполнить свою пустоту каким-либо суррогатом.

Таким образом, у тучных женщин мы встречаем образ тела как клетки, созданной ложными проекциями других, в то время как их собственная внутренняя пустота наполняется едой; у женщины с нормальным весом клетка менее осозаема. В обоих случаях, однако, ключ находится в руках негативного Анимуса, который может парадоксальным образом проецироваться на любимого мужчину.

³¹ [31] Связь половых гормонов с метаболизмом еще не установлена. Однако Бисон и Макдермотт в своем «Учебнике по медицине» пишут: «Связь между способностью к деторождению и ожирением и частым набором веса при менопаузе, хотя ее и трудно доказать, предполагает возможность участия женских половых гормонов в регуляции жирового обмена». (Textbook of Medicine, 1975. P. 1376.) Эту возможность неплохо учитывать при рассмотрении проблемы потери женственности при ожирении.

Очевидно одно. В тех случаях, когда мать бесспорно находилась в контакте со своей женственностью, она передала своей дочери чувство радости от того, что она — женщина, и базовое доверие к жизни. У такой женщины нет необходимости проходить анализ, потому что она может расти, проходя через различные жизненные ситуации. Она развивается *sunt natura*. В тех же случаях, когда мать негативна, дочь с самого начала сталкивается с трудностями эмоциональной регуляции и не в состоянии пройти естественный путь к зрелой женственности. Если же она приходит на анализ, она может символически разрешить те ситуации, с которыми не смогла справиться в реальности. Естественные физические процессы и их образы сознательно прорабатываются в психологическом и духовном измерении *contra naturam*.

Только если девушки разрешалось в детстве жить своей собственной жизнью, и она научилась ценить себя и свои чувства, она сможет справиться с реальностью творчески. Наследство матери и отцовского уважения по отношению к матери как к женщине очень важны для этого естественного взросления.

Выводы

В целом можно сказать, что первичное и вторичное ожирение следует различать и относиться к ним по-разному. Время и причина возникновения ожирения играют решающую роль в определении способа лечения.

Семейная история женщины, страдающей ожирением

1. Возможно, семья обращалась к еде для удовлетворения различных эмоциональных потребностей.

2. Мать обычно не осознавала свою собственную женственность, не имела контакта со своим собственным телом и сексуальностью.

3. Мать имела склонность доминировать над всей семьей, не признавала девочку как личность и проецировала свою собственную не прожитую жизнь на ребенка.

4. Вероятно, мать считала отца слабым и несостоятельным в его взаимодействии с миром.

5. Дочь могла познавать маскулинность через материнский Анимус. Таким образом развивался глубоко укорененный страх «мужского». Все спонтанные проявления жестко контролировались в семье, в результате чего у ребенка не сформировалось понимание собственного тела и он утратил контакт со своими собственными эмоциональными потребностями.

6. Не осознаваемое отвержение матерью своей собственной и дочерней женственности приводило к возникновению чувства отверженности, которое сохранилось в телесных воспоминаниях, а также к чувствам вины и неадекватности.

7. Поскольку мать была неспособна давать любовь, она могла компенсировать это едой и быть гиперопекающей.

8. Дочь была вынуждена слишком рано взять на себя материнскую роль, в результате чего она не принимает зрелую материнскую роль, предпочитая оставаться ребенком.

9. Отец был склонен давать дочери необходимое ей тепло и пищу. Путаница в тендерных ролях и границах между поколениями приводит к возникновению интенсивной связи между отцом и дочерью.

10. Разочарование отца в своей жене приводило к проецированию Анимы на дочь. Однако, по существу, он не был способен любить ее такой, какая она есть. Бессознательно она чувствовала это и занижала свою собственную самооценку. Позже ее глубоко спрятанное чувство вины и страх приведут к игнорированию требований ее собственной женственности, тем самым провоцируя отвержение, которого она так боится.

11. Дочь чувствовала, что на нее возложены надежды и мечты обоих родителей. Она так сильно старалась осуществить их, что не осознала и не осознает свой собственный внутренний потенциал.

Личностные проблемы женщины, страдающей ожирением

1. Склонна проживать жизнь в понятиях потребностей и реакций других людей. В качестве компенсации может развиться безудержное чувство собственничества. Опасность стать автоматом.

2. Убеждена, что сама по себе ничего не стоит, поэтому сверхчувствительна к отвержению.

3. Во взрослом возрасте все еще зависима от матери или отца, в то же время идет наперекор им.

4. Жизнь — отчаянный поиск своей собственной идентичности, физической и психической. Хочет чувствовать, что контроль над ее собственным телом и ее собственной жизнью находится в ее собственных руках. Без этого развивается растущее чувство отчаяния.

5. Боится социальных контактов со сверстниками, развивает чрезмерное чувство одиночества и уединенности.

6. Слабое Эго ведет к неспособности взаимодействовать с реальностью, сбегает в фантазию о царственном отце или его заместителе. Фантазии имеют тенденцию быть очень раздутыми.

7. Не осознает собственную Тень. Чувствует, что ею манипулируют, что ее приносят в жертву злые внешние силы (например, родители, дьявол, Бог), но слепа по отношению к личностной реальности зла.

8. «Пассивность» приводит ее в ужас. Нет понимания позитивной фемининной энергии. «Отказаться» для нее означает капитуляцию, трусость, потерю контроля, полное уничтожение. Не может понять «потерю жизни ради обретения жизни» как сексуально, так и духовно. От этого возникает страх сексуальности, спонтанного чувствования и оргазма.

9. Предана порядку Аполлона и дисциплине. Приходит в ужас от всего, имеющего хотя бы малейший дионисийский привкус, поэтому склонна одержимо предаться этому (например, ночная пирамида).

Страдающая от ожирения женщина и ее тело

1. Не воспринимает себя и свое тело как единое целое. Тело принимает на себя проекции Тени и переживается как зло. Сексуальность вследствие этого становится злом. Женственность и сексуальность смешиваются.

2. Неспособна воспринимать размеры собственного тела. Не знает, где она начинается или где заканчивается, физически или психически.

3. Не может распознавать свои собственные телесные функции, поэтому неправильно понимает сигналы тела, особенно «голод».

4. Ригидность в отношении чувств в результате приводит к физической ригидности и блокировке энергии.

5. Фruстрации, агрессия и неумение приспособиться к реальности находят выражение в страстном стремлении к еде.

6. Напряжение в ее теле, вне зависимости от причины его возникновения, снимается с помощью еды.

7. Переедание и ожирение могут служить защитой от психотического прорыва.

8. Не есть и быть стройной понимаются как синонимы быть хорошей, смелой, морально сильной, красивой, способной, успешной, женственной и желанной. Похудение могло бы проверить все эти фантазии.

9. Ожирение часто выражает вызов коллективным ценностям, особенно культуральному подчеркиванию худобы.

10. Фантазии о совершенстве приводят к позиции «все или ничего», которая мешает умеренной диете.

11. Огромное тело может давать чувство силы и стабильности, компенсируя недостаток

самоуверенности и чувство неадекватности.

В то время как многие из этих выводов могут быть применимы и к другим формам невротических расстройств, женщиной, страдающей от ожирения, движет ее чрезмерная озабоченность своим весом и тем, что этот фактор необходимо постоянно учитывать.

Интерпретируя эти данные, я держала в уме два вопроса. Почему одна женщина толстеет, тогда как другая остается худой? Что символизирует полнота?

При ответе на первый вопрос наиболее важно учитывать влияния генетических факторов и окружающей среды. Женщина должна честно взглянуть на своих предков и свою собственную личную историю и затем постараться действовать в гармонии с природой. По статистике у 80 % родителей с повышенным весом дети имеют лишний вес, в то время как только у 10 % будет повышен вес, если он не повышен у родителей ³². Влияние окружающей среды очень быстро проявляется себя в младенческом возрасте, и женщина должна понять, является ли то, что кажется генетическим, на самом деле таковым, или же ее родителей так же перекармливали в детстве. Толстые люди обычно происходят из семей, которые были совершенно оральными по своей жизненной ориентации. Давать пищу и принимать ее считалось огромной ценностью. Это придавало эмоциональные оттенки каждой ситуации: родители, которые не могли дать любовь, давали еду; родители, у которых было мало денег, гордились своим хорошим столом; родители, целящие культурные традиции, передавали это своим детям во время роскошных праздников; родители, подавлявшие собственную сексуальность, имели тенденцию компенсировать ее недостаток с помощью еды. Другие наслаждения, представление о которых должно было развиться по мере взросления у ребенка, страдающего ожирением, никогда не имели той же поддержки в ее психике. Однажды осознав, насколько важна для нее еда — или даже жирность, — она, возможно, смогла бы признать усиливающуюся тревогу, возникающую всякий раз, когда она отказывала себе в сладких углеводах.

Ответом на второй вопрос — «Что символизирует полнота?» — является последующий материал этой книги. Здесь достаточно сказать, что толстое тело может быть и колыбелью, и могилой. Если оно видится могилой, женщина с излившей готовностью может забросить поиски своей собственной жизненной силы, заживо погребенной внутри нее. Если у нее хватит смелости посмотреться в зеркало и реально увидеть свою темную сторону — без идентификации с ней, — она сможет увидеть свою собственную полноту символически и, таким образом, обрести объективность, которая поможет ей вынести боль осознания. Жир должен быть «помещен в огонь», чтобы дать рост. Она должна посмотреть в лицо собственной тени, чтобы найти сокровище; сознательное отношение к своему телу может дать ей возможность установить связь со своим собственным бессознательным фемининным чувством.

Вместо убегания в еду или проявления активности, продиктованной анимусом, женщина, страдающая ожирением, должна взять свой собственный крест и нести его. Для нее это значит признать противоположности и выносить боль, пока не родится воскресшее тело. Женщина с негативной матерью и позитивным отцом может быть вдвойне бессознательной. Ее задачей является освобождение своего собственного креативного маскулинного духа из колыбели пожирающей матери и в то же время — освобождение своего фемининного духа из могилы отца-Иеговы.

НЕКОТОРЫЕ ФАКТОРЫ, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО УЧИТЬ ВАС ТЕРАПЕВТУ ИЛИ АНАЛИТИКУ ЖЕНЩИНЫ, СТРАДАЮЩЕЙ ОЖИРЕНИЕМ

1. Каковы мои сознательные и бессознательные чувства по отношению к толстой женщине?

³² [32] Bray G. International Journal of Obesity 2. № 2 (1978). P. 127.

2. Могу ли я уважать эту женщину как личность и слушать, что она говорит, без предубеждения?

3. Первичное ли у нее ожирение? Если да, то смогу ли я помочь ей принять свои размеры и жить с ними счастливо?

4. В каком возрасте ее чрезмерная озабоченность едой начала препятствовать ее эмоциальному развитию?

5. Является ли ожирение частью ее жизненной модели? Развивалось ли оно постепенно? Является ли оно реакцией на какое-либо травматическое событие?

6. Могу ли я представить, как это — жить в теле, которое я не переживаю как свое собственное?

7. Могу ли я помочь ей испытать и понять чувства, заточенные в ее теле, не навязывая мои собственные интеллектуальные интерпретации?

8. Будет ли ее врач сотрудничать со мной?

9. Знает ли она, как много она съедает? Может ли она сказать правду о своих привычках в еде?

10. Страдает ли она от недостатка пищи? Связаны ли перемены в ее настроении с внезапными колебаниями в ее схеме питания?

11. Является ли еда для этой женщины формой зависимости, представляющей собой неуместную символическую потребности и/или бегство от реальности?

12. Удовлетворяет ли она с помощью пищи жизненно важные потребности? Не приведет ли на этом этапе диета к более серьезным психологическим проблемам (например, опасность суицида)?

13. Соответствуют ли реальности ее ожидания, связанные с похудением? Решит ли похудение ее психологические проблемы или же оно усилит их?

14. Является ли самодисциплина в вопросах еды свидетельством того, что женщина может жестко контролировать свои чувства? Не скрывается ли за ее тихим, сдержаным поведением и «нормальным» отношением к еде брешь в переносе?

15. Может ли она отличать фантазию от реальности? Могу ли я видеть различия между тем, что реально в ее поведении, речи, и тем, что она разыгрывает? Могу ли я сохранять свое чувство юмора?

16. Есть ли опасность психотического эпизода, если эта женщина (особенно, если она юна) похудеет?

ГЛАВА II ТЕЛО И ДУША

*Когда больны, собой мы не владеем,
И дух в плену у тела.*

Шекспир. «Король Лир»

На сегодняшний день общепризнано, что душа и тело едины и неделимы. Поэтому для психологического понимания соматических проблем ожирения необходимо краткое изучение телесного метаболизма. Исследования последних тридцати лет достаточно ясно показали, что энергетический баланс в теле зависит не только от количества потребляемых калорий и расхода энергии. В медицинских журналах содержится бесконечное количество отчетов об экспериментах, свидетельствующих о том, что необходимо учитывать и иные, психические и соматические факторы.

В силу того, что я не являюсь ни биохимиком, ни эндокринологом, я не могу обсуждать сложный баланс гормонов, ферментов и биохимические процессы энергетического обмена в теле ³³. Однако, как аналитик, работающий с очередной пациенткой, страдающей

³³ [33] Беседы с Розали Винни-Роберте, доктором медицины, помогли прояснить основные биохимические

ожирением, я знаю об ее отчуждении от собственного тела. Оно стало ее врагом. Она сидела на обезжиренной диете, диете с высоким содержанием жиров, на диете «1000 килокалорий в день» — и все без толку. Ее тело увеличивается или уменьшается в размерах в соответствии со своими собственными причудами, и она уже отчаялась понять его. Ее врач, если он не очень хорошо знаком с современными исследованиями, считает ее еще одной «толстухой», у которой не хватает силы воли, чтобы сидеть на диете, и предпочитает уделять свое внимание тем, кто, по его мнению, на самом деле нуждается в нем.

С точки зрения физиологии очень важно, чтобы женщина сама исследовала механизмы работы своего тела — ведь у ее тела есть специфические пищевые потребности, и женщина может найти для себя новый интерес в том, чтобы поэкспериментировать с едой и понять, какие продукты ее организм усваивает хорошо, а какие — плохо. Более того, я убедилась на собственном опыте, что многие женщины с ожирением относятся к интуитивному типу, их подчиненной функцией является ощущение. Их околдовывают образы их снов, и они игнорируют свое тело, в котором воплощена Тень. Такая ситуация в результате приводит к болезни или «одержимости». Это одностороннее сознание может быть скорректировано креативным подходом к телу — любовью к нему и пониманием его уникального устройства. Женщины могут страстно увлечься заботой о своем теле и, таким образом, постепенно осознать его психические проблемы.

Это неожиданное столкновение неизбежно послужит причиной конфликта противоположностей, который женщины должны разрешить, если они хотят продвинуться в своем развитии. С психологической точки зрения очень важно, чтобы женщина с ожирением посмотрела в лицо своей теневой проблеме, о которой свидетельствует ее тело. С учетом этого следует выделить ряд базовых биологических факторов, которые, насколько мы можем судить, важны для терапевтической ситуации.

Метаболизм тела

Тело — великолепно наложенная машина, запрограммированная на то, чтобы усваивать углеводы, белки и жиры.

Гипоталамус — область мозга, находящаяся прямо над гипофизарной железой и соединенная с ней, — координирует действия всех гормонов тела, включая те, которые контролируют аппетит и менструальный цикл. При снижении уровня (вискозы) в крови гипоталамус получает послание «голод»; это происходит параллельно с увеличением сокращений пустого желудка, которые воспринимаются высшими центрами мозга и интерпретируются как голод. Уровень сахара в крови должен поддерживаться в определенном диапазоне, потому что глюкоза необходима для обеспечения энергией мозга — он не может расщеплять белки или жиры. Глюкоза образуется при расщеплении углеводов и/или гликогена печени и является источником наиболее быстрого пополнения энергии любых клеток. В норме уровень сахара в крови находится в пределах 80–120 мг/100 мл. Если выпить растворенные в воде 100 г сахара, то через несколько минут он уже всасывается в кровь. В пределах получаса после этого поджелудочная железа получает послание выделить инсулин, который способствует проникновению сахара в клетки всех частей тела. Через час-полтора уровень сахара в крови начинает падать, и в течение трех-четырех часов кривая опускается до нормы.

Уровень сахара в крови поддерживается в пределах нормы благодаря гомеостатическому механизму, известному как печеночный гликогенолиз. Когда уровень сахара крови падает ниже нормы индивида, печень высвобождает глюкозу из гликогена — вещества, в форме которого хранятся углеводы. Когда запасы гликогена оказываются исчерпанными, печень начинает синтезировать глюкозу из запасов белка (этот процесс

механизмы, обсуждаемые в этой главе.

называется глюконеогенез), и таким образом сахар поступает в кровь. Аналогичным образом для получения энергии шаг за шагом расщепляются жиры. В то время как глюкоза усваивается полностью и эффективно, расщепляясь на воду и углекислый газ, жир расщепляется не полностью, со многими промежуточными метаболитами, например жирными кислотами и кетонами.

Это базовый природный процесс. Голод — это физиологическая потребность, которая должна быть в итоге удовлетворена. Однако человек, страдающий нарушениями пищевого поведения, склонен путать «голод» и «аппетит», потому что, как показывает экспериментальный материал, представленный в главе 1, пища приобрела значение, выходящее за пределы насыщения тела. Если подобная путаница происходит годами, возникает ряд физиологических изменений, в результате чего сигнал о голоде поступает раньше, чем при нормальном аппетите. Доктор Джей Тепперман, известный специалист в данной области, характеризует эти понятия так:

Голод — это осознание потребности принять пищу, и он может сопровождаться сложным рядом явлений, включая муки голода, предваряющее слюноотделение, рост поисковой активности в отношении пищи и пр. Вкратце, голод представляет собой недомогание, неприятное сочетание ощущений, которые, по мере его возрастания, приобретают невыносимый характер... Аппетит — это желание принять пищу. В отличие от голода, который появляется, когда питательные запасы тела падают ниже определенного уровня, аппетит может сохраняться и после того, как голод утолен. На аппетит сильное воздействие оказывают эмоции, присутствие или отсутствие располагающих или отвлекающих стимулов и множество других различных факторов. Насыщение — это отсутствие желания есть, появляющееся после приема пищи ³⁴.

Когда пища удовлетворяет эмоциональные потребности, насыщение или не опознается, или игнорируется физиологически. Человек, ставший зависимым от еды как от наркотика, помогающего снизить тревогу, перенести разочарование и заполнить эмоциональную пустоту, не хочет пищи, содержащей белки и жиры: он жаждет сладкого, а этот вкус характерен для углеводов. Если система нарушается вследствие длительного сверх потребления углеводов или если у индивида есть генетическая предрасположенность, инсулин становится все менее и менее эффективным, пока в конце концов не возникает диабет. При этом заболевании сахар, поступающий в организм, не всасывается клетками, а остается в крови в связи с нехваткой инсулина, поэтому уровень сахара в крови продолжает расти и остается повышенным. Корреляция между диабетом и ожирением хорошо известна, и часто у человека, страдающего ожирением, сахарная кривая похожа на диабетическую, потому что его телу требуется больше инсулина ³⁵.

Гипогликемия (слишком низкий уровень сахара крови) может быть вызвана органическими причинами, но функциональная гипогликемия обычно обусловливается чрезмерной реакцией на углеводы. Перенапряженная поджелудочная железа выделяет слишком много инсулина, и уровень сахара в крови сильно падает. Усталость и депрессия, всегда присутствующие при синдроме ожирения, имеют биохимические, а также

³⁴ [34] Tepperman J. Metabolic and Endocrine Physiology, 3th ed. P. 201.

³⁵ [35] George F. Cahill Jr. «Obesity anti the Control of fuel Metabolism». Treatment and Management of Obesity. Р. 9. В этой статье Кахилл отмечает, что «людям с избыточным весом требуется намного больше инсулина... Инсулин является важнейшим регулятором жировых клеток, сообщающим жировой клетке, когда появляется адекватное топливо, чтобы взять его и сохранить... В некоторых ситуациях, в частности при ожирении, жировым клеткам требуется больше инсулина для каждого из контролируемого им метаболического процесса. Более того, у человека с ожирением другие ткани тела также требуют больше инсулина». Для подробного изучения общего нарушения действия инсулина в тканях при ожирении см. работу; Solans L.B. «Cellularity of Adipose Tissue». Treatment and Management of Obesity. Р. 17–24.

психические причины; они являются симптомами низкого уровня сахара в крови. Углеводы на некоторое время повышают энергию и ухудшают настроение, но когда уровень сахара в крови падает, то, помимо усталости и депрессии, появляются другие симптомы — раздражительность, головокружение, головные боли, слабость и растерянность.

Некоторые современные взгляды на ожирение

Многие врачи резко осуждают современную культуру питания, сильно перегруженного сахаром и рафинированными углеводами, потому как естественное устройство тела не приспособлено для потребления этих ненатуральных продуктов. Такая структура питания, несомненно, отчасти ответственна за то, что ожирение стало одной из важнейших проблем здоровья общества. Оно сопутствует многим хроническим заболеваниям. По мнению Бисон и Макдермотт, вес 30 % американских мужчин и 40 % американских женщин превышает норму на 18 кг и более ³⁶.

Одной из причин такого положения вещей может быть недостаточная питательная ценность современной еды. В нашем высокотехнологичном обществе нам не нужно получать много калорий, как это требовалось нашим предкам-первооткрывателям, но наши потребности в белках и витаминах остаются такими же. Еда быстрого приготовления не насыщает наши тела важнейшими питательными веществами, поэтому они требуют больше калорий в попытке удовлетворить свою потребность в витаминах, минеральных веществах и белках.

В связи с тем, что в большинстве случаев при компульсивном приеме пищи происходит неконтролируемое поглощение обогащенных углеводов, а диеты с высоким содержанием белков и/или жиров часто являются эффективными, тогда как диета «1000-килокалорий-в-день» не срабатывает, наибольший интерес вызвали те диеты, которые нацелены на изменение метаболических процессов. В основном это означает, что когда запас углеводов в печени истощается, она начинает процесс глюконеогенеза, перерабатывая белки, а также работает с остальным телом, превращая жировые запасы в энергию.

Доктор Ричард Маккарнесс, психиатр, руководящий клиникой ожирения и пищевых аллергий в Бейсингстоке (Англия), считает, что ожирение может вызываться нетерпимостью или сверхчувствительностью к пище, слишком обогащенной рафинированными углеводами.

Из всех продуктов жир в последнюю очередь является источником ожирения; в отсутствие углеводов (и в меньшей степени белкой) жир разжигает огонь в теле толстого человека, мобилизует его запасы жира, а также помогает ему сжигать съедаемую им пищу более эффективно. На диете с высоким содержанием жиров вода составляет от 30 % до 50 % теряемого веса ³⁷.

Маккарнесс подчеркивает, что неспособность тучного человека усваивать углеводы вызвана «блокировкой или отклонением в цепи химических реакций, начинающихся с расщепления глюкозы, при котором высвобождается энергия и тепло» ³⁸. Он обоснованно

³⁶ [36] Beeson P.B., McDermott W. Textbook of Medicine, 14th ed. P. 1375.

³⁷ [37] Mackarness R. Eat Fat and Grow Slim. P. 43. В природе энергия может сохраняться с использованием двух различных видов соединений углерода и водорода. Одна из них — основная структура жиров, другая — основная структура углеводов. Из-за различий между химическими структурами углеводов и жиров, при расщеплении углевода выделяется 4 кал/г, в то время как при расщеплении жира — 9,4 кал/г. При запасании углеводов требуется 1,5 г воды на каждый грамм гликогена, в то время как откладывание жира предполагает лишь незначительное увеличение объемов внутриклеточной жидкости. Поэтому запасание углеводов в клетке — менее удобный способ хранения энергии, особенно если учесть, что этот «запас» владелец вынужден повсюду носить с собой.

³⁸ [38] Ibid, P. 45.

утверждает, что психические и физические механизмы, которые обуславливают тягу алкоголика к выпивке, «ничем не отличаются от тех, которые побуждают тучных углеводозависимых... переедать мучного и сладкого. И то и другое — формы зависимости»³⁹. В то время как белки и жиры не вызывают зависимости, крахмалы и сахара, особенно рафинированные и обогащенные, имеют тенденцию провоцировать компульсивное переедание⁴⁰.

Недавнее исследование Маккарнесса подтолкнуло его к изучению роли аллергии и возникновении психических заболеваний. В работе «Не все идет из головы» он предполагает, что многие болезни, считавшиеся психосоматическими, на самом деле являются «соматопсихическими и имеют аллергическую, а не эмоциональную основу»⁴¹. Коротко говоря, он указывает на то, что изначально нервная система человека строилась не на крахмале и сахаре, поэтому человек XX века, основывающий свой рацион на рафинированных углеводах, провоцирует «неадекватное строение и нарушения мозга и нервов»⁴².

Два американских врача, Э. Чераскин и В.М. Рингсдорф, проводивших подобное исследование, пишут в своей книге «Психодиета», что давление современного общества предъявляет все увеличивающиеся требования к телу, как физические, так и психические, но рацион современного человека недостаточно сбалансирован, чтобы выдерживать стресс. «Частая смена диеты приводит к эмоциональному банкротству... Питание по типу "сегодня так, а завтра эдак" нарушает функционирование мозга, разум становится метаболически безумным»⁴³. Они также подчеркивают утомление поджелудочной железы, вызванное беспрерывными нагрузками на нее в связи с потреблением рафинированных углеводов. «Чем больше съедается сладкого, тем больше вырабатывается инсулина, тем ниже опускается уровень сахара в крови, тем больше нужда в сахаре... Таким образом, формируется замкнутый цикл»⁴⁴. Они пытаются убедить людей отказаться от аддиктивного потребления пищи, вызывающего физические и психические болезни, и вернуться к естественной структуре питания⁴⁵.

Книга «Революционная диета доктора Аткинса» была распродана тиражом более 4 миллионов экземпляров — количество, которое само по себе показывает масштабы проблемы и озабоченности ею. Обещая своим читателям, что на его диете с высоким уровнем жиров/высоким уровнем белков не будут голодать, доктор Аткинс утверждает:

³⁹ [39] Ibid, P. 108.

⁴⁰ [40] Salans в работе «Cellularity of Adipose Tissues (см. сноска к гл. 1) указывает, что у людей с ожирением были обнаружены многие клеточные аномалии, но также было доказано, что они обратимы при потере веса. Поэтому размышления сконцентрированы на вероятности того, что «нарушенный обмен веществ пациента с ожирением может быть как-то объяснен сопротивлением усвоению глюкозы в жировых клетках».

⁴¹ [41] Mackarniess R. Not all in the mind. P. 38.

⁴² [42] Ibid. P. 41.

⁴³ [43] Cheraskin E., Ringsdorf Jr. W.M. Psychodietetics. P. 31.

⁴⁴ [44] Ibid. P. 73.

⁴⁵ [45] В подтверждение этой теории, в *International Journal of Obesity*, 2, № 2 (1978), р. 106–107, отмечается, что «синдром гипоталамического ожирения хорошо признан и клинически, и экспериментально... наиболее важная аномалия при этом синдроме — увеличение концентрации инсулина».

Стресс, тревога и эмоциональное напряжение часто приводят к тому, что люди, чувствительные к углеводам, начинают толстеть... Когда мы напряжены, наши тела расходуют адреналин. А адреналин поднимает уровень сахара в крови. Это, в свою очередь, вызывает приток инсулина, так что уровень сахара в крови в итоге падает ниже, чем он был вначале. Именно в этой низшей точке мы едим и пьем для того, чтобы пополнить запас энергии, успокоиться, отдохнуть и избавиться от страхов, злости и напряжения. Сочетание белков и жиров способно стабилизировать выработку инсулина... В отличие от углеводов, они не так сильно влияют на уровень сахара в крови и тем самым не вызывают притока инсулина⁴⁶.

Автор также считает, что кофеин, содержащийся в чае, а также кофе и безалкогольные напитки очень вредны, поскольку что они приводят к излишней выработке инсулина.

Как стресс влияет на ожирение

Доктор Маккарнесс в своих исследованиях стресса во многом опирался на теорию доктора Ганса Селье. В работе «Стресс без дистресса» Селье приходит к выводу, что стадии адаптации к стрессу удивительно схожи *вне зависимости от природы стресса*. Из экспериментов с животными стало очевидным, что «ряд изменений в органе, вызываемый токсичными веществами, также появлялся из-за холода, жары, инфекций, травмы, кровотечения, нервного раздражения и других стимулов»⁴⁷. При вскрытии у всех животных были обнаружены увеличение и изменение цвета надпочечников, уменьшение (сжатие) вилочковой железы и кровоточащие язвы в слизистой оболочке желудка. Их реакция на стресс разворачивалась по идентичной схеме:

(1) реакция тревоги, во время которой выделение гипофизом АКТГ ускоряет гормональную перестройку в ответ на стресс; (2) стадия адаптации или сопротивления, во время которой физиологический гомеостаз поддерживается в условиях стресса; (3) и, наконец, стадия истощения, во время которой перенапряженные железы уже не могут продолжать работать далее⁴⁸.

Селье обнаружил, что стресс можно выдерживать настолько долго, насколько позволяет продолжительность периода сопротивления, зависящая от адаптивных возможностей тела и от интенсивности стресса. Физиологические и психологические отклонения могут препятствовать процессу адаптации. Несмотря на то, что для выводов Селье существуют исключения и еще не все гормональные связи поняты до конца, интерес исследователей к заболеванию с точки зрения реакции тревоги и адаптации все увеличивается.

Уделяя особое внимание стрессу, вызываемому пищевой аллергией, Маккарнесс отмечает, что у пациента могут возникать умственное замешательство, выводящая из строя усталость, головные боли, боли в животе, отечность и высыпания на коже. Обычно

⁴⁶ [46] Atkins R.C . Dr. Atkins' Diet Revolution. P. 61. Метаболическая перестройка, происходящая во время диеты доктора Аткинса, может основываться на гормоне, который обсуждался Л. Левиным (*Levin L . Science News Letter*, 5 мая 1951). Левин докладывал о «новом гормоне гипотоламо-гипофизарной системы, который, как кажется, действует прямо, а не через железы надпочечников (как делает АКТГ). Он выключает механизм тела по приведению в движение жира, а выработка нового гормона запускается наличием в крови кортизола». «Совет по продовольствию и питанию», давая отчет об этой диете, утверждает, что Аткинс предполагает, что на кетогенной низкоуглеводной диете можно есть в неограниченных количествах, не набирая вес, но научно приемлемых доказательств, подтверждающих это заявление, нет (Council of Food and Nutrition, Yang and von Itallie, 1976).

⁴⁷ [47] Selye H. Stress Without Distress. P. 25.

⁴⁸ [48] Dunbar F. Mind and Body. P.264.

симптомы сопровождаются сильной тягой к пище, или напиткам, или сигаретам как средством положить конец внутреннему напряжению⁴⁹.

Стрессовая ситуация для девочки с первичным ожирением замыкается в порочный круг; она старается избавиться от своей тревоги с помощью еды и в результате становится еще толще. Как и многие дети, она считает, что она одинока, отвержена. Ее представления, однако, вполне обоснованы, так как она живет в обществе, в котором красивыми считаются худые люди, поэтому ее невысоко оценивают сверстники и даже взрослые.

В подростковом возрасте ее поврежденная личность сталкивается с еще более сложными проблемами, потому что в нашем обществе сексуальность и женственность имеют тенденцию ассоциироваться с худобой. Адаптация такой девочки к взрослой жизни происходит с опорой на опыт многих лет одиночества, в то время как ее сверстнице с вторичным ожирением приходится бороться с изменением отношения к своему окружению, к своему собственному образу тела и другому набору жировых клеток. Таким образом, фактор стресса необходимо рассматривать с двух различных точек зрения и на двух различных уровнях интенсивности.

Приведенная ниже таблица иллюстрирует два разных типа развития: один — при первичном, второй — при вторичном ожирении. Фактор стресса является решающим — физиологически и психологически — для обоих типов, но его варианты должны учитываться в терапии.

Работа Селье продолжила исследования доктора Уолтера Кэннона, чьи эксперименты начала XX столетия заложили основу для изучения адаптивных изменений в теле, необходимых для поддержания жизни во время стресса. Хотя в его работе не исследовалась роль гипофиза или коры надпочечников, что было проделано в современных исследованиях, его данные, тем не менее, признаются современной медициной. В связи с тем что наш анализ комплексов индивидов, страдающих ожирением, указывает на характерное для них почти что хроническое состояние страха и подавленной агрессии, для понимания телесной патологии, которая может возникать вследствие этого, могут быть полезны выводы, которые делает Кэннон в работе «Телесные изменения при боли, голоде, страхе и гневе». После тщательных экспериментов с животными Кэннон заключает:

Различия в факторах стресса при первичном и вторичном ожирении

Ощущение небезопасности или потребность в любви может развиться в любом возрасте. Если незрелая личность не может совладать с собственными потребностями, возникает тревога. Если с раннего возраста еда воспринимается как утешение, поддержка, индивид почти наверняка будет набирать вес

(Тоже только как текст:

Первичное (эндогенное)

1. Гиперцеллюлярность и ожирение в раннем детстве
2. Гиперцеллюлярность необратима, поэтому очень трудно поддерживать вес после снижения

3. Сверхизбалованность и гиперопека ребенка могут быть результатом глубинного неприятия со стороны родителей, которое ребенок бессознательно чувствует
4. Застенчивая, зависимая, угодливая личность; часто очень близкие отношения с одним из родителей

5. Ребенок ощущает свое социальное уродство с самого начала. Страх насмешек и издевок, страх быть отвергнутым, страх перед жизнью. Постепенный уход от реальности
6. Базовая эмоциональная небезопасность. Незрелое Эго, часто в бессознательном.

⁴⁹ [49] Mackarness R. Not all in the mind. P. 108.

Легко переходит к регрессивным формам поведения. Пытается держаться за старые идеалы, ригидные структуры

7. Застывшие чувства. Ребенок не может взросльеть. Неспособность адаптироваться к новым ситуациям.

8. Чувство пассивной беспомощности, сменяющееся агрессивными импульсами. Попытка поддерживать видимость силы и зрелости. Амбивалентность — стремление к власти, стремление к любви

9. Ребенок ест, бессознательно компенсируя эмоциональные трудности

10. К подростковому возрасту еда приобретает обсессивную силу

11. Тучное тело делает переход к фемининной зрелости практически невозможным. Отчуждение возрастает

12. К взрослому возрасту пагубные привычки укореняются. Эндокринные нарушения могут стать патологичными из-за хронического страха и телесной жажды. Коррекция становится очень трудной и по физиологическим, и по психическим причинам

13. Диеты могут оказываться неэффективными. Растущее ощущение тщетности усилий, бесполезности и отчаяния

14. «Гормональный статус очень полных пациентов заметно отклоняется от нормы, во многих отношениях он более схож со статусом пациенток с нервной анорексией, чем здоровых женщин»⁵⁰

15. Естественная продолжительность жизни, если только ожирение не приобретает патологический характер

Вторичное (экзогенное)

1. Нормальное количество жировых клеток. Нормальное тело в детстве

2. Нормальное количество жировых клеток, которые могут быть уменьшены в размере с помощью разумной диеты, если это будет необходимо

3. Ребенка любят и позволяют ему развиваться естественно; он испытывает базовое чувство безопасности

4. Ребенку дают возможность расти в его собственном пространстве

5. Ребенок растет как член группы. Может заниматься спортом, ходить на танцы, участвовать в развлекательных мероприятиях

6. Юное Эго стремится к развитию, естественно приспосабливается к новым ситуациям

7. Отсутствует болезненный эмоциональный конфликт. Способность принимать решения без стресса.)

Ощущение небезопасности или потребность в любви может развиться в любом возрасте. Если незрелая личность не может совладать с собственными потребностями, возникает тревога. Если с раннего возраста еда воспринимается как утешение, поддержка, индивид почти наверняка будет набирать вес

8. Растущая уверенность по отношению к своему телу, к созревающему Эго, к социальным ситуациям

9. Еда является частью жизни

10. Еда — часть развлечений подростка

11. Нормальная девушка гордится своим телом, наслаждается общением с мужчинами

12. Во взрослом возрасте, при прочих равных, женщина набирает вес из-за того, что ест слишком много вредной для здоровья пищи, недостаточно занимается спортом. Коррекция привычек позволяет решить проблему

13. Снижение веса порождает чувства самоуважения и обновления

14. Женщине не приходится сталкиваться с серьезными гормональными трудностями, если только не задействованы дополнительные факторы или если ожирение не имеет

50 [50] Crisp A.H. Some Aspects of the Relationship between Body Weight and Sexual Behaviour with Particular Reference to Massive Obesity and Anorexia Nervosa. International Journal of Obesity, 2, № 1 (1978). P. 19.

длительной истории

15. Укороченная продолжительность жизни. Большие проблемы с заболеваниями, иногда связанными с ожирением, гипертензией, артериосклерозом и пр.)

[Получено] ясное доказательство того, что при боли и глубоких эмоциях железы на самом деле выбрасывают избыток адренина [как он его тогда называл] ⁵¹ в циркулирующий кровяной поток ⁵².

[Адренин] способен воздействовать сам по себе или усиливать нервные воздействия, вызывающие те самые изменения во внутренних органах, которые сопровождают страдание и основные эмоции ⁵³.

Эти изменения внутренних органов, происходящие в результате симпатической стимуляции, таковы: учащение сердцебиения, сужение артерий (сосудов), расширение бронхиол, увеличение количества сахара в крови, подавление активности пищеварительных желез, торможение желудочно-кишечной перистальтики, потоотделение, выделение адреналина, расширение зрачков и поднятие волос ⁵⁴.

Эти изменения появляются при эмоциональных состояниях страха и ярости, так же как и при физических состояниях жара и переохлаждения. Более того, когда животное готовится к бегству или нападению, мышцы стенок живота и диафрагмы произвольно и антагонистично сокращаются, тем самым укрепляя туловище для поддержки передних лап, используемых для обороны; увеличение в результате этого кровяного давления внутри живота приводит к выталкиванию крови из этой области. Кровь перераспределяется в теле таким образом, что в то время, пока абдоминальные органы временно лишаются полноценного кровоснабжения, сердце, легкие, мышцы и центральная нервная система хорошо снабжаются кровью. Накапливая дополнительный сахар в крови для пополнения источника мышечной энергии, тело готовится к чрезмерному напряжению. Именно во время такого физического кризиса происходит переедание. Ясно, что природа не может руководить человеком, который настолько отдален от своих инстинктов, что по привычке ест, когда все телесные процессы включены для борьбы или бегства, а не для правильного усвоения пищи.

Ни одна из этих телесных реакций в момент боли или интенсивной эмоции не продиктована волей. Эти спонтанные реакции нашей нервной системы, сформировавшиеся в ходе долгой эволюции, помогали нам выжить в те моменты, когда мы инстинктивно готовились драться или убежать. Обычно в этих реакциях нет потребности, но если необходимо, то тело готово извергнуть потоки энергии. Бурные эмоции вызывают такие же бурные телесные реакции. В том случае, если физические реакции на эмоции и боль не переходят в действие, излишний адреналин и сахар в крови могут вызвать патологические последствия ⁵⁵.

Кэннон развел свою теорию, указав, что человек отличается от животных сильно развитыми полушариями головного мозга. В процессе эволюции эти мозговые структуры

⁵¹ [51] В свете современных знаний адреналин представляет собой смесь гормонов надпочечников и коры надпочечников.

⁵² [52] Cannon W. Bodily Changes in Pain, Hunger, Fear and Rage. P. 63.

⁵³ [53] Ibid. P. 63–64.

⁵⁴ [54] Ibid. P. 351.

⁵⁵ [55] Ibid. P. 194–205. Если уровень сахара в крови не падает ниже физиологической нормы, излишний адреналин не выделяется.

были добавлены, или как бы наращены, на ствол мозга, который мало чем отличается от того же органа у высших позвоночных. Кэннон пришел к следующему заключению:

Нервные центры, отвечающие за проявления ярости (и других примитивных реакций) в движениях тел, и в изменениях во внутренних органах, расположены в древней области мозга — таламусе. Эта область отличается от коры головного мозга, в которой постоянно возникают новые способы адаптации к внешнему миру. Вместо этого здесь, как и в спинном мозге, находятся более простые механизмы, отвечающие за упорядоченные движения, и стимуляция этой области вызывает фиксированные и однообразные рефлекторные ответы

56.

Кора головного мозга не может ни вызвать, ни предотвратить эти бурные процессы таламуса, которые обусловливают изменения, характерные для сильного возбуждения. *Когда эмоция подавлена, она подавляется только в своем внешнем проявлении.* Если торможение на мгновение снято, подкорковые нейроны — нейроны, не находящиеся под непосредственным контролем сознания, — перехватывают контроль и побуждают индивида к архаическим реакциям.

Эти процессы, проходящие в глубине древней части мозга, могут серьезно влиять на тело, вызывая патологические нарушения. Внутренние органы невозможна сознательно контролировать; более того, на них влияют процессы, связанные с чувствами и эмоциями. Эмоциональная реакция обладает многими характеристиками рефлекторного ответа; если стимул игнорируется, она может продолжаться неосознанно, пока не приведет к патологическому состоянию, или может совсем перестать появляться. В связи с тем что память сохраняется в теле, даже ассоциации могут возобновить исходное воздействие, которое, хотя и менее сильное, все же оказывает влияние на сенсибилизированную группу соответствующих нейронов. Более того, как доказал Павлов, взаимодействующие стимулы могут начать формирование рефлекторного действия в коре головного мозга так, что за счет расширенных связей эмоциональные реакции начинают подчиняться все возрастающему количеству условных стимулов, пока не возникнет очень сложное аффективное поведение.

Если телесные функции постоянно выводятся из равновесия сильными эмоциональными реакциями, то изначальные стимулы, запускающие эти реакции, все-таки продолжают существовать, осознаваемо или неосознаваемо. Это происходит или потому, что они не исчезают естественным образом при завершении эмоционального импульса, или потому, что повторно возникают тогда, когда завершение импульса становится невозможным из-за воспоминаний, ужаса или раскаяния, угрызений совести, поддерживающих эту реакцию.

Повторяющиеся эмоции, запускающие нервные импульсы, могут приводить к катастрофическим последствиям в организме. В связи с тем что кора головного мозга не контролирует функции внутренних органов, разум не может приостановить учащенный пульс, заставить его биться по-другому. И точно так же разум не способен заполнить душевную пустоту.

В чем состоит значимость работы Кэннона для нашего понимания ожирения? Неоднократно при выполнении Ассоциативного теста женщины, страдающие ожирением, особенно первичным, выражали всеохватывающее чувство поражения — чувство, что они находятся во власти некоей таинственной демонической силы, которой они совершенно не могут управлять. Судьба против них, и лучшее, что они могут сделать, — принять свое поражение и стараться прожить жизнь, насколько возможно, полно, несмотря на тьму, угрожающую поглотить их.

Кэннон в своих выводах предлагает физиологическое объяснение этого демона. Эта демоническая сила проявляется в снах таких женщин — в виде змей или доисторических

56 [56] Ibid. P. 247.

животных, превратившихся в демонов по причине сильнейшей ярости из-за волиющей нечувствительности к их потребностям. Змея, дух в теле, жестоко реагирует на стресс современной запограммированной жизни. Ее ритм — не бесконечное тиканье, тиканье, тиканье часов, не беспрерывная работа, работа, работа машины, не слепой успех, успех, успех общества. Она не желает принимать ригидное коллективное сознание, и рано или поздно она вынудит Это признать ее гнев против насилиственной рациональной дисциплины. Она преодолеет ограничения времени, даже если это потребует смерти.

Патологические эффекты страха и ярости

Хелен (51 год, 5,5 футов, вес 180 фунтов ⁵⁷) — одна из участниц нашего исследования, страдавшая первичным ожирением. Она была «красивым» 10-фунтовым ⁵⁸ младенцем, старшим ребенком хорошо образованных родителей из среднего класса. Она всегда подозревала, что они бы предпочли сына, но она не была явно нежеланной. Ее отец, мягкий, душевный, идеалистичный архитектор, нашел в своей растущей дочери понимание и преданность, которых не могла ему дать его энергичная, доминирующая жена. С самого начала Хелен прилагала усилия, чтобы быть достойной его любви; она была его идеальным компаньоном, идеальной ученицей, его идеальной маленькой женщиной. Хотя она боялась своей матери, она вспоминала детские годы как рай.

В школе начались неприятности. Хелен учились гораздо лучше своих сверстников, но эмоционально не могла переносить суматошный, беспорядочный мир детей. Испуганная и одинокая, она впервые услышала насмешливые выкрики: «Толстая, толстая, два на четыре / Не может пройти сквозь дверь в квартире». Она впервые поняла, что является «социально безобразной». Ее гиперсензитивность приводила к тому, что она, не в силах сдержаться, начинала плакать от отчаяния на школьном дворе, когда в очередной раз ее не принимали в игру. Она чувствовала стыд своей матери, когда они ходили покупать одежду, и слышала ее печальные оправдания: «Я не понимаю, в чем дело. Она ест не так уж много».

«Я никогда не знала, откуда последует удар», — говорила Хелен.

Я просто старалась быть как можно более тихой и прилежной, чтобы не привлекать к себе внимания. Я жила в своем собственном мире фантазий. Однажды я ударила девочку за то, что она дразнила меня, и затем я так сильно разозлилась, что, не помня себя, стукнула ее об забор. Это напугало меня.

Когда ей было двенадцать, отец не смог больше терпеть доминирование матери и оставил семью, а Хелен пришлось заботиться о двух своих младших сестренках, пока мать была на работе.

Я выполняла приказы матери. Я холила по магазинам. Я готовила. Я чувствовала себя значимой. Я была нужна. Мне до сих пор важно быть нужной. Я изучала кулинарные книги, чтобы стать великолепной кухаркой. Меня хвалили. Мне до сих пор нужна похвала.

Модели страха и ярости глубоко укоренились у Хелен к возрасту семи лет. Ее сверхчувствительная натура реагировала полнейшим ужасом на внешний мир, подвергавший ее нападкам из-за ее телосложения; ее страх быть отвергнутой компенсировался за счет жажды власти. К возрасту четырнадцати лет ее метаболизм был уже настолько нарушен, что ей выписали лекарства для щитовидной железы, от которых она до сих пор зависит, и, несмотря на это, ей всегда холодно, и она постоянно чувствует усталость.

Пубертатный период и подростковый возраст были для нее адом. Начало менструаций

⁵⁷ [57] 1 м 68 см. 82 кг.

⁵⁸ [58] 4,536 кг.

стало для нее шоком, а отношение матери лишь усилило ее чувства ужаса и вины. Она прекрасно училась в школе, но с мальчиками у нее не было никаких отношений. Она идеализировала на расстоянии директора школы и тайно грезила о нем. «Если бы я не была толстой, Грэм полюбил бы меня». Ее полнота мешало ей получать какую бы то ни было радость от жизни, при этом она не понимала, что за этим кроются и более глубокие проблемы. Одним из ее увлечений стали танцы, но после нескольких занятий у стойки она переключилась на написание любовной лирики, а также стала печь пироги для танцевальных вечеров. Иногда ребята по дороге домой заходили к ней попробовать ее пироги. «Я была тряпкой для вытирания ног, — рассказывала она. — Я бы сделала все, чтобы завоевать их любовь». В университете она пыталась сидеть на диете, жила на протеине, но оставалась толстой и в итоге оставила попытки стать красивой.

Со временем я просто не могла это больше выносить. Я научилась откалывать шуточки на свой счет до того, как кто-нибудь другой успевал это сделать. Я научилась смеяться над собой, но это не спасало от депрессии. Я была аутсайдером. Я стала замкнутой, немногословной, упрямой мятежницей, бунтаркой. Я имела свою собственную точку зрения и знала, что буду ее отстаивать, а весь остальной мир может провалиться.

Сознательная установка Хелен на силу и превосходство никогда не достигала той части ее мозга, которую Кэннон называл «древней». Ее организм по-прежнему реагирует на любые стимулы по модели борьбы/бегства, и она чувствует себя жертвой демона, против которого она беспомощна. Двадцать лет она потребляла по 900 килокалорий в день (за исключением нескольких периодов переедания и постов), но весы упорно показывали этот «чертов» вес. Ее бездетный брак закончился разводом через пять лет, когда она устала заботиться о своем зависимом муже. Она пользуется большим уважением в своей профессиональной сфере; у нее самоуверенная, спокойная, счастливая Персона.

Ее существованием, однако, руководит инфантильный паттерн страха/гнева. Она не может приспособиться к миру взрослых. Каждое утро начинается с подзарядки адреналином, когда она встает на весы. Каждая социальная ситуация, связанная с едой, несет в себе страх, что она потеряет ригидный самоконтроль, страх оказаться отвергнутой мужчинами и гнев, направленный против молчаливого презрения худых женщин. Ее строгая диета привела к тому, что у нее возникла аллергия на яйца, творог, молоко, кофе и чай. Ее гардероб составляют платья от 14 до 18 размеров ⁵⁹, потому что она никогда не знает, какого размера она может быть в день вечеринки.

Я смотрюсь в зеркало, но я не вижу себя такой, какая я есть: если я в депрессии, я вижу только мое огромное уродство. Если я счастлива, я думаю, что выгляжу не хуже других. У меня красивое лицо и ухоженные руки; остальное я тщательно прикрываю, насколько возможно.

Но забытое женское тело берет свой реванш.

Иногда мне хочется вспылить в разговоре. Я чувствую себя оскорбленной. Я хочу вскочить, или вопить, или пить, или танцевать. Ни я ничего не говорю. Затем я чувствую, как мой ремень становится туже, и я знаю, что оно здесь. Черное Нечто. Мое тело разбухает, раздувается, и мне надо скорее идти домой. И я ничего не могу с этим поделать. Иногда я думаю, что у меня больше нет сил пытаться. Но затем я понимаю, что может случиться, если я перестану. Иногда я просто мечтаю о свободе. Умереть, забыться — и покончить с этой невыносимой душевной болью.

⁵⁹ [59] 50–54 российские размеры.

Тело Хелен раз за разом повторяет архаические паттерны. Ее страх и ее ярость/гнев физически подготавливают ее к нападению, но эти импульсы остаются неотреагированными, и патологические последствия очевидны. Она околдovана физически и психически.

Психология такой женщины, как Хелен, в период детства и подросткового возраста очень сходна с психологией девушки, страдающей анорексией, какими бы различными ни были физические симптомы. При обеих патологиях девушки скованы, слишком уступчивы, они слишком жаждут соответствовать ожиданиям родителей, даже реализовать их не прожитые жизни. Лишенные возможности следовать своим собственным желаниям в детстве, они, в конце концов, восстают, бунтуют и начинают проявлять склонность к упрямству и высокомерию. Те и другие жаждут контроля и стремятся обрести его посредством отказа от пищи. Их одержимость проявляется в форме циклических, регулярных периодов голодания и переедания. Аноретичка учится завоевывать внимание и восхищение путем потери веса. Она радуется своей собственной силе духа, превращаясь в обтянутый кожей скелет, и чувствует себя более желанной в обществе. Сидящая на диетах толстая девушка-подросток приходит в уныние из-за того, что ей не удается похудеть, она то объедается, то голодает, и учится воспринимать себя как безобразную, малодушную, трусливую неудачницу в глазах своей семьи и сверстников. Ее жизни ничто не угрожает, в то время как ее ровесница, страдающая анорексией, может умереть, но она живет без надежды, разрушаемая глубоким чувством собственной моральной неполноты и абсолютного поражения.

Не следует недооценивать желание смерти у индивидов с первичным ожирением. Это другая сторона неистового желания жизни, сексуальности, всех дионаисийских страсти, для которых созданы их мощные тела, но в которых им отказано этим обществом. Периодические приступы переедания представляют собой архаическое выражение их демонстративного неповиновения аполлонийской дисциплине, которую они вынуждены соблюдать день за днем. Очень важно отметить, что две женщины из группы с первичным ожирением, которые выглядели здоровыми и полными жизни, когда мы проводили исследование пять лет назад, умерли от рака женских органов. В обоих случаях ожирению сопутствовала неспособность устанавливать связь со своей собственной фемининностью. Обе принадлежали к интуитивному типу, отличались умом и были сверхчувствительными. В ретроспективе их высказывания звучат особенно горько:

Я знаю только то, что я была худой, когда надеялась, и была толстой, когда была в отчаянии.

Я ем и набираю вес, и я больше не чувствую напряжения. Теперь я толстая, но неудовлетворенная. Я ловлю себя на том, что снова мечтаю о муках, диеты, о страдании духа, потому что в этом состоянии я чувствую, что расту. Я чувствую себя виноватой, пребывая в этом мертвом, толстом состоянии. Должен же быть какой-то способ быть худой и не испытывать при этом мук излишнего самоконтроля. Это нездороно — желать возвращения страданий, чтобы почувствовать себя живой.

Обе чувствовали себя жертвами «Черного Нечто» — того отчаяния, символом которого явилась их полнота. Неизвестный демон, владеющий ими всю жизнь за счет их ожирения, в конце концов показал свое истинное лицо в их заболевании раком.

Расселл А. Локхарт в работе «Рак в Мифе и во Сне» пишет:

Возможно, ни в одном другом случае индивид так не переживает, не чувствует столь глубоко значение слова «автономный», как в случае рака, атакующего, захватывающего его и пожирающего его жизнь. При этом заболевании индивид противостоит истинному Другому, могущественной божественной силе, угрожающей всему его существованию... Я считаю, что определенные формы рака связаны с некоей отвергнутой, лишенной заботы или разрушенной частью самости индивида; соответствуют чему-то тому, чему в психике

человека и его теле не было позволено жить, не было позволено расти. Рак проживает жизнь чего-то не прожитого ⁶⁰.

В той же статье он цитирует Юнга:

Я на самом деле видел случаи, в которых карцинома возникала тогда... когда человек останавливался в некоторой важной точке своей индивидуации или не мог преодолеть препятствие. К сожалению, за него этого никто не может сделать, и заставить его нельзя. Должен начаться процесс внутреннего роста, и, если сама природа не проявит эту спонтанную творческую активность, исход может быть только фатальным... В конечном счете мы все где-то застреваем, так как все мы смертны и всегда остаемся лишь частью того, что мы есть в целом. Целостность, которой мы можем достичь, очень относительна ⁶¹.

В тех случаях, когда тело переживается как помеха, как препятствие, которое невозможно преодолеть, а «спонтанная творческая активность» оторвана от природы, психика вынуждена нести неизбежно фатальное бремя.

Клинические подходы к ожирению

Новаторские работы Кэннона были продолжены специалистами, обнаружившими, насколько сложно организовано гомеостатическое равновесие. В работе «Эмоции и телесные изменения» д-р Фландерс Данбар подытоживает клинические исследования и делает вывод:

Мы выяснили, что эндокринно-гормональная система работает как транслятор, переводчик ритма нервной системы в ритм метаболизма и наоборот... Повторные исследования доказали, что по замыслу природы любые эмоции немедленно приводить к физической активности, и когда этого не происходит, в кровь попадают отправляющие вещества... Когда причина, изначально вызвавшая это состояние тревоги, устранена, физическое состояние могут успешно лечить бактериологи и эндокринологи ⁶².

Исследователи склонны соглашаться, что, хотя эндокринная дисфункция не вызывает неврозы или психозы, она реально усиливает конституциональные предрасположенности к ним. Эндокринологическое лечение — всего лишь выщипывание ботвы сорняков, без удаления корней. Чем раньше вырвать корни, тем меньше опасность появления постоянного органического или психического дефекта. Затянувшийся конфликт приводит к стойкому нарушению эндокринной секреции, которое может вызвать вторичные патологические изменения в органах. Только относительно свободная от конфликтов личность будет иметь гармоничный метаболический гомеостаз.

Многие исследования фокусировались на пищевых привычках больных ожирением. Исследователи медицинского колледжа в Вермонте в 1971 г. предприняли попытку изучить ожирение, обратившись с просьбой к студентам-добровольцам с нормальным весом намеренно переедать. Они обнаружили, что эти студенты с трудом смогли набрать 10 % от своего веса и при этом степень их активности не изменялась. Для продолжения своего исследования они решили пригласить добровольцев из тюрьмы штата, которые могли оставаться физически неактивными и за счет этого набрать больший вес. Это исследование

⁶⁰ [60]Lockhart R.A. Cancer in Myth and Dream. Spring 1977. P. 1–2.

⁶¹ [61] Из письма К.Г. Юнга своему двоюродному брату Рудольфу Юнгу, 11 мая, 1956. В: *Jung C.G. Letters*, 2. P. 297.

⁶² [62]Dunbar F. Emotions and Bodily Changes. P. 260 и 232.

показало, что набор веса зависит не только от самодисциплины, но причина скорее кроется в «глубоко спрятанной и часто наследственной проблеме психологической контроля»⁶³. В связи с тем что все эти добровольцы сбросили свой набранный вес так же быстро, как люди с ожирением его набирают вновь, учеными был сделан следующий вывод:

Наследственное заболевание ожирением может быть связано с серьезным нарушением работы ЦНС. Это может быть результатом слишком интенсивной работы тех механизмов, которые обеспечивают нас запасом энергии. Это было необходимо для выживания наших далеких предков, но для нас в нашем изобильном обществе их интенсивная работа становится источником неприятностей⁶⁴.

Один из наиболее убедительных выводов из этого исследования — «непроизвольно потолстевшим людям требуется почти в два раза меньше калорий для поддержания состояния ожирения, чем для исследованных добровольцев»⁶⁵.

На основе своих исследований доктор Ричард Нисбетт делает предположение, что у многих людей с «лишним весом», соблюдающим диету, чтобы соответствовать медицинским стандартам, на самом деле вес недостаточен, и они постоянно испытывают голод. Далее он показывает, что у животного, лишенного пищи в течение семи дней, происходит определенное функциональное нарушение в области вентромедиального гипоталамуса. Это нарушение приводит к тому, что животное начинает есть больше и быстрее, слишком остро реагировать на еду, оно становится намного более пугливым и подверженным вспышкам ярости, чем нормальное животное, и у него снижаются двигательная активность и сексуальность. Он делает вывод: «Параллели между голодом и поведением человека с ожирением представляются слишком выраженным, чтобы быть просто случайными»⁶⁶. Но, тем не менее, сложная система функциональных процессов в мозгу, образующих т. н. «аппестат»⁶⁷, до сих пор остается загадкой.

Этого краткого обзора вполне достаточно, чтобы показать всю сложность проблемы и многообразие посвященных ей исследований. Дж. Тепперман с уверенностью предсказывает, что уже совсем скоро к ожирению будут относиться как к такому же симпту, как повышению давления или температуры, и будет возможно относить пациентов с ожирением к различным патофизиологическим группам. «Наиболее впечатляющий факт, полученный нами в ходе эксперимента, — это разнообразие причин, по которым животные толстеют»⁶⁸.

Представления Юнга о психике и теле

Возвращаясь от новаторской работы Кэннона к работе Юнга, можно увидеть, что, пока Кэннон изучал непроизвольные физиологические реакции на страх и гнев, Юнг исследовал психологические реакции на сильные эмоции в Ассоциативном эксперименте. Оба учёных доказывали существование у индивида двух систем: произвольной и автономной. Однако

⁶³ [63] Sims E.A.H. Studies in Human Hyperfagia. Treatment and Management of Obesity. P. 35.

⁶⁴ [64] Ibid. P. 42.

⁶⁵ [65] Tepperman J. Metabolic and Endocrine Physiology. P. 219.

⁶⁶ [66] Nisbett R. Starvation and the Behavior of the Obese. Treatment and Management of Obesity. P. 54.

⁶⁷ [67] Аппестат (*appestat*) — центр головного мозга, осуществляющий контроль за количеством потребляемой пищи. — Прим. ред.

⁶⁸ [68] Tepperman J. Metabolic and Endocrine Physiology. P. 215.

Юнг пришел к определенным заключениям, которые придали работе Кэннона телеологический смысл, выходящий не только за пределы понимания Кэнноном того явления, которое он исследовал, но также и за пределы работы Фрейда, признание которого Юнг получил после того, как создал Ассоциативный эксперимент.

В конечном итоге Юнг не мог не прийти к заключению, что разнообразные телесные симптомы служили посланиями самой психики. Поэтому им можно было придать символическое значение, быстрее всего раскрывавшееся через образы сновидений. Сон выполнял роль посредника между физиологическим и психическим, соединяя их вместе, так же как и проекции, направленные вовне на объекты, связанные с символами, направленными внутрь на самость. По мнению Юнга, исцеляющую силу несет в себе сознательное восприятие символической природы сновидений, придающих психическое значение тем телесным симптомам, с помощью которых дух пытается сообщить о своем состоянии и своих потребностях. Посредством образов сновидений тело связывается с духом. Для осознанного отношения к телу и его действиям следует для начала осознать дух. Поэтому процесс индивидуации можно наблюдать и по телесным проявлениям. С учетом этого ожирение необходимо трактовать на языке символа. В этой трактовке заключается лечение и возможность исцеления.

В своих ранних исследованиях, наблюдая за кривой, записываемой гальванометром, подключенным к добровольцу, реагирующему в ответ на заданный стимул, Юнг смог выявить сильную чувственную окраску комплекса, наряду с некоторыми физическими реакциями. В то же самое время он использовал пневмограф для изучения кривой дыхания. Он обнаружил, что между дыхательной функцией и бессознательными эмоциями не было столь глубокой взаимосвязи, как между этими эмоциями и системой внутренних желез. Он сделал вывод:

Возможно, что в кривой гальванометра раскрываются бессознательные эмоции, вызванные вопросами или словами, затронувшими глубоко запрятанные комплексы души, между тем как кривая пневмографа остается относительно неизменной. Дыхание является инструментом сознания. Человек может сознательно его контролировать, тогда как кривую гальванометра он контролировать не может⁶⁹.

Как и Кэннон, Юнг продолжил исследовать вопрос о том, почему эти осознаваемые и не осознаваемые комплексы эмоционально окрашенных представлений имеют над индивидом ту власть, которую они проявляют в ассоциациях.

Комплекс отнимает у Эго свет и пищу, так же как рак лишает тело его жизненных сил. Последствия действия комплекса вкратце таковы: уменьшение психической энергии, ослабление воли, потеря объективного интереса к жизни, снижение концентрации внимания и самоконтроля и увеличение нездоровых истерических симптомов. Эти симптомы могут также проявиться в ассоциациях⁷⁰.

Юнг признавал, что сила комплекса может вызвать патологические изменения в теле:

Возможно, что предрасположенность к *dementia praecox* обуславливает определенные непоправимые органические нарушения, такие, например, как образование метаболических токсинов⁷¹.

⁶⁹ [69] Investigations with Galvanometer and Pneumograph. CW 2. Par. 1062.

⁷⁰ [70] Ibid. Par. 1067.

⁷¹ [71] Ibid.

Он неоднократно подчеркивал, что главным фактором, обусловливающим патологические ассоциации, служит не интеллект, а эмоции, и что «все аффективные процессы с большей или меньшей очевидностью связаны с физическими проявлениями». 72

Если мы представим, что в нашем организме запускаются механизмы бегства или нападения, описанные Кэнноном в отношении мира животных, как прямая реакция или как реакция, запущенная ассоциацией, мы сможем соотнести такие бурные ответы с аффективными элементами комплекса, как его понимал Юнг. Он определял «комплекса как

скопление фантазий, которое вследствие своей автономности относительно независимо от центрального контроля сознания и в любой момент способно перечеркнуть или подчинить себе намерения индивида 73.

Когда комплекс имеет телесное проявление, это дает нам возможность непосредственного доступа к проблеме. Симптомы, наподобие описанных Хелен, когда страх или гнев внезапно раздували ее тело, являются результатом умышленного намерения со стороны бессознательного воспрепятствовать сознательному намерению индивида. «Демон», которого она переживает физически и психически, действительно «овладевает» ей, так как комплекс захватывает власть, потеснив ее сознательное Эго 74.

Сорок лет тщательных наблюдений привели Юнга к более глубокому пониманию взаимоотношений между психикой и сомой. Говоря о диссоциированном вторичном сознании, он подчеркивал, что оно не может пересечь порог Эго-сознания, потому что «представляет собой личностный компонент, который обособился от эго-сознания отнюдь не случайно, а в силу определенных причин» 75. Одной из причин может быть вытеснение диссоциированного материала из-за его неприемлемости; другая возможность заключается в том, что диссоциированный материал никогда и не входил в сознание, поскольку восприятие его сознанием невозможно. Однако «в обоих случаях имеется достаточно энергии, чтобы сделать его потенциально сознательным, вторичный субъект действительно оказывает влияние на эго-сознание» 76. Это воздействие проявляется символически в симптомах. В общем, эти мощные вытесненные содержания не вытеснены в истинном смысле, но, как боги примитивных народов, еще не стали осознанными.

Юнг понимал, что мы переживаем психический процесс независимо от его взаимоотношений с органической материей, но как психолога его интересовала вся совокупность этих переживаний. Этую совокупность он определил как «психоидную» 77.

72 [72] Ibid. Par. 1080.

73 [73] Ibid. Par. 1352.

74 [74] Ни Хелен, ни Катрин не страдали мигренями, но у них под действием стресса таинственным образом возникали и исчезали отеки, что было нами задокументировано. «Начало мигренозной головной боли может предваряться генерализованным накоплением жидкости как одно из следствий не специфического нарушения в жидкости и электролитах, обнаруженного у многих людей, имеющих или нет синдром мигрени, в период стресса. Имеются данные, свидетельствующие о наличии сосудистых аномалий общего характера у многих индивидов с мигренями». (Beeson, McDermott. Textbook of Medicine. P. 617.)

75 [75] Jung C.G. On the Nature of the Psyche. CW 8. Par. 366.

76 [76] Ibid.

77 [77] Ibid. Par. 368.

Кроме того, Юнг считал, что бессознательное обладает своим собственным «сознанием», второй психической системой, сосуществующей с сознанием ⁷⁸.

Психические процессы, которые мы можем наблюдать и переживать, связаны с телом, и тем самым они должны каким-то образом влиять на его инстинкты или быть результатами действия этих инстинктов. Цитируя Пьера Жане, Юнг делает заключение:

Инстинктивное начало управляет *partie inf*é*rieure* ⁷⁹ функций [организма], тогда как *partie sup*é*rieure* ⁸⁰ соотносится преимущественно с «психическим» компонентом. *Partie inf*é*rieure* оказывается относительно неизменной, непроизвольной составляющей, а *partie sup*é*rieure* — ее поддающейся изменению составляющей, подчиняющейся воле ⁸¹.

Представляется, что физиологический аспект, *partiein -f*é*rieure*, тесно связан с гормонами; его функция компульсивна по природе и поэтому называется «влечением». Психический аспект, *partie sup*é*rieure*, утратил свою компульсивную характеристику, он может быть произвольным и даже применяться наперекор инстинкту.

В психической сфере жизненная сила в нижнем пределе может быть освобождена от своей инстинктивной компульсивной формы, а в верхнем пределе, заряженная другими детерминантами, она, в конце концов, «перестает обусловливаться инстинктом в его изначальном смысле и приобретает так называемую «духовную» форму» ⁸². Мотивирующая сила инстинкта существенно не меняется, но меняется форма ее проявления — она может выйти за рамки чисто биологической направленности.

Этот процесс можно наблюдать на примере соблюдения религиозного поста, когда отказ от пищи сопровождается духовными практиками. Без духовной мотивации человек, соблюдающий пост, почти наверняка будет страдать от сильной физической и психической тревоги. Но если пост воспринимается как обряд очищения, который подкрепляется духовной пищей, то тело и дух сближаются на новом уровне внутренней интеграции. Помрачение рассудка вследствие поста наблюдается у анорексичной девушки, которая решительно заставляет себя вызывать ритуальную рвоту вместо того, чтобы отдаваться «кайфу», который она испытывает благодаря голоданию. Однако без духовной пищи дух и тело находятся в опасном разъединении.

Жизненная сила в конечном счете мотивируется инстинктом; по мнению Юнга, воля «не в силах подчинить себе инстинкт и точно так же не обладает властью над духом... Дух и инстинкт по природе своей автономны и в равной мере ограничивают сферу приложимости воли» ⁸³. С этой точки зрения,

...психическое представляет собой сущностный конфликт между слепым инстинктом и волей... Там, где господствуют инстинкты, начинаются психоидные процессы,

⁷⁸ [78] Ibid. Par. 369.

⁷⁹ [79] Подчиненная составляющая (*фр.*). — Прим. пер.

⁸⁰ [80] Ведущая составляющая (*фр.*). — Прим. пер.

⁸¹ [81] Ibid. Par. 375

⁸² [82] Ibid. Par. 377.

⁸³ [83] Ibid. Par. 379.

принадлежащие к сфере бессознательного и не поддающиеся осознанию 84.

Сон Катрин о Змее

Сон Катрин (48 лет, 5,9 футов 85, 165 фунтов 86), проходившей анализ во время проведения нашего исследования, покажет, насколько справедливы представления Юнга.

Катрин была очень успешна в своей профессиональной карьере, но ее состояние постепенно ухудшалось из-за регулярных приступов водянки, единственным лекарством от которой был сон. Этот симптом определяется как «повторяющиеся эпизоды отекания всего тела с удержанием воды в периоды стресса» 87. Внешне водянка похожа на ожирение. Сон был таков:

Я жрица в храме. Вот-вот начнется празднество. Около потолка у задней стены камни образуют открытое пространство в форме креста. На алтаре я раскладываю розы — белые и розовые — так, чтобы они образовывали крест именно там, где сияющее сквозь стену солнце осветило бы их. Все подготовлено, кроме центральных цветов. Начинают прибывать люди; мы ожидаем жреца, который начнет церемонию.

Старик хватает мою руку и ведет меня вниз по древней каменной лестнице, покрытой мхом. Я не знаю этого места. Очень темно, но я могу различить грот, и воду, и огромную двадцатифутовую 88, черную, как смоль, змею возле водяного колеса (рисунок 1). Она резко машет головой вперед-назад в ритмичном движении, пытаясь ударить по перекладинам для того, чтобы колесо крутилось. Животное бессмысленно бьется в агонии, стараясь попасть по колесу, но не попадает по нему. Старик говорит: «Оно поставляет энергию для храма». Я делаю попытку подвинуть колесо к змее, но старик отдергивает меня назад, и я понимаю, насколько она опасна.

Рис 1. Змей возле водяного колеса (оригинал выполнен сновидицей в цвете)

Я испытываю вину, потому что содержание храма в действующем состоянии, кажется, входит в мои обязанности жрицы. Эта проблема для меня непостижима. Церемонию приходится перенести, потому что молитвы не смогут достичь небес, пока колесо не закрутится вновь. Старик молча смотрит на меня.

Это был сон организованной, экстравертированной и высоко интуитивной женщины, хорошо адаптированной к коллективным религиозным ценностям, причем для нее характерно глубокое осознание своих собственных личных обязательств. Во сне она ответственна за заботу о храме, священном месте, который физиологически можно интерпретировать как ее тело. В *partie supérieure* все кажется готовым к явлению Бога. Свет сознания осеняет в форме креста на крест противоположностей — розовых и белых роз — цветов Афродиты, символизирующих физическую страсть, и Девы Марии, символизирующих духовную страсть.

Действие по созданию мандалы на алтаре не может быть полностью завершено, потому что, хотя все и кажется упорядоченным в личном и коллективном плане, под алтарем

84 [84] Ibid. Par. 380.

85 [85] 175,26 см.

86 [86] 74,84 кг.

87 [87] См. сноска 2 на странице 84 (см. сн. 74 эл. кн.).

88 [88] 61 м.

существует серьезная проблема. Мощная энергия кундалини отключена от трансформатора, передающего энергию в храм. Она либо вытеснила свои инстинкты, либо никогда не осознавала их.

Фундамент храма сделан из камня, он порос мхом из-за того, что им редко пользуются. Глубина грота и ее полная неосведомленность о его существовании предполагают, что она унаследовала мощную инстинктивную энергию, но что бог ею еще не осознан. Змеиный бог обладает своим собственным сознанием, так как он знает, что должен быть соединен с колесом, и из-за своих бесплодных усилий он мучается в агонии. Он вырос в темноте и достиг огромного размера, и его меркурианская мощь может оказаться очень опасной для послушницы. Но мудрый старец, представляющий одну из сторон самости, привел ее в этот грот, потому что хочет, чтобы она стала целостной. Он защищает ее, когда она по-глупому (используя логику верхнего мира) пытается пододвинуть колесо к змее. Образ исцеляющей змеи в гроте можно проследить начиная от древнего Эпидавра⁸⁹ и кончая современным Лурдом⁹⁰.

Сам симптом представлял собой затопление ее тела водой. Когда ей было чуть больше 20 лет, она сбросила почти 100 фунтов⁹¹ благодаря силе воли и занятиям танцами, и до сих пор она организовывала свою жизнь так, что она требовала больших энергозатрат, физических и психических. Отечность постепенно становилась все более выраженной. Похоже, что сейчас, сумев силой воли одолеть свою проблему веса и контролировать свою жизнь с помощью строгих диет и организованной деятельности, она вынуждена была признать тот факт, что ее воля более не могла ни подавлять ее инстинкт, ни властствовать над ее духом. (Молитвы не могли вознести к небесам, пока не закрутится колесо.) Бессознательное проявилось в ее физическом теле через воду и заставило ее вернуться к нему во сне. Слезы, которые она не могла выплакать днем, она проливала в своих снах.

Самость использовала ее тело, заставляя ее признать, что ее внутренняя плотина должна рухнуть. Слишком дисциплинированный, слишком логичный и негибкий образ жизни должен был уступить место более женственному потоку, который может быть отрегулирован только тогда, когда колесо жизниенным образом соединится со своим собственным энергетическим источником. Змея кундалини была заперта на уровне свадхиштхана-чакры (почечной чакры), ее чувства были заблокированы, и физический симптом выразился в нарушении работы почек.

Энергия змеи казалась биологической, и на этом уровне она и была такой, так как Катрин должна была заботиться о своем больном теле; однако истинное устремление змеи было направлено к солнцу, к сахасрара-чакре⁹², так как неприосновенность храма и действенность молитв зависели от этой целостности. Мандала не могла быть завершена без этого соединения. До того как Катрин начала анализ, она чувствовала себя во власти демона. Психоидный процесс, как посланник духа, заставил ее прислушаться к своей собственной Сути. (Последующее развитие Катрин показано в ее сне коронованной змее в главе V.)

Сон также показывает родство архетипа с инстинктом, хотя они и полярно противоположны. «Психические процессы, — писал Юнг, — черпают энергию,

⁸⁹ [89] Город в Древней Греции, где располагалось самое крупное для всей античности святилище бога врачевания Асклепия, символом которого была змея. — Прим. ред.

⁹⁰ [90] Город во Франции, в одной из пещер в окрестностях которого, по преданию, четырнадцати летней местной жительнице явилась Дева Мария. В пещере находится чудодейственный источник, воды которого считаются целебными. — Прим. ред.

⁹¹ [91] 30,48 кг.

⁹² [92] В йогических системах — высший из центров сознания, объединяющий все остальные чакры, конечная цель духовной эволюции. — Прим. ред.

протекающую между духом и инстинктом»⁹³. Используя сравнение со спектром, он продолжал:

Динамическая энергия инстинкта располагается как бы в инфракрасной части спектра, в то время как инстинктивный образ лежит в ультрафиолетовой части... архетип, наиболее точно характеризуется фиолетовым цветом, поскольку он является в архетипической образной форме и в то же самое время остается динамическим импульсом, заставляющим почувствовать его нуминозную и очаровывающую силу. Осознание и ассилияция инстинкта никогда не происходит на красном конце спектра, т. е. путем погружения в инстинктивную сферу, а только через интеграцию образа, который обозначает и, одновременно, пробуждает инстинкт, хотя и в форме, полностью отличной от той, что мы встречали на биологическом уровне⁹⁴.

Он подчеркивал, что архетип нельзя путать с архетипическим образом. «Архетип как таковой — это психоидный фактор, который расположен как бы в невидимой, ультрафиолетовой области психического спектра»⁹⁵.

...не только возможно, но даже и весьма вероятно, что психическое и материя — это два различных аспекта одного и того же... Точно также, как «психический инфракрасный свет» — инстинктивное биологическое психическое — постепенно находит свое обоснование в физиологии организма и, таким образом, смыкается с его химическим и физическим статусом, так и «психический ультрафиолетовый свет» — архетип — описывает область, где не проявляются физиологические особенности, но, однако, исходя из анализа, произведенного в последнее время, она не может больше рассматриваться как психическая, хотя и проявляет себя таковой⁹⁶.

Психоидный архетип (рисунок 2) практически невозможно объяснить, потому что он, по существу, является тайной, но его нуминозность можно ощутить и телесно, и психологически. Его исцеляющая сила может исходить от человека, который почитает его как видимое, светозарное качество, по-видимому, коренящееся в некоем божественном спокойствии.

Рис. 2. Психоидный архетип

Каждая женщина, относящаяся к себе всерьез, должна принять ответственность за понимание своего тела и заботу о нем. Это тяжелейшая задача для женщины с ожирением, особенно если оно всю жизнь было ее врагом. На самом глубоком уровне она чувствует, что или она предала его, или оно предало ее. То, что она видит в зеркале, — пародия на нее саму. Если она решит игнорировать его, Великая Мать отомстит еще более жестоко. Если она попробует принять его, она сможет через какое-то время увидеть свою собственную тень, осознать, что находится в ее собственном бессознательном, и затем Эго станет достаточно сильным, чтобы реагировать на окружающие ее трудности психологически. Только когда она сознательно признает свои эмоции и начнет напрямую сталкиваться с жизнью, ее

⁹³ [93]Jung C.G. On the nature of the Psyche. CW 8. Par. 407.

⁹⁴ [94] Ibid. Par. 414.

⁹⁵ [95] Ibid. Par. 417.

⁹⁶ [96] Ibid. Par. 418, 420.

реакции перестанут проявляться в физической форме в виде симптома.

Определенные знания о научных исследованиях, имеющихся на сегодняшний момент, могут поддержать ее. Безусловно, некоторое осознание степени сложности биохимических реакций в ее теле в ответ на ее собственные эмоции, осознаваемые и неосознаваемые, приведет ее к пониманию этого изумительного творения. Она может научиться прислушиваться к его мудрости. Это ее тело. Это величайший дар, наполненный информацией, которую она отказывалась понимать; печалью, которую, как ей казалось, она забыла; и радостью, которой она никогда не знала. Если она сможет полюбить свою собственную *massa confusa* и посвятить себя ее таинству, однажды она, возможно, увидит, как ее отражение в зеркале улыбается ей. Она, возможно, даже поверит голосу, тихо спрашивающему: «Знаете ли вы, что тела ваши суть храм живущего в вас Святого Духа, Которого имеете вы от Бога, и вы не свои?» (1 Коринф. 6:19).

Глава III АНАЛИЗ ТРЕХ СЛУЧАЕВ

...Слышал я ключ повернулся
Только раз повернулся в замке
Думаем все о ключе, каждый в темнице своей
О ключе, ощущая темницу
Лишь ночью 97 ...
Т.С. Элиот. «Бесплодная земля»

Глубокий анализ трех клинических случаев поможет нам понять взаимоотношения между комплексами, а также между телом и психикой, которые обсуждались в общих чертах в двух первых главах. Пока я собирала материал для этого исследования, я поняла, что линия, разграничитывающая ожирение и нервную анорексию, довольно тонка, но и эту разграничительную линию, особенно в случае молодой девушки, необходимо признавать и уважать. В самом деле, в сновидениях Тень тучной женщины может появляться в виде аноретичной девушки, и наоборот.

В первых двух случаях представлен анализ проблем двух молодых девушек: одной — с излишним весом, другой — с анорексией. Они великодушно согласились поделиться своими фантазиями и опытом. В третьем случае представлен дальнейший анализ материала отечной женщины, чей сон о змее был изложен в главе II. Я включаю ее материал, потому что он показывает, как один симптом замещает другой, если не устраняется изначальная причина, и отчетливо иллюстрирует психоидную природу архетипа.

МАРГАРЕТ

(24 года, 5,5 футов, 187 фунтов 98)

Во внешности Маргарет была выражена амбивалентность, непроизвольно излучаемая многими женщинами с ожирением. Ее тело, скрытое платком-балахоном, было неуклюжим, не скординированным; ее подвижные руки красивой формы становились наиболее выразительными тогда, когда она говорила. Ее кожа позавидовала бы любая женщина; в ее глазах плескались смех и слезы. Из одной ноздри она выдыхала огненного дракона, а из другой — Пречистую Мать. Она рассказывала обо всем так быстро, как только могла, с

97 [97] Элиот Т.С. Полые люди. СПб.: ООО «Издательский Дом "Кристалл"», 2000.

98 [98] 1 м 67 см, 85 кг.

оттенком драматизма и лести. В одно мгновение она могла превратиться из шекспировской служанки в потенциально красивую женщину. Хотя ей было 24, выглядела она на 17. Она рискованно балансировала на туге натянутом канате между многочисленными уживавшимися в ней противоположностями: радость/горе, духовность/сексуальность, Бог/дьявол, способность/неполноценность, эстетическая чувственность/грубая чувственность.

Она выросла в семье, в которой было 8 детей, и была средней из дочерей. В детстве она познала нужду, потому что ее отец, «честный рабочий», был запойным пьяницей. Ее мать, решив сделать все возможное для своих детей, вела домашнее хозяйство и своими коварными замечаниями настроила дочь против отца. Маргарет выросла в убеждении, что ее мать — настоящая леди, всегда безукоризненно выглядящая, держащая в чистоте дом, «изумительная христианская душа». Только позже она поняла, что «мать притворялась, что любит, но на самом деле она не любила. Она делала вид, что добрая, но в ее реакциях не было непосредственности». И у ее матери, и у ее бабки после рождения некоторых детей возникали нервные расстройства, и этот факт пугал Маргарет. Вся не прожитая жизнь ее матери была сфокусирована на ней, потому что она была таким хорошим ребенком, такой красивой, такой умной. Мать дала ей наилучшее из возможного образование в католической школе, управляемой строгими монахинями, и надеялась, что она найдет хорошую работу и удачно выйдет замуж.

Маргарет решила пройти анализ, потому что не могла сидеть на диете. В ее семье не было случаев ожирения, и ее братья и сестры не были толстыми. Сама она была худым, чувствительным ребенком. Менструации начались у нее в 17 лет, и в это же время она начала объедаться тайком. После того как она набрала 30 фунтов⁹⁹, она села на диету и у нее прекратились месячные. «Я не знаю, то ли я не могла есть, то ли не ела. Меня тошнило при мысли о сексе». После лечения в больнице месячные вернулись — вместе с весом. «Я постоянно думала о еде. Я ничего не могла поделать с собой, хотя я и чувствовала себя виноватой, когда вообще хоть что-то ела. После того, как я растолстела, я большую часть времени оставалась в постели, кроме тех моментов, когда выползала за едой». В конце концов она покинула дом, но столкнулась с огромными трудностями в поисках достаточно хороший для себя работы. «Мне было так страшно, что я ела каждый раз, когда дела шли плохо. Они всегда шли плохо. Я не могла выносить мужчин. Как только я чувствовала, что нравлюсь им, я начинала испытывать к ним неприязнь».

Очевидно, что некоторые обстоятельства являются общими и для ожирения, и для анорексии; ранняя идентификация с матерью, нереалистичные надежды родителя, возлагаемые на девочку, ее инфантильное отношение к сексуальности, нарушение пищевого поведения, совпадающее с началом менструаций. Ее инфантильное воображение, неспособное видеть разницу между своими проекциями и внешней реальностью, питается самообманом.

После трех недель анализа Маргарет начала сбрасывать вес. Она рассказала о двух повторяющихся фантазиях: она бы убила себя, если бы еще потолстела; она боялась, что может стать шлюхой. «И поделом бы мне было, — говорила она. — Я знаю, почему я хочу быть худой». Комплекс святая/шлюха был связан и с сексуальным, и с пищевым комплексами. Она хотела быть как Дева Мария (как надеялась ее мать), но на пути в церковь ее часто подстерегали несколько плиток шоколада. Обычно она не могла устоять перед таким пиршеством. Ее внутренний диалог проходил примерно в такой форме:

Дева Маргарет: Я хочу быть наполнена красотой, светом, любовью. Любовь — ЧУШЬ! Я ненавижу мужчин. Если я буду толстой, они не притронутся ко мне. Я ненавижу священников тоже. Они мужчины в юбках. Не хочу Мессу.

⁹⁹ [99] Около 13,5 кг.

Свинка Магги: Я уж точно не хочу. Эти молоденькие священники — все лицемеры. Я хочу шоколад. Я хочу быть любимой. Я их всех ненавижу. Мне нужен сахар, чтобы уснуть, убежать от всей этой невозможной неразберихи.

Ее крохотному Эго с трудом удавалось балансировать между «безмерной радостью от присутствия Бога» и убийственной депрессией, когда Бог проклинал ее. Ее вера стала помехой, а не ориентиром для ее увядающего Эго. Пытаясь компенсировать растущее чувство неполноценности, когда материал бессознательного затоплял ее, она принималась торговаться с Богом, чтобы тот помог ей. Если она не теряла в весе, то она отказывалась преклонять колено перед таким жестоким тираном. Ей никогда не приходило в голову, что ей следовало подчиняться законам природы. Когда бессознательное становилось враждебным, она приходила на сессии с белым и ничего не выражавшим лицом. «Я не здесь, — говорила она, — это Оно». Единственным для нее реальным утешением была ее любовь к Деве, но даже она омрачалась мыслями о строгих монахинях, «у которых, наверное, были отрезаны волосы и грудь».

Когда она сбросила несколько фунтов, она так обрадовалась, что пошла покупать себе одежду. Она вообразила, что стала стройной, и попыталась влезть в 14 размер, когда на самом деле носила 18. Ее мысленный образ тела был совершенно оторван от реальности. Когда она не могла втиснуться в платье, она впадала в ярость и покупала еду для «пирушки». Под «пирушкой» подразумевалось, что она возвращается в одиночество домой, запирает двери, не отвечает на телефонные звонки и ест с вечера пятницы до утра понедельника, жаждно поглощая различные хлопья, коричневый сахар, сливки и дешевую выпечку, «потому что это было необходимо»:

Меня нет, когда я ем. Я ем, как животное, не разбирай, что именно. Сначала я получаю удовольствие от пищи. Затем начинает подступать Темнота. Я чувствую Темноту везде вокруг меня. Потом мне становится страшно, и настоящая Темнота оказывается прямо за моей спиной. Это Смерть. Я понимаю, что борюсь за свою жизнь. Мне все равно, выживу ли я. Что-то иное завладевает мной. Я не могу думать. Я не могу чувствовать. Я не могу молиться. Если бы только я могла стать свободной.

Она выныривала из этого ада в понедельник утром и продолжала ходить на работу до пятницы, компульсивно поедая пищу по ночам.

Работая с такой девушкой, как Маргарет, аналитик должен быть готов нести на себе проекцию ее самости, потому что сама девушка не связана с собственным внутренним ядром. Она старается найти свои собственные ценности, свои собственные чувства, будучи уверенной в любви аналитика. Она испытывает жажду любви, которой она никогда не знала, любви, которая может принять ее «во всей ее испорченности». Но она также испытывает жажду жизни, которой она никогда не знала, и эта жажда может проявиться в чрезмерном чувстве собственничества и ревности. Мария-Луиза фон Франц так говорит об этом качестве, детально рассматривая символизм волка:

В сновидениях современных женщин волк часто представляет анимус, или ту чуждую, поглощающую установку, которая может быть у женщин, охваченных анимусом... волк олицетворяет собой это чуждое, беспорядочное желание проглотить всех и вся... что заметно при многих неврозах, где основной проблемой является то, что человек остается инфантильным из-за несчастливого детства... На самом деле не *они* этого хотят, а *оно* этого хочет. Их «оно» никогда не удовлетворено, поэтому волк также создает у таких людей постоянную обиду и недовольство... Волка называют *lykos* — свет. Жадность, когда с ней справились или направили на верную цель, и есть то самое 100.

¹⁰⁰ [100] Von Franz M.-L. Shadow and Evil in Fairytales. P 215–216.

Эта запертая в клетку архаическая энергия открывается в одном из сновидений Маргарет о животных:

В клетке находятся четыре льва — лев, львица и два львенка. Я боялась, но рядом со мной была моя старшая сестра, и я чувствовала себя в безопасности. Я не хотела показывать свой страх. Один из львов подошел потрогать меня, и я крикнула ей, чтобы она не подпускала его. Она засмеялась и сказала, что они вполне безобидны.

Львы — это животные власти и страсти, но теневая сестра способна признать власть неопасной, потому что в жизни она способна любить без жажды власти. Потенциал находится в такой любви и в двух львятах, так как лев также является символом духовной силы.

Неудовлетворенная тем, что прогресс, который она могла оценивать только с точки зрения потери веса, происходит недостаточно быстро, Маргарет по рецепту своего врача начала принимать амфетамины. Сразу же ее настроение резко повысилось от искусственно обретенной энергии и надежды. За два месяца она потеряла более 24 фунтов ¹⁰¹, тем самым изменив симптом, но не заболевание. С улучшением ее внешнего вида проблема ее слабого фемининного Эго и ее страха мужчин стала явной. Она пыталась установить связь со своим телом с помощью зеркала, упражнений и танцев, но ее фемининное чувство только начинало раскрываться. Она мечтала о любимом человеке, но когда мужчины прикасались к ней, она демонстрировала враждебность. Позже она сожалела об этом, но считала, что они заслужили то, что получили. «Я не могу ничего с этим поделать. Я такая, какая есть. По крайней мере, я могу это признать. Я знаю, что это плохо, но не чувствую себя виноватой». Ее вопрос теперь звучал так: «Если я похудею, что я получу? Я — бушующий вулкан, Я постоянно выхожу из себя». В ее сновидениях также бушевали шторма и пожары, а сама она беспомощно сидела за рулем мощного автомобиля, мчащегося к крутым обрывам. Хотя она понимала последствия приема амфетаминов, она продолжала их употреблять.

Затем ей начали сниться кошмары. В следующем сне появилась аноретичная тень Маргарет:

Я была в постели с моей старшей сестрой, когда услышала звук шагов на лестнице. Мы включили свет и увидели, что кто-то бежит вверх. Она была неимоверно высокой и нереально худой. Ее лицо было вытянутым, и два ее глаза были огромными на ее лице; они светились, как кошачьи глаза. Она была на самом деле пугающей. Она была похожа на дикое животное, с одной стороны, и на чуждое, неземное существо — с другой. При виде ее я пришла в ужас и хотела ее убить, но боялась, что не справлюсь с ней. Моя сестра зажала ее в угол за дверью. Она за все время не издала ни звука — только опустилась там на колени с затравленным взглядом пойманного в ловушку животного. Я проснулась в поту и дрожа от страха.

Ее изголодавшееся тело и находящаяся под угрозой женственность в этом сне смотрят ей прямо в глаза. Ее преследует страх лишиться и любви, и еды, ей хотелось бы избавиться от этого страха, но она боится, что он слишком силен. Амфетамины слишком быстро подвели ее к переломному моменту, потому что она не была готова принять зрелую фемининную роль; крайние точки конфликта еще сильнее поляризовались без еды и под влиянием препарата. Она стала «одержимой». Она могла собраться пойти на вечеринку, купить наряд, сделать прическу и заявиться не в тот день. В другой раз она переедала

101 [101] Около 11 кг.

накануне так, что одежда трещала на ее теле. Негативные родительские образы не позволяли ей ни веселиться, ни выйти в свет. Образовался порочный круг, когда бунтарская агрессия сменялась безнадежной депрессией.

В итоге сновидение навело ее на мысль, что Бог мучил ее с какой-то целью и что, возможно, ей надо было относиться к этому естественно. Она бросила принимать лекарства и мгновенно набрала несколько фунтов. Связь власти с весом с очевидностью проявляется в ее следующих высказываниях того времени:

Теперь посмотрите, что Вы заставили меня сделать. Я все еще счастлива в моменты этих приступов ярости. Я вижу вещи по-особому. Мне они нравятся в их уродстве. Мне нравится моя большая и могущественная личность. Мир не может указывать мне, что делать. Мне не нужна помощь — ни Ваша, ни чья-либо еще. Я на самом деле считаю, что зло может обернуться добром, потому что этот настрой делает меня наиболее сильной, наиболее креативной, наиболее энергичной. Я разговаривала со львом. Я приказала ему остановиться, и после продолжительного боя он подчинился, но это убило во мне что-то. Я больше не хотела жить. Я сдалась. Уж лучше пусть он рыщет вокруг, чем быть мертвой. По крайней мере, я жива, когда я ем.

Сознательный перфекционизм Маргарет компенсировался ее бессознательным чувством неполноценности, которое порождало жадность и жажду власти. Ее идентификация с красотой, добродетелью и светом привела к невыносимой конфронтации с реальностью и к повторяющимся приступам переедания и депрессиям. Из-за погружения в свою собственную Темноту она была вынуждена иметь дело с собственным миром, показывавшем ей, что она не всемогуща, не совершенна, но что она просто человек, которому необходимо принять свои ограничения и несовершенства. Таким образом, симптом заставлял ее сталкиваться с реальностью, которую она презирала. Природа действовала по принципу прямой компенсации: чем больше раздувались ее фантазии, тем чернее становилась ее Темнота. Пока она громко протестовала против несправедливого Бога и демонстративно отвергала природу, ее темный Анимус управлял ею и заставлял ее питать его энергией.

Ровно через девять месяцев после начала анализа Маргарет посетила полуночную Мессу в Рождественский сочельник — одна, без семьи, без друзей. Она решила так поступить, потому что была толстой и испуганной, ей было стыдно. Яма, которую она сама себе вырыла, пугала ее. Впервые в жизни она прочувствовала свои реальные страдания. «Вся жизнь прошла мимо меня, пока я мечтала стать тем прекрасным человеком, каким хотела видеть меня мать. Вся моя жизнь — обман». Это понимание заставило ее спуститься с небес на землю и принять на себя ответственность за свою собственную жизнь.

С клинической точки зрения, для нашего исследования важны такие составляющие психики Маргарет, как механистический негативный Анимус, испуганная Персона, слабое фемининное Эго, разрывающееся между противоположностями, патологическая эмоциональность и нарциссическая незрелость. У нее не было ни сильного отца, ни фемининной матери, в связи с чем ее моделью маскулинности был Анимус ее матери. Без подлинного маскулинного принципа и без ее фемининного инстинкта она не обладала внутренним голосом, который сказал бы ей, чтобы она заботилась о своем теле и перестала переедать.

Почти не зная Эроса, она очень плохо умела выстраивать отношения, и поэтому, когда открылась пустота, образовавшаяся из-за отсутствия чувств, ее безжалостный Анимус потребовал еды. Неспособная установить с ним отношения на физическом или психическом уровне, она давала ему единственную понятную для нее пищу любви — хлопья и сладости. Это на время заряжало ее энергией, но потом она снова видела реальность в зеркале; тогда она убегала в фантазии о том, какой должна быть любовь мужчины, — фантазии подростка. Этот фантазийный мир позволял ей избегать конфликтов и истинных чувств, упиваться

мегаломаническим образом себя как могущественной, богатой, хорошо образованной, незаменимой для других людей, тем самым компенсируя ее сознательное отношение к себе как к бессильной, уродливой и одинокой. Агрессию, которую она испытывала по отношению к Богу, поставившему ее в такое положение, она направляла на себя. Духовная пища, по которой она отчаянно тосковала, была осквернена таким же отчаянным употреблением пищи материальной. Не имея защиты со стороны духовного Анимуса, она чувствовала себя околованной демоном, угрожавшим заманить ее в лоно смерти.

Смещение сексуального комплекса на еду началось во время пубертата. К девятнадцати годам Тень «худой, грязной шлюхи» твердо укрепилась против Персоны «толстой, чистой Мадонны»; негативный Анимус требовал обеих себе в невесты. Ее подчиненная функция, интровертированное ощущение, позволила ей впасть в диссоциацию между телом и духом. Ее бессознательное тело стало ее ненавистной Тенью, на которую она не могла смотреть ни в одежде, ни в голом виде. Хильда Брюх в «Расстройствах пищевого поведения» пишет:

Отсутствие силы воли [у людей, страдающих ожирением] связано с их неспособностью воспринимать свои телесные потребности. Толстые люди склонны говорить о своих телах как о чем-то внешнем по отношению к ним самим. Они не чувствуют себя идентифицированными с этой раздражающей и уродливой вещью, которую они приговорены нести до конца жизни и в которой они чувствуют себя затворниками или заключенными ¹⁰².

Когда Маргарет впервые сбросила вес, она, не переставая, щупала себя, как будто пытаясь удостовериться в том, что она все еще на месте. Озадачивало то, что, хотя она и была маленькой до семнадцати лет, ее образ тела был огромен. Отражало ли тело ее раздутые фантазии? Или же фантазии были настолько непомерными, что тело должно было удерживать ее? Безусловно, тело было тем, что связывало ее с реальностью.

Ее повторяющиеся сны о кошках, черных собаках и смуглых мужчинах наводили на мысль о сексуальном происхождении ее симптомов, которые могли быть связаны с проблемами, вызываемыми деторождением, передававшимися в ее семье по материнской линии, и с тем, что ее внутренняя Мадонна отвергала ее внутреннюю шлюху. Обсуждая проблему истерии, Юнг писал: «Нет сомнений, что то, чего жаждет пациентка, — это Мужчина... Страх сексуального будущего и всех его последствий слишком велик для пациентки, чтобы она решилась отказаться от своего заболевания» ¹⁰³.

Комбинация трех динамических комплексов — религии, сексуальности и еды — обрела автономное патологическое существование в Маргарет. Казалось, что энергия религиозного и сексуального комплексов, в обоих случаях сильно чувственно окрашенная, была смещена на еду. Ее страх оказаться затянутой во Тьму был обусловлен слабостью ее Эго и ее страхом уничтожения, связанным и со смертью, и с половыми сношениями. Сила этих трех комплексов создавала то, что Юнг мог бы назвать «новой болезненной личностью» ¹⁰⁴, которая двигалась только в сторону ожирения. Эта вторая личность угрожала разрушить Эго и оттеснить его на вторую роль. Только когда *lykos* (свет) направлен на правильно поставленную цель, жадность волка может быть трансформирована в креативную энергию, необходимую для рассеивания Тьмы.

Что символизирует симптом Маргарет? С одной стороны, полнота защищает ее от мужчин. Ее негативный Анимус создает кокон, отгораживающий ее от мира. Хотя одна часть

¹⁰² [\[102\]](#) Bruck H. Eating Disorders. P. 102.

¹⁰³ [\[103\]](#) Jung C.G. Association, Dream, and Hysterical Symptom. CW 2. Par. 833.

¹⁰⁴ [\[104\]](#) Ibid. Par. 861.

ее натуры жаждет обрести любовника, ее другая часть, знающая только разрушительную силу ее негативного Анимуса, боится маскулинной агрессии. В связи с тем, что ее отношение к маскульности сформировалось под влиянием материнского Анимуса со всеми его амбициями и иллюзиями, у нее не было сильного маскулинного голоса, который мог бы привнести порядок в ее жизнь, сказать НЕТ ее приступам переедания — ее маскулинный голос ненасытен в своих требованиях. Фемининному ребенку внутри нее требуется толстое тело, защищающее ее от любого зрелого мужчины и от ответственности, предполагаемой зрелым фемининным чувством.

С другой стороны, ее размер отражает ее раздутость — она как воздушный шар, наполненный фантазиями о ее собственных возможностях, ее уме, ее красоте, ее незаменимости; это маскирует реальность ее не успешности, страха и вины. Это стена, изолирующая ее от мира, который она сама не понимает и в котором она непонятна другим.

В качестве исцеляющего симптома ее толстое тело действует как посланник духа, приближающий ее к целостности. Она вынуждена выйти из своих фантазий и посмотреть на реальность в зеркале. Там она, возможно, увидит истину за этими животными влечениями к еде и научится признавать свою собственную фемининную природу, в которой эти влечения будут трансформированы и человеческий поиск любви и духовный поиск спокойствия. Вместо того чтобы слепо бороться со своей внутренней шлюхой и становиться все толще, она может расслабиться, приняв свое фемининное начало и освободить слово истинную Мадонну.

АННА

(22 года, 5 футов 6 дюймов, 132 фунта 105)

Анна была старшей из двух дочерей преуспевающего бизнесмена и его жены, школьной учительницы. В течение недели отец всегда был в разъездах, но, когда он возвращался, жизнь превращалась для нее в праздник. Он и его дочь чудесно проводили время вместе:

Я была ого любимым ребенком. Мама говорит, что я похожа на него своим умом, чувством юмора и своей подлостью. Моя бабушка не могла выносить любовь моего отца ко мне. Он был ее малышом. Он всегда хотел сбежать от нее и от общества. Он бросил нас, когда мне было 5 лет. Сейчас он в больнице из-за алкоголизма.

С самого детства она обладала богатым воображением, высокой креативностью и развитым умом, не желала жить, как соседи, и отказывалась играть со скучными дорогими игрушками.

Я предпочитала разыгрывать ситуации, связанные с невзгодами и лишениями, например, играть в военных беженцев или в Анну Франк. Воскресными вечерами я просила холодной консервированной фасоли. Мне всегда казалось, что существовал некий тайныйговор с целью прятать от меня мою настоящую личность. Я верила, что мой настоящий отец был императором, позволившим мне войти в эту жизнь в качестве испытания. Он наблюдал, с каким достоинством я принимала наказание от этих батраков. Они были его слугами. Иногда он сливался с Богом. Я на самом деле полагала, что из-за каждого зеркала что-то наблюдало за мной. Миры за мирами. Вещи являются не тем, чем они кажутся.

Я очень старалась быть хорошей, но энергия переполняла меня, я была настолько любознательна и так полна идеями, что производила впечатление бунтарки. Учительница в школе привязывала меня к парте. Я писала пьесы для детей, живущих по соседству, и моя

105 [105] 167,64 см;»60 кг.

сестра всегда играла в них, пока ей не исполнилось восемь. Затем она восстала против меня. Ее никогда не лупили. Меня же били так часто, что моя мать думала, что она убьет меня. «Ешь то, что я приготовила для тебя», — говорила она. «Нет», — отвечала я. Она заняла по отношению ко мне жесткую позицию; она говорила, что я должна узнать правду жизни. Она утверждала, что у меня такой вспыльчивый характер, что только члены моей семьи могут любить меня.

До семнадцати лет у Анны был нормальный вес, не было проблем с пищевым поведением, не было проблем с менструациями. Она ненавидела своего отчима. Она была одной из лучших в своем классе, но начала осознавать, что является социально незрелой по сравнению со своими сверстниками.

До моего шестнадцатилетия мир казался мне полным бесконечных возможностей. Потом я утратила силу воли. В семнадцать я чувствовала себя обреченной. Я стала испытывать тревогу по поводу взросления. Я хотела, чтобы все шло хорошо, поэтому я старалась быть покладистой, но у меня всегда были проблемы с представителями власти. Я старалась говорить правду, как я ее видела, но мои благие намерения всегда терпели крах. Я не могла сказать то, что нужно; меня либо не слышали, либо не верили мне.

Кульминация наступила, когда я была редактором школьной газеты. У меня возникла, как я думала, великолепная идея для редакционной статьи. Директор школы вызвал меня к себе в кабинет, раскритиковал мою статью и сказал мне, чтобы я «взрослела». Он сказал, что нет причин злиться и не стоит следовать привычке по любому поводу вступать в борьбу. Я чувствовала себя отвратительно. Я решила попробовать проявить добродетель самодисциплины. Я перестала есть. Я злилась на всех, в особенности на себя, потому что совершенно не понимала, что происходит. Секс был свободным, наркотики доступными, но я не могла выносить ни то, ни другое, и не беспокоилась о приобретении социальных навыков. Отказ от еды казался хорошим способом вернуться к себе, потому что я не могла справиться с собой. Я не могла стать взрослой и войти в этот мир.

Никто не понимал. Я не могла заставить врача слышать. Волосы на моей голове выпадали, но другие волосы по вырастали по всему моему телу. У меня прекратились месячные. Очень быстро мой вес упал до 90 фунтов ¹⁰⁶. Прямо перед тем, как я попала в больницу, у меня возникло странное предчувствие. Оно преследовало меня и во сне, и наяву. Я лежала в высокой белой постели в белой комнате. Шторы были опущены, атмосфера погребальная. Я была маленькой, а кровать — большой. Если бы я могла, то я бы сжалась, ушла бы в никуда. Я не желала смерти сознательно. Я допускала в свое сознание мысли о том, куда это в конечном итоге ведет. Я нуждалась в отдыхе, более полном, чем сон, я не хотела ощущать вообще ничего. Пока я голодала, все стало слишком резким, и я мечтала сбежать прочь. Смерть казалась единственным способом победить эту систему.

Затем я разозлилась и высказала все, что я чувствовала по отношению к своему отчиму. Тогда я сказала, что я не злюсь на мою мать, и это не ее вина. Я злюсь на нее сейчас, но я не могу выразить это. Я всегда вижу причину, и поэтому и не могу злиться; эмоции кипят во мне. Я не знаю, как выразить злость по-взрослому.

Однажды я решила, что не буду пытаться убить себя. Я поняла, что должна выбрать между жизнью и смертью, и решила жить. Я хотела предпринять жизнеутверждающие шаги. Если отказ от еды был отказом от жизни, то чем больше я ела, тем больше я утверждала жизнь. Я переборщила и набрала 35 фунтов ¹⁰⁷ за один год. Мне хотелось творога, молока и сахара, мороженого и йогурта. Все молочные продукты. Я хотела наполняющей еды,

¹⁰⁶ [106]»41 кг.

¹⁰⁷ [107]»16 кг.

хорошей еды. Я начала заниматься плаванием, и постепенно моя энергия вернулась. Это позволило мне начать писать. Меня захватила учеба: не то чтобы меня заботили мои оценки, но мне всегда хотелось понять ту или иную идею, чтобы извлечь из нее как можно больше. Было очень трудно жить в женском колледже, потому что все были помешаны на том, что они будут и чего не будут есть. Их ценности определялись тщеславием, ограниченностью ума и беспокойством о мнении окружающих.

Постепенно она достигла устойчивого положения в жизни. Она окончила университет, но жизнь и еда все еще являются для нее проблемой.

Иногда, когда я чувствую тревогу, я ощущаю, что я отрываюсь от земли. Я чувствую, как во мне поднимаются волнение и беспокойство. Я не могу этого выдержать. Я бы хотела положить камень себе в живот, чтобы он удерживал меня внизу, чтобы чувствовать себя укорененной в жизни, чтобы он вернул меня туда, откуда я могла бы начать все снова. Я бы хотела вернуться к себе. Часто я мечтаю найти ориентиры, которые показали бы мне, куда идти, как дальше жить. Я ищу жизнеутверждающие вещи. Когда я ем, я просто продолжаю есть. Я пытаюсь попасть прямо в центр жизни. Я не думаю, что я могла бы продолжать жить без этих периодов условной самодисциплины. Я просто не могу продолжать говорить себе: «Не ешь, не ешь, не ешь это, делай то упражнение, подчиняйся правилам». Когда я больше не могу выдерживать боль, я всегда ем с мыслью лечь спать. Я хочу наполнить себя, стать тяжелой, теплой, плотной и довольной. Мне необходимо дать себе возможность отпустить поводья, и, хотя способ и не благородный, и вовсе не тот, к которому мне хотелось бы прибегать, мне он нужен. Я довожу все до предела. Когда я не могу больше есть и не могу больше спать, я должна встать и двигаться дальше.

Еда — это одновременно и утешение, и саморазрушение. Иногда она помогает мне чувствовать, что жизнь не так ужасна. В других же случаях я переедаю только для того, чтобы воздвигнуть телесную стену между мной и другими существами. Я не хочу быть сексуальным, телесным существом. Я хочу быть нулем, пустым местом и забыть о мире. Быть «как бревно» — это словно пребывать в состоянии сладостной летаргии, противоположном состоянию подушечки для булавок для каждого стимула. Иногда я настолько «исколота», что я не знаю, что мне делать. Мое сердце не разбивается, но я хотела бы, чтобы оно разбилось. Проблема не в том, что сломлен дух. Это сердце... Это проблема сердца, которое не разбивается и будет терпеть боль, даже если она запредельна. Ему бы следовало разбиться. Все в этом мире слишком мучительно. Я чувствую себя настолько зажатой, что я боюсь, что мои ноги подведут меня, если я немедленно не изменю свои переживания — или оторвусь от земли, или провалюсь под землю. Еда дает мне ощущение здесь-и-СЕЙЧАС.

Я учусь другим способам выходить за рамки — молиться и писать. Когда я пишу, у меня не возникает пищевых проблем. Строгая молитва предполагает активное слушание. Это может создать третью (трансцендентную) функцию, которая способна изменить все. Это позволяет найти выход или, по меньшей мере, обрести возможность жить вопреки. Искусство и молитва очень тесно связаны. Искусство — это мост в другой мир.

Временами я стою на перекрестке, удивляясь, что я делаю. Я чувствую себя двумя трафаретными рисунками, и я стараюсь соединить их вместе. Одна часть меня может чувствовать жизнь, другая часть увлекает меня прочь от нее. Моя жизнь похожа на конец китайского стихотворения: «И остановка после остановки есть конец дороги».

Я думаю, что я больше не могу идти дальше. Начинается прилив. Нет никакого смысла... нет никакого смысла... нет никакого смысла. На третий раз он накатывает на меня. Я не могу найти свою связь с Богом, и весь мир отступает. Внезапно из жизни утекает весь смысл. Это опасно. Я просто никогда не знаю. После каждой остановки — новое начало. Я живу одним моментом. Я проживаю утро, потом день, потом вечер.

Я привела столь длинную выдержку из беседы с Анной, потому что способ словесного описания ею своего внутреннего мира дает нам яркое понимание мучений анорексичного подростка. Ее мотивы, ее комплексы и конфликты очень похожи на те, что имеются у Маргарет и у любой другой женщины, тело и дух которой серьезно расщеплены. У обеих девушек образ отца идеализирован — у Маргарет потому, что она отвергла своего отца и с проецировала свою маскулинность на ветхозаветного Иегову; у Анны потом у, что она видела своего отца в праздничных ситуациях и с проецировала своего «реального» отца на «императора», критически оценивавшего достоинство, с которым она принимала наказание от его заместителей. Обе были принцессами, от которых их матери много требовали, также богочестия тиранический образ отца-тирана, который любил до той поры, пока ему повиновались, и отвергал, если ему перечили.

В связи с тем что мать также не осознавала свою собственную фемининность, она не могла передать своей дочери инстинктивную любовь к своему собственному телу, и таким образом фемининное Это оказалось отщеплено от фемининного духа, заточенного в ее собственной плоти. Ужасающее ощущение «пойманности в клетку» и желание вырваться порождены энергией отвергнутой фемининности, барабанящей по своей тюремной решетке, требуя освобождения. В детстве их энергия была естественным образом направлена на обучение, но требование быть выдающейся порождало у них компульсивную тягу к книгам, к ясности, к точности; чрезмерно чувствительная маленькая девочка, которой хотелось плакать и которая нуждалась в том, чтобы ее обняли, была обречена томиться в тюрьме собственного тела. Ее фантазии об отце разрастаются в неутолимую потребность в совершенстве и истине, усиленную ее враждебностью ко всему «невразумительному, инстинктивному, двусмысленному и бессознательному в ее собственной природе» ¹⁰⁸. И хотя она могла чувствовать свою близость с матерью, они обе — и мать, и дочь — были жертвами негативного материнского комплекса, и обеим угрожал ад «хаоса материнской утробы» ¹⁰⁹.

Великая Богиня должна быть признана во время первой менструации. В отсутствии матери, способной инстинктивно помочь ей склониться перед Богиней в низком поклоне за это таинство, за связанную с ним возможность деторождения, за свое собственное тело как инструмент, с помощью которого воплощается Жизнь, дочь реагирует ужасом. Этот ужас пропорционален природе и интенсивности ее отцовского комплекса, который будет более полно освещен в IV главе. Здесь же достаточно сказать, что она улетает прочь от фемининности, отрывается от земли в страстной тяге к совершенству, порядку и к тому, что Шелли называл «белое сияние Вечности» ¹¹⁰. Эта возвышенность компенсируется фемининностью, которая восстает против полета и яростно стремится обратно к реальной земле, природе, жизни, еде. Невообразимые сексуальные фантазии также переносятся на еду, а в случае религиозной девушки комплекс впоследствии заряжается желанием соединения с Богом как способом освободиться от мира, с которым она не может справиться.

Поступки Анны в детстве немного не соответствовали милой, угодливой, внимательной манере поведения большинства анорексичек. Она изначально была в некотором смысле бунтаркой из-за своих творческих способностей. Она была озабочена тем, чтобы «все делать правильно и соответствовать ожиданиям», но ее чувство юмора и ее честность прорывались сквозь это желание, и из-за этого она казалась непослушной. Однако истинное пламя своей мятежности и уникальность своей личности она прятала, потому что иначе «все отвернулись бы от нее». «Я была слишком честной, — рассказывала она. — Я бы слишком усложнила

¹⁰⁸ [108] Jung C.G. Psychological Aspects of the Mother Archetype. CW 9,I. Par. 186.

¹⁰⁹ [109] Ibid. Par. 184

¹¹⁰ [110] «Adonais».

себе жизнь». Когда развилась анорексия, вместе с нею прорвался и созревший бунт.

В «Золотой клетке» Хильде Бруш подчеркивает, что для членов семьи, в которой растут аноретичные девушки, характерна «очень тесная привязанность друг к другу и исключительная общность мыслей и чувств», но ребенок не «признается как индивид со своими собственными правами»¹¹¹. Здесь стоило бы принять во внимание, что чрезвычайно смышенный ребенок с сильно развитой интуицией, воспитанный в условиях очень близких отношений с родителями, может стать крайне чувствительным ко всему, что бессознательно происходит в доме и за его пределами. Она на самом деле может бросить тень почти на каждую ситуацию, в которой оказывается. Если она озвучивает то, что чувствует, она для всех становится угрозой и при этом начинает ощущать себя Кассандвой. Она учится держать свой рот на замке и втайне, с помощью ручки, формулировать свои мысли. Настоящая ее личность проявляется в написанном. Это может вести к спасению или разрушению.

По своей природе она склонна к перфекционизму, очищению и эстетике. Ее идеал — снять все искусственные маски, пока не обнажится суть. Когда она голодает, все пять ее чувств немедленно обостряются, обостряется и ее чувствительность к собственному бессознательному. Как только она почувствует энергию голода и свою собственную мощь, высвободившуюся в результате этого, она может решить, что «царственно бы умереть сейчас,/ Без боли стать в полночный час ничем»¹¹².

Для нее это больше не отрицание жизни, но активное желание совершенства смерти. Любой вид искусства — литература, музыка, танец — может превратиться в «лукавого эльфа», манящего ее к себе. С другой стороны, искусство может стать для нее посредником между двумя мирами. Способность выражать свои чувства в конкретной форме, особенно с помощью креативного танца, может помочь ей соприкоснуться со своим собственным внутренним жизненным духом почувствовать, что в этом мире она дома и ей хочется остаться еще на какое-то время.

В то время как тучная девушка не способна перехитрить природу, аноретичка чувствует, что она побеждает. Может показаться, что дьявольская жизненная сила увлекает одну все глубже под землю, а другую — поднимает все выше в воздух. Тьма в противовес Свету, но обе бегут прочь от жизни. В связи с тем что жизнь аноретичной девушки находится под угрозой, она либо должна посмотреть на свои фантазии с точки зрения реальности, либо стать шизофреничкой или умереть. Неспособность тучной девушки следовать диете позволяет ей держаться за свои фантазии и тем самым избегать признания собственной несостоятельности в столкновении с реальностью. Из-за этих фантазий ей не удается обнаружить ядро собственной личности, и она расплачивается за это потерей самоуважения. Пряча свое невысказанное желание, свое пронизывающее чувство беспомощности и безнадежности, она подвергает себя опасности. Как мы видели в главе II, эта Тьма влечет за собой патологические последствия — физиологические и психологические, — которые могут проявиться, когда она приблизится к менопаузе и почувствует, что уже упустила свою фемининную жизнь.

Некоторые сравнения между тучными и аноректичными девушками даны в таблице 3.

Таблица 3

Некоторые сравнения между девушками с невротическим ожирением и с анорексией

Общие черты

¹¹¹ [111] Bruch H. The Golden Cage. P. 34.

¹¹² [112] Keats. Ode to a Nightingale.

1. Тесная зависимость внутри семейной группы, но девочку не любят за ее индивидуальность.
 2. Ригидный контроль дома.
 3. Первичное нарушение в самосознании и схеме тела.
 4. Неспособность распознавать голод и другие телесные ощущения.
 5. Подавленные эмоции, чрезмерная угодливость, слишком сильная жажда осуществить не прожитые жизни своих родителей.
 6. Пищевые проблемы, возможно, появились с началом менструации.
 7. Инфантильное отношение к сексуальности.
 8. Отсутствие понимания своих собственных чувств и фемининных потребностей, как следствие — неспособность жить своей собственной жизнью.
 9. Попытка обрести контроль над своей жизнью за счет еды или отказа от еды.
 10. Вера в культуральную фантазию о том, что стройность решит все ее проблемы.
 11. Слабое Эго. Изначальный само обман. Опасность психотического расстройства.
 12. Преследующие проекции родителей. Желание быть совершенной уравновешивается чувством внутренней бесполезности, никчемности.
 13. Пищевые проблемы связаны с религиозной проблемой и с демоническим Анимусом.
 14. Желание смерти компенсируется яростным желанием жизни.
 15. Подавляющее чувство одиночества.
- Отличающиеся черты

(тоже как текст

Ожирение

1. Страх быть толстой равносителен страху денрификации
2. Склонна оставаться внешне угодливой в отношениях со сверстниками
3. Считает себя уродливой, трусливой неудачницей в глазах родителей и сверстников
4. Развивает чувство духовной неполноценности
5. Периодическое голодание, переедание
6. Отказывается проверять фантазии; верит, что все было бы в порядке, если бы она была худой
7. Озабоченность Тьмой

Анорексия

1. Страх быть толстой
2. Склонна становиться непослушной и упрямой
3. Чувствует, что соответствует культурным стандартам. Изначально завоевывает восхищение за то, что теряет вес
4. Счастлива оттого, что есть духовные силы соблюдать диету
5. Периодическое голодание, переедание, ритуальная рвота
6. Пытается проверить фантазии соблюдением диеты
7. Озабоченность Светом)

КАТРИН

(48 лет, 5,9 фута, 165 фунтов 113)

Сон Катрин со змеем был описан в главе II для того, чтобы проиллюстрировать могущество силы жизни, отрезанной от основного потока энергии в ее теле. Этот случай демонстрирует, что может происходить в среднем возрасте, если с конфликтами, подобными

113 [113] 175,26 см;» 75 кг.

конфликтам Маргарет и Анны, не разобраться в подростковом возрасте. Катрин верила в то, что сила воли может положить конец ее проблеме с весом, но она узнала, что диета является всего лишь хирургической операцией, оказывающейся в конечном счете бесполезной, если не устраняется источник симптома. Ее отец страдал ожирением, и, хотя она освободилась от его физических габаритов благодаря диете, она не разрушила свою психическую связь с ним, так же как и не нашла свою собственную фемининность. По мере того как она приближалась ко второй половине жизни, Самость потребовала, чтобы она обрела свою собственную целостность. Таким образом, она вынуждена была признать, что природа и дух имеют свои собственные законы, которым Эго должно в итоге подчиниться.

Она относится к категории людей с первичным ожирением, потому что все члены ее семьи были крупными людьми, она родилась 10-фунтовой ¹¹⁴ малышкой и была толстой до 21 года. Затем она решила, что мира науки для нее недостаточно. Она села на диету и начала заниматься танцами, похудев до 125 фунтов ¹¹⁵, чтобы через три года обнаружить, что ее тело задерживает жидкость и набирает вес, несмотря на диету. В возрасте 32 лет, после ряда обмороков, ей был поставлен диагноз циклического отека. На протяжении 20 лет она удерживала вес и воду под строгим контролем между 150–170 фунтами ¹¹⁶.

Циклический отек — мучительный симптом для женщины, старающейся удерживать свой вес посредством повышенной активности и строгой диеты. Иногда она просыпается по утрам с распухшим лицом, с глазами, заплывшими так, что их невозможно открыть, и с болезненно раздутым телом. Она не может понять, что случилось. Если ее врач не распознает этот симптом, он улыбнется и скажет ей, что ее раздуло не оттого, что она питается воздухом. Она реагирует внутренней паникой, частично психологической, частично физической, потому что давление в ее теле невыносимо. (Одна 22-летняя женщина, участвовавшая в нашем исследовании, после подобной беседы поднесла к своему животу лезвие в попытке освободиться от давления.) Если она привыкает к симптуому, она может расслабиться в нем. Она накачана лекарствами. Она двигается как во сне. Она улыбается и разговаривает, но она не здесь. Ничто не трогает ее.

Несмотря на симптом, Катрин вела очень активную, творческую жизнь. Она вышла замуж, но у нее не было детей. В течение первых лет своей взрослой жизни она могла доводить свое тело до крайнего истощения, и в это время отек становился настолько тяжелым, что ее начинало клонить в сон. Когда она расслаблялась, она мечтала, что вода выйдет и она снова станет нормальной. Постепенно периоды сонливости увеличились до двух-трех дней из семи, именно тогда она и обратилась за консультацией.

Это был кризисный этап жизни. Фон Франц рассказывает об этом переломном моменте в следующем отрывке:

Вся жизненная энергия... скапливалась в глубинных слоях бессознательного, чтобы одним толчком вырваться оттуда. Природа не раз пыталась проявиться, но затем, кажется, затаивалась, накапливая огромный заряд. Но это опасно, потому что тогда она появляется в таком жутком виде, что... вы можете прийти к потрясающему решению, или потрясающей катастрофе, потому что природе безразлично, в какой форме проявиться. Осознание может прийти только лишь на смертном одре, и в конце может быть рак, и осознание может возникнуть в последний час. Был тихий период, когда природа накапливалась... материнский комплекс принял форму уничтожающего дракона. Из-за того, что с ним не борются (а просто проходят мимо), пожирающая мать принимает свою глубиннейшую, наихолоднейшую и

¹¹⁴ [114] 4,536 кг.

¹¹⁵ [115] 56,7 кг.

¹¹⁶ [116] 68,04–77,112 кг.

наиболее разрушительную форму и исчезает в недрах земли. Ничего больше не происходит на поверхности. Если архетип принимает форму змеи или дракона, то он пребывает на таких глубинных уровнях, что проявляется только в симпатической нервной системе, и конфликт принимает такую форму, что не может быть ассилирован. И больше не появляется даже никаких значимых снов. Это затишье перед бурей 117.

Катрин повезло, что она начала анализ и смогла соприкоснуться со своим змеем. Размышляя о своем внутреннем мире, она написала в дневнике:

Когда я чувствую себя легко, когда я счастлива и влюблена в жизнь, я чувствую, что всего лить ненадолго вышла из тюрьмы и что должна буду вернуться в нее. Я начинаю чувствовать себя виноватой. Я знаю, что страдание вернется. Я погружаюсь в безнадежность и чувствую, что мое тело наполняется водой. Давление растет, пока я не начинаю двигаться в трансе, чтобы вообще хоть как-то двигаться. Потом транс приводит меня к еще большей воде. Бог мой, это Офелия! И из-за того же! Она предала Гамлета, потому что не могла ослушаться своего отца. Тот ли это демон, от которого я пытаюсь убежать, — ревнивый, безжалостный Иегова, которому поклонялся мой отец?

Истинный дракон во мне лежит в воде. Он лежит в темной лагуне в глубинах моего существа. Это подавленные чувства и фемининность — лучшая часть меня самой превращается в ядовитый водоем, сдерживаемый запрудой. Мои прекрасные фемининные воды — моя естественная любовь, моя радость, моя злость, мое горе из-за того, как остро я переживаю всяческие инсинуации, — все это редко находило себе выражение. Этой преградой, запрудой является страх — страх отвержения, страх отвержения мужчинами, которых я люблю больше всех.

Старуха Алхимия со своей водянкой оставалась бессознательной в своих нижних частях, не осознавая свое живое фемининное чувство. Я старалась уговорить себя просто идти дальше по жизни, взять от нее все, что можно, толстой или худой. Незачем плакать. *C'est la vie*. Но потом звучал голос: «У тебя нет права надеяться. Ты не такая, как другие женщины. У тебя нет права жить». Когда боль от всего этого становилась слишком сильной, я тонула в море моих собственных невыплаканных слез.

Но одновременно с тем, как я тонула, я также цеплялась за что-то в этих водах. Я расслаблялась в бессознательности, я отказывалась от своего Эго, я доверялась другому голосу. Я прекращала волноваться и прекращала бороться. Я просто шла туда, куда меня несло сквозь опасности, которые могли бы оказаться смертельными, если бы мои глаза были открыты. Является ли это на самом деле переживанием темной стороны самости, парадоксально уничтожающей и вместе с тем спасающей меня? Является ли это моим страхом непреодолимой силы, заставляющей меня воспринимать ее как демона, пока я не расслаблюсь в ней? Я думала, что я победила темного бога, когда отказалась заплыть жиром. Но теперь сила моего Эго лишь затягивает меня все глубже. Возможно, если бы меня сознательно направляли, я бы не боялась. Возможно, мои настоящие чувства смогли бы найти естественное выражение. Тогда бы я смогла освободить Святой Дух, затопленный в этих водах. Тогда бы я смогла подчиниться любящему Богу и воистину духовно очиститься. Я бы смогла принять неизвестное — даже если это означало бы принять бездомность в качестве дома.

Сон Катрин помог ей воссоединиться с ее потерянной фемининностью. В течение нескольких месяцев посредством снов и активного воображения ее мудрая старая цыганка приобщила ее к феминенным ритуалам, помогла ей осознать свою собственную инстинктивную мудрость и восприимчивую природу. Постепенно она научилась сохранять

117 [117] Apuleius' Golden Ass. P. VIII-10.

контакт со своими настоящими чувствами и выражать их в естественных обстоятельствах. Соприкосновение со своей фемининной природой уменьшило ее страх отвержения. Ее зависимость от мочегонных препаратов снизилась; отечность появлялась все реже и становилась все слабее. Однако у нее все еще возникали сложности в связи с отказом от своего Эго, склонностью к компульсивным действиям и страхом хтонической фемининности. Затем ей приснился следующий сон:

Я со своим другом плаваю в маленьком озере. Внезапно я испугалась. Мы слишком далеко для меня заплыли. Он говорит: «Не волнуйся. Просто не сопротивляйся, и я переправлю тебя на другую сторону». Затем он рисует фигуру на воде, показывая мне, что противоположности могут быть объединены,

а не

. «Не теряй сейчас связь со своим темным богом, — сказал он. — Трансцендентное может прийти скорее из темного, чем из светлого. Твоя впадина в твоем темном боже».

Ее неожиданная потеря уверенности в себе, ее страх захлебнуться водой, страх довериться собственному Анимусу — все это было очевидно в исходной ситуации. Этот страх увел ее от Жизни к компульсивному действию. Ее Анимус просит ее не бороться с ним, а расслабиться и просто позволить всему идти как идет. Противоположности могут быть соединены только тогда, когда происходит слияние обеих сторон и темному богу бывает позволено пройти через впадину или маленькое озеро ее теневой стороны. Истинное исцеление ей может дать природа.

В течение нескольких недель ей снились черные заводи, в которые ей необходимо было прыгнуть. Страх удерживал ее. И затем ей приснился следующий сон:

Я бродила в темноте, когда подошла к черному, как смоль, кругу на земле. Он был похож на кратер вулкана, но я не была уверена ни в том, был ли он потухшим, ни в том, что я могла его разбудить, если бы прыгнула в него. Он был густой, вонючий, илистый. Затем раздался голос, больше похожий на просьбу, чем на приказ: «Бросься в пропасть». Я подошла к обрыву, окруженная эхом голосов: «Доверься... Доверься... Доверься...» Я прыгнула в середину, и, пока я падала, я увидела на дне пропасти две соединенные вместе золотые буквы *S*, образующие вместе знак? — символ бесконечности. Я приземлилась в середине. В одно мгновение он оказался в вертикальном положении, один конец его вспыхнул огнем и вынес меня на вершину тьмы.

Давая ассоциации на этот сон, Катрин сказала, что пропасть отделяла ее от всего, что она знала. Это была смерть. Ныряя в ее темноту, она ощущала свое полнейшее одиночество и поняла, что она вступила в борьбу жизни и смерти. Мир превратился в иллюзию, и единственными реальными были две золотые буквы *S* — *Spiritus Sanctus*¹¹⁸ — на дне ямы. Она вспомнила отрывок текста, который звучал приблизительно так: «Королевский сын лежит в глубинах моря, словно мертвый. Но он жив и зовет из глубины: “Того, кто вызволит меня из пучины морской и вытащит на сушу, я награжу несметными богатствами”»¹¹⁹. Она

118 [118] Дух Святой (лат.). — Прим. пер.

119 [119] Юнг писал, ссылаясь на *Rex marinus*: «В реальности с самых высот в темнейшие глубины материи опускается тайное, способное к превращению вещество, где оно ожидает своего освобождения. Но никто не погружается в эти глубины в хорошем состоянии из-за своего собственного превращения в темноте и из-за испытания огнем, чтобы спасти своего короля. Они не могут услышать голос короля и думают, что это хаотичный рев разрушения. Море (*mare nostrum*) алхимиков — их собственная тьма, бессознательное... темный фон души содержит не только зло, но и короля, требующего и способного к освобождению, спасению». (Jung C.G. Alchemical Studies. CW 13. Par. 183.)

сказала: «Это был его голос, зовущий меня из грязи. Я думала, что я спасала Его, а Он спас меня».

Эстер Хардинг в книге «Женские мистерии» рассказывает миф о луне, насылающей потоп на землю, но в то же время дающей и средство к спасению — месяц-лодку, в которой люди переправляются к солнцу, источнику тепла и света. В комментариях к мифу она пишет:

Безусловно, [психологический смысл этой дуги] — это освобождение от хладнокровной позиции бессознательных вод инстинкта, представляющих темноту луны, — можно найти в обретении новых отношений с лунной богиней. Быть спасенным на лодке богини — не то же самое, что быть затопленным лунными водами. Подняться на ее лодку означает стать одним из членов ее группы. Это религиозный символ... Спасение необходимо искать в новом отношении к силе инстинкта, включающем признание того факта, что он сам по себе не является человеческим, но принадлежит нечеловеческому или божественному царству. Взойти на лодку богини подразумевает принятие стремительного движения инстинкта вверх в область религиозного духа как проявление творческой силы самой жизни. Когда такое отношение достигнуто, инстинкт нельзя больше рассматривать как имущество, которое должно быть использовано в интересах личной жизни, вместо этого необходимо признать, что личное Я (Эго) должно подчиниться требованиям жизненной силы как божественного существа 120.

Преодолев свой страх хтонической фемининности и свое желание держаться сознательной Эго-позиции, Катрин подчинилась тому, что, как она чувствовала, могло быть смертью. Но в этой смерти она нашла силу жизни, запертую в водах, и Святой Дух, перенесший ее во вспышке живого огня к солнцу. Ее *Spiritus Sanctus*, погребенный в мутной воде, неожиданно трансформировался, благодаря проявленному ею доверию, в символ безвременности души, что сработало как мост, перенесший ее к сознанию. Ее темный бог вышел из впадины и помог ей выйти за пределы ее непреодолимой ситуации.

Катрин поняла, что ее одержимость и депрессия были связаны с бурными внутренними влечениями, которые не были реализованы. Они были вытеснены уступчивостью, составлявшей ядро ее депрессии в бессознательном. И еще раз цитируя фон Франц:

Поэтому, когда вы выводите людей из подобного состояния, они превращаются в голодного льва, который хочет съесть все вокруг, и депрессия оказывается всего лишь компенсацией или механизмом вытеснения, потому что они не знают, как справиться с таким бурным влечением 121.

Вплоть до этого момента у Катрин никогда не хватало смелости приблизиться к своим собственным творческим глубинам. Большая часть ее либидо была заперта в ее бессознательном, тогда как депрессия оставалась в сознании.

Что символизировал симптом Катрин? Ясно, что самость заставляла Эго подчиниться изначально задуманному плану, используя ее тело в качестве своего посредника. Это помогло ей похудеть, но оно было бессильно против нового симптома, похожего на ненавистный жир. Ее попытки убежать от своих чувств только запирали их в слезах, которые она носила на своих бедрах и боках. Ее повседневная жизнь превратилась в тюрьму, о тесных рамках которой она стремилась забыть, все быстрее бегая по своей дорожке-тренажеру; она старалась игнорировать свои интенсивные эмоции и в результате этого передавала свою личную судьбу в руки слепой природы.

120 [120] Harding E. Woman's Mysteries. P.266.

121 [121] Apuleius' Golden Ass. P. IV-6.

Но, к счастью для нее, природа не была слепа. Физиологически циклический отек можно сравнить с аллергией. Когда в тело проникает слишком много «отравляющих веществ», оно задерживает воду, чтобы защититься от чрезмерной боли ¹²². Оно защищает свой собственный индивидуальный химический состав от вторжения слишком многих чужеродных элементов. Слишком чуткая натура Катрин сделала ее уязвимой для очень многих психических вторжений. Тем самым инстинкт защищал ее и показывал ей, как ей самой защищаться. Периодически ее бросало в фемининные воды, она была вынуждена уступить своим собственным внутренним ритмам. Архетипическая ситуация в образах ее сновидения проявилась в виде рыбы, тихо размышающей в ее собственных бессознательных глубинах, питающейся фантазиями и мечтами, которые могли бы дать новую жизнь ее телу и ее Эго. В этом вневременном мире на дне моря она была свободна от расписаний, конфликтов и боли. Поскольку ее Эго было недостаточно сильным, чтобы выносить напряжение, боль переместилась в ее тело и отек позволил ей регрессировать к ситуации защищающей утробы, которая требовалась ей в это время ¹²³. В то же самое время он, как телесная броня, оборонял ее от дальнейшей атаки.

Когда она стала способной слышать свое тело и узнавать его послания в сознании, отек начал постепенно уменьшаться. Со временем, с помощью амплификации, она научилась принимать эти воды как божественные, как часть фемининного цикла растущей и убывающей луны. Постепенно она осознала, что затопление иногда было частью «кreatивной депрессии», беременности, предвестником творческих прорывов, которые были для нее жизненно необходимы. Ее креативность зависела от спокойного, непрерывного течения потока чувств; в противном случае чрезмерные старания при слишком незначительных успехах выматывали ее.

В «Mysterium Coniunctionis» Юнг подробно описывал трансформацию старого короля с помощью воды ¹²⁴. Вкратце притча такова. Перед началом битвы король попросил своего слугу принести ему воды: «Я требую воды, которая ближе всех моему сердцу и которой я мил больше всего на свете». После этого он так много выпил, что «все его конечности налились и все его вены вздулись, а с лица сошли краски». Его солдаты доставили его в затопленные покои, чтобы он пропотел и вода вышла из него, но, когда они открыли дверь, «он лежал там как мертвый». Египетские лекари порвали его на мелкие кусочки, измельчили их в порошок, смешали с лекарствами и снова положили его в покой. Когда его вынесли обратно, он был полумертв. Александрийские лекари перемололи тело еще раз, вымыли его и высушили, добавили новых веществ и поместили его в плавильный тигль с просверленными в днище дырками. Через час они разожгли над ним огонь и начали плавить его, так что жидкость стекала в стоящие внизу сосуды. Тогда король восстал из мертвых и крикнул: «Где мои враги? Я убью их всех, если они не повинуются мне».

В комментариях к этому мифу Юнг писал:

Идея была в том, чтобы извлечь пневму, или душу... из материи... в виде летучего или жидкого вещества и тем самым принести «тело» в жертву. Эта *aqua permanens* затем использовалась для оживления или реанимирования «мертвого» тела и, что парадоксально,

¹²² [122] Обсуждалось в разговоре с доктором медицины А. Зиглером, Цюрих.

¹²³ [123] Jung C.G. Flying Saucers: A Modern Myth. CW 10. Par. 780: «Мы теперь знаем, что существует фактор, являющийся посредником между очевидной несопоставимостью, несоизмеримостью тела и психикой, придающий материи своего рода "психическую" способность, а психике — своего рода "материальность", благодаря чему одно может воздействовать на другое. То, что тело может воздействовать на психику, кажется трюизмом, но, строго говоря, все, что нам известно, — это то, что любой телесный дефект или болезнь выражает себя психически».

¹²⁴ [124] Jung C.G. Rex and Regina. CW 14. Par. 357f.

для того, чтобы снова извлечь душу. Прежнее тело должно было умереть; его либо приносили в жертву, либо просто убивали, так же как и старый король должен был или умереть, или принести жертву богам ¹²⁵.

Самость Катрин также требовала подобного разрушения, чтобы очистить ее Эго и чтобы в результате она подчинилась Святому Духу. Только после этого в ее Тьме мог вспыхнуть бог, таким образом реанимируя ее «мертвое» тело и освобождая душу.

Попытка заглянуть в Сердца этих трех женщин позволяет выявить тайные муки погребенной фемининной души. Для Маргарет и Анны шла первая половина жизни, когда происходит борьба за формирование Эго; для Катрин же — вторая, когда в процессе индивидуации Эго должно подчиниться самости. Полнота, изучаемая как симптом, больше не может рассматриваться ни как просто попытка увеличить свою значимость, ни как попытка все удержать, ни как желание накормить жадный Анимус. Переедание также не является простой попыткой наказать себя и других, в особенности мать, которая всегда давала недостаточно. Направленный свет проясняет, что за стрелы оставляют эти раны. «Ранящие и болезненные стрелы летят не снаружи... а из засады нашего собственного бессознательного. Это наши собственные вытесненные желания, которые вонзаются, как стрелы, в нашу плоть» ¹²⁶.

ГЛАВА IV УТРАТА ФЕМИНИННОСТИ

Менады... это неистовые жрецы, посвятившие себя Дионису. Но это еще не все: они служат богу, страдая при этом от его озарений.
Из записок Марты Грэм

Ожирение является одним из основных невротических симптомов в Западном мире. Миллионы долларов, затрачиваемые на исследования, диеты и спортивные программы, свидетельствуют о тщетности наших попыток справиться с ним ¹²⁷. Стремление к худобе превратилось в манию, сводящую невроз к проблеме еды, однако эта проблема имеет глубокие болезненные корни. Тысячи анорексичных девушек, изнуряющих себя голодом и доводящих себя до изнеможения физическими нагрузками, отвергают традиционную женскую роль, предпочитая регрессировать в детство. Тысячи их толстых сестер переживают ту же мучительную агонию медленного процесса разрушения. И те и другие подписали кровью договор со Смертью.

Перекладывание вины на родителей — удобное оправдание этого чудовищного культурного преступления. Эти девушки говорят о своем весе с таким же смущением, с каким в свое время женщины говорили о своей сексуальной жизни ¹²⁸. Возможно ли, что

¹²⁵ [\[125\]](#) Ibid. Par. 358.

¹²⁶ [\[126\]](#) Jung C.G. Symbols of Transformation. CW 5. Par. 438.

¹²⁷ [\[127\]](#) Stunkard A. New Treatments for Obesity. Treatment and Management of Obesity. Р. 104. Установлено, что в целом не более 25 % людей с ожирением способны сбросить 20 фунтов (9,072 кг) и не более 5 % — 40 фунтов.

¹²⁸ [\[128\]](#) В разговоре с коллегой я узнала, что Ханна Грин, автор книги *I Never Promised You a Rose Garden*, страдала от ожирения, хотя она никогда не упоминала об этой проблеме в книге и не была показана толстой в фильме. Это представляется ярким примером современного стремления разоблачить агонию души, но в то же время спрятать «постыдную» правду о толстом теле. Сходное умалчивание проявилось в Ассоциативном эксперименте.

вытесненный бог, в начале XX века соматизированный в истерии, в наши дни проявляется в ожирении и нервной анорексии?

Двадцать тучных добровольцев, участвовавших в нашем исследовании, принадлежат к 40 % американок с повышенным весом и во многом являются продуктами западного образа жизни. Более детальный анализ значимых комплексов, выявленных с помощью Ассоциативного эксперимента, показывает, как проблема отдельного индивида отражает общую культуральную модель.

Комплекс Отца

У двенадцати из двадцати женщин с ожирением были позитивные комплексы отца, а у восьми отцов или не было, или они были алкоголиками, при этом их образы были идеализированы. Среди участниц контрольной группы у двенадцати были позитивные комплексы отца, а две идеализировали отцов, но у пятнадцати участниц контрольной группы также были позитивные комплексы матери, тогда как среди женщин с ожирением — только у четырех. Позитивный отец в отсутствие позитивной матери может также принимать на себя материнские характеристики. Из трех случаев, представленных в главе III, у двух женщин отцы были алкоголиками, что компенсировалось их чрезмерными проекциями на идеализированного отца-бога; у третьей был позитивный комплекс отца, с такими же чрезмерными проекциями на отца-бога. Насколько я могу судить, отцы всех троих были пуэрами. Именно это своеобразное задушевное разделение идей и чувств с отцом, кажется, является определяющим фактором в психике женщины с ожирением.

Рис. 3. Пабло Пикассо. Набросок к картине «Семья бродячих акробатов» (Балтиморский музей искусств)

Рисунок Пикассо (рисунок 3) ярко иллюстрирует расщепление Анимуса дочери. Часть ее тянется к утонченному пуэру, романтическому мечтателю, синеволосому идеалисту, страстно мечтающему убежать от действительности жизни на поиски лучшего мира. По отношению к нему ее чувства расщеплены. Одна ее часть — пуэлла, разделяющая его черты и его поиск духовного смысла; другая — мать, единственное желание которой — накормить своего мальчика и защитить его от боли.

В связи с тем, что в большинстве случаев отец — «маменькин сынок», он находится в тесном контакте со своим собственным бессознательным и лелеет эти творческие глубины, желая разделить их с вдохновительницей. Для исполнения этой роли ему нужна дочь, которая бы стала мостом к бессознательному; ему также нужно, чтобы она стала матерью, выступающей в качестве буфера между ним и реальностью. Толстый клоун — другая сторона пуэра, сенекс¹²⁹. В позитивном аспекте это мудрый старец, уважающий порядок, стабильность и безопасность и проживающий свою жизнь ответственно и полноправно. В негативном аспекте это фигура Сатурна, наделенная астрологическими характеристиками этой планеты: «одержимость, творческая депрессия и отчаяние, неуклюжесть, страдания, ощущение несвободы, беспомощность, бесчеловечность»¹³⁰.

В результате того, что две стороны архетипа не интегрированы в ее отце, девушка «одержима» его бессознательным. Таким образом, она перенимает его грузность и его клоунское чувство трагедии и иронии. Даже в самом счастливом танце она слышит

¹²⁹ [129] Джеймс Хиллман описывает две стороны этого архетипа в работе «Senex and Puer: An Aspect of the Historical and Psychological Present», Eranos-Jahrbuch, XXXVI, 1967.

¹³⁰ [130] Von Franz M.-L. Apuleius' Golden Ass. P. IV-5.

повторяющееся эхо: «Суэта, суэта, все суэта», — и чувствует, как ее ноги наливаются свинцом. В связи с тем что ее модели Логоса не хватает стабильности и внутреннего органа власти, ей также недостает средств, чтобы бороться с депрессией силами порядка и света. Отношения между отцом и дочерью могут быть представлены в виде четырех частной схемы (рисунок 4) 131.

Рис. 4. Психологическая динамика отношений отца и дочери

Некоторые отношения очевидны и сливаются одно с другим:

- а) личные отношения;
- б) отношения каждого к бессознательному;
- в) отношения Анимуса и Анимы, осложненные теневыми аспектами;
- г) отношения Анимуса дочери к ее отцу и отношения Анимы отца к его дочери.

Эта схема проясняет бессознательную ситуацию. Мать (материя, тело) бессознательно связана с сенексом и всем его сатурнианским бременем. Возможно, комбинация этих двух архетипов ответственна за то, что фигура тучной девушки прежде временно приобретает формы взрослой женщины.

Если имело место разногласие между родителями и отец в своем разочаровании переместил проекцию своей Анимы на дочь, она бессознательно превратилась в его невесту-ребенка, изнасилованную еще до достижения половой зрелости. Но этому супругу она может оставаться верной до конца своей жизни, будь то в своем выборе мужа, в своей неспособности выйти замуж или привнести Эрос в сексуальность. Бессознательно она может быть втянута в инцестуозный брак. (В терминах Фрейда, у нее комплекс Электры.) Пока она не распознает, что ее отец-любовник — это ее собственный внутренний идеальный мужчина, которого не следует проецировать на реального мужчину, она может потратить всю свою жизнь на поиск своего призрачного любовника. Если она найдет свой «идеал», она может оказаться в ситуации, трагичной вдвойне, потому что золотые стрелы, вероятно, поразят пуэра, ищащего мать-невесту. Их брак тогда окажется двойным инцестом.

За комплексом отца скрывается архетип бога-отца. Пуэлла, обожающая или идеализирующая своего пуэра-отца, будет искать в этом Боге свет и справедливость, хотя бессознательно она может бояться Его предательства. Сознательно она ищет красоту и истину; бессознательно темные силы в ее пуэр-Анимусе восстают против справедливого Иеговы, и невольно она может соединиться с Люцифером. В литературе полно подобных «невинных девиц».

В «Элоа», поэме Винни, возлюбленная дьявола — дева-ангел, никогда не спускавшаяся на землю. Она была дочерью Христа, появившаяся из слезы, пролитой Христом на могиле Лазаря. Ее миссией было утешение отчаявшихся. Она представляет собой небесный архетип тех смертных женщин, которые отдают свои жизни страдающим мужчинам в надежде поддержать и спасти их. Не чувствуя себя счастливой на небесах со своими братьями-ангелами, она жаждет спуститься в ад, чтобы утешить своих проклятых братьев, которые нуждаются в ней. Ангелом, больше всего нуждавшимся в ее симпатии, был сам Люцифер. В один прекрасный день она познакомилась с ангелом удивительной красоты и с чарующим красноречием. Не зная, кто он такой, наивная девица пленилась его слезами и роковым очарованием. Ее жалость превратилась в любовь. Окутанные облаком, они вместе перешли в ад, но их диалог был нечаянно услышан хором херувимов:

Ou me conduisez-vous, bel ange? — Viens toujours.

131 [131] Схема срисована со схемы архетипа *marriage quaternio* в работе Юнга «Психология переноса» (Jung C.G . CW 16. Par. 422).

— Que votre voix est triste, et quel sombre discours!
 N'esl-ce pas Eloa qui souleve ta chaîne?
 J'ai cru t'avoir sauvé. — Non, c'est moi qui t'entraîne.
 Si nous sommes unis, peu m'importe en quel lieu!
 Nomme-moi donc encore ou ta Soeur ou ton Dieu!
 — J'enlève mon esclave et je tiens ma victime.
 — Tu paraissais si bon! Oh! qu'ai-je fait? — Un crime.
 — Seras-tu plus heureux? du moins, es-tu content?
 — Plus triste que jamais. — Qui donc es-tu? — Satan 132.

Соблазненная его одиночеством и своей собственной жалостью, Элоа с тоскою спрашивает в последних двух строчках: хотя она не сделала его счастливым, быть может, он хотя бы удовлетворен? После чего последовал ответ, которого она, должно быть, опасалась: «Еще печальнее, чем когда-либо». — «Кто ты?» — спрашивает она. «Сатана», — отвечает он.

Элоа олицетворяет собой милую девушку, которая колеблется между тем, чтобы взять ответственность за самого дьявола, и тем, чтобы вообще не брать никакой ответственности. Ее сознательная преданность благим целям приводит к тому, что ее бессознательный демон рассеивается в ее партнере, который может выводить в жизнь ее теневой Анимус. Ей не удается стать обычной женщиной, которая может прямо взглянуть на себя и принять свою слабость и свою силу. «Совершенство» ее отца вынудило ее ожидать слишком много от себя и от других. Иегова постоянно оценивает ее, и она должна делать все, что в ее силах, чтобы понравиться Ему, даже ценой своей собственной целостности. Важнее всего для нее отношения с ее мужчиной. «Он только для Бога, и она для Бога в нем» 133. Не обладая уверенностью в себе, подобная женщина пожертвует даже своими собственными чувствами для того, чтобы сохранить единственные отношения, которые удерживают ее в жизни. Если она предаст глубину своих собственных чувств, она попадет в руки своего негативного Анимуса, который может стать достаточно разрушительным, чтобы убить ее. Ее преданность аполлоническому распорядку жизни, соединенная со страхом демона, влечет ее к поиску Эго-контроля посредством активности, характерной для Анимуса. Однако, игнорируя свою пузелла-сторону, она теряет связь с Дионисом, тем самым утрачивая самую главную часть своей женской природы.

Элоа как часть христианского мифа представляет интересную противоположность греческой Персефоне. Обе были невинными девами, соблазненными богом Подземного Царства. Однако Персефона была крепко укоренена на земле своими близкими отношениями с матерью; таким образом, она могла отаться Гадесу и в назначенные времена родить их сына, Диониса, чья колыбель — корзина для просеивания, в которой был лишь один колос, — была наиболее почитаемым предметом на великом празднике урожая, отмечаемого в Элевзии.

В противоположность ей, у Элоа нет человеческой матери и нет человеческого тела, и поэтому она оторвана от реальности. Ее жизнь возникла из сентиментальной мужской слезы, жалеющей смертных за их человеческую участь. Подобная сентиментальность не принимает реальные условия жизни на Земле. Элоа, не замечающая своего собственного порока и переполненная собственным желанием спасать, в то же самое время бессознательно восстает против бога, допускающего порок. В результате она утрачивает защиту от сатаны — заклятого мятежника. Без тесной близости с Матерью, Деметрой, ей не хватает прочных корней в ее собственной сексуальности. У нее нет почвы, на которую она могла бы

132 [132] Rudwin M. The Devil in Legend and Literature. R 234ff.

133 [133] Milton J. Paradise Lost, IV, line 299.

опираться, чтобы иметь дело с тенью, и она может стать бессмысленной жертвой мужчины, выбранного ею для спасения. Ни Дионис, ни живой Христос не могут родиться из ее тела.

Современная Элоа отказывается быть жертвой мужчины или Бога, которого она когда-то обожала. Однако она все еще не взяла на себя ответственности за своего собственного дьявола, и поэтому склонна проецировать его на маскулинный мир, в котором ищет отмщения за убийство своей женственности. Околдованная своим собственным маскулинным влечением к власти и не соединенная со своей собственной Деметрой, она не в состоянии увидеть в своей мести замаскированную форму самоубийства. Это отрезает путь к принесению жертвы. Ее утраченную женственность нельзя ни снова найти, ни обрести заново.

Комплекс Матери

Для женщины, находящейся во власти пищевого нарушения, еще более значимым, чем комплекса Отца, является комплекс Матери. Путаница в инстинктах, вероятно, берет свое начало еще в раннем младенчестве. У младенца для разных потребностей существует разный плач, но мать, не умеющая интерпретировать эти разные типы плача, или не имеющая внутренних ресурсов, чтобы отвечать различными способами, или мать, которой недостает любви, чтобы удовлетворить их, отвечает на каждый плач едой. И после того как она закормит ребенка, она удивляется: почему его рвет? Как он может быть таким неблагодарным? Говоря о дальнейших проблемах ребенка, Хильде Бруш пишет:

Неспособность правильно опознавать телесные ощущения — характерное нарушение при пищевых расстройствах; другие оттенки чувств также воспринимаются или понимаются неточно и часто связаны с неспособностью распознавать скрытые смыслы во взаимодействиях с другими.¹³⁴

Мать, потерявшая связь со своим собственным телом, не может дать своему ребенку ощущение гармонии с самостью и с вселенной, являющееся краеугольным для его будущего ощущения целостности.

Эрик Нойманн обсуждает важность позитивного контакта, устанавливаемого в самых ранних отношениях, в работе «Ребенок»:

Ритм и принципы поведения Великой Матери обусловлены переживаниями ребенком ритма его собственного тела и космического ритма дня и ночи, а также времен года. Этот ритм обуславливает жизнь всего органического мира, и основные ритуалы человечества настроены на него... Через гармонию между собственным ритмом ребенка и ритмом его матери — который на этапе самых ранних отношений переживается идентичным его собственному — образ матери становится для ребенка образцом и внутреннего, и внешнего миров... Источник ранних и наиболее базовых матриархальных принципов поведения в связи с этим следует искать в гармонии между еще не расщепленной целостностью ребенка и самостью, которая переживается через мать.¹³⁵

Нойманн продолжает свою мысль, уточняя, что, если эти ранние отношения нарушены, ребенок обвиняет себя, и «быть нелюбимым» становится для него синонимом «быть ненормальным, виноватым, одиноким». Позже самость самой девочки становится Ужасной Матерью, чье неприятие отнимает у ее собственного ребенка право жить. В связи с тем что

¹³⁴ [134] Bruch H . Eating Disorders. P. 337.

¹³⁵ [135] Neumann E. The Child. P. 90–91.

девочка переживает Анимус матери как враждебный, развивается парадокс. Она начинает воспринимать любой другой, более высокий, упорядочивающий принцип как угрозу для своей психики. Психика реагирует страхом, но этот страх — это страх хаоса.

Если самые ранние отношения позитивны, тогда девочка может выдержать столкновение с более высоким упорядочивающим принципом, потому что преобладание принципа Эроса дает ей смелость принять негативное превосходство. Она может умереть и знать, что родится вновь. Однако если ранние отношения негативны, испуганное Эго, которому инстинкт самосохранения прежде временно дал толчок к развитию, заменяет механизмами агрессии и обороны уверенность, которой негативная мать была неспособна дать 136.

Нет ничего удивительного, что в обществе, в котором столь многие матери утратили связь с ритмом своей собственной природы, страх жизни является основополагающим для многих личностей. У ребенка, которому не позволяет жить в соответствии со своими собственными непосредственными ритмами, развивается леденящий страх оказаться во власти собственных инстинктов, потому что он отрезан от своей собственной внутренней Сути и в результате этого отрезан от действительности жизни.

Такой ребенок вырастает в женщину, которая просто-напросто не понимает фемининного принципа. Для нее «быть восприимчивой» означает оставить контроль, открыться Судьбе и устремиться сквозь хаотическую тьму в бездонную пропасть. Но не раскроются любящие руки, чтобы поймать ее во время падения. И поэтому она не смеет отдаваться Жизни — последствия могут быть смертельными. Даже если бы дверь ее клетки была открыта, она не посмела бы выйти. Если бы она поступала соответственно своим собственным инстинктам и озвучивала свои чувства, она стала бы уязвимой для вызовов Судьбы. Лучше стараться удерживать контроль, храня молчание и играя роли дочери, жены и матери так, как она их понимает.

В самом деле, она, возможно, делает единственный выбор, на который способна. Сдаться Великой Матери — значит принять жизнь как она есть: зима сегодня, весна завтра, жестокость бок о бок с красотой, одиночество, следующее за любовью. Отказаться от сопротивления можно только тогда, когда человек знает, что любящие руки матери — или, возможно, распластерты крылья Снятого Духа — раскрыты, чтобы подхватить падающего ребенка. Во время решающего кризиса у человека на самом деле может не быть выбора.

Женщина с ожирением переживает растерянность, вызванную противоречивыми требованиями. Ее одержимость весом защищает ее от сознательного столкновения с противоположностями — столкновения, являющегося единственным способом достигнуть целостности, о которой она так мечтает. Ее фемининный инстинкт говорит ей как женщине, что она должна сдаться, но ее пугает потеря контроля, которого на самом деле она лишена. В то же время она знает, что не смеет сдаться из-за страха, что реализуются ее худшие кошмары: любящих рук здесь нет. Так же и любимый мужчина не может быть и любовником, и заместителем матери. Ее исцеление должно прийти сквозь пропасть отсутствующей женственности.

Пищевой, сексуальный и религиозный комплексы

Женщина с ожирением, днем поклоняющаяся Аполлону, ночью склонна быть неверной. Ее инстинкты требуют творческой активности, и, так как ее либидо сфокусировано на еде, она печет. Но и то время, когда она замешивает пирог и лепит печенья, влечения, которые не могут быть удовлетворены посредством еды, приходят в действие. Постепенно ее голод по жизни, ее сексуальный голод, ее духовный голод — все сливаются в одно неудержимое желание запретной еды. Внезапно все внутренние ограничения, которые она не

136 [136] Ibid. P. 105–109.

может преодолеть, исчезают, и совершенство, о котором она страстно мечтает, кажется вполне возможным. Конфликты разрешаются в мгновенном удовлетворении, возникающем при наполнении себя сладостями, которые означают для нее и жизнь, и любовь. Мгновенно она становится Королевой в своих владениях. Воплотив в себе нуминозность еды, она начинает идентифицироваться с ней. Возникает влечение к целостности, а вместе с ним и желание потерять себя и снова найти в самозабвенном порыве. Все завершается ее отказом от иллюзорной целостности, и она погружается в сон.

Когда она просыпается, ее отщепленное Эго осознает иллюзию. Она чувствует презрение к себе, к «гадости», которую она съела. Она страдает от унижения из-за собственного самообмана, и, возможно, она переключается на идентификацию с порочной едой; и тогда ей может казаться, что самоубийство является единственным возможным выходом. Где-то она должна стать целостной — если не в этой жизни, то в смерти. Ее слабое Эго склонно идентифицироваться с темной стороной самости¹³⁷. Ее дневная борьба за совершенство следует закону Аполлона; ее ночная борьба за целостность окрашена архаической свирепостью Менад, разрывающих зверя на части и пожирающих его сырую плоть. Таким образом, она стремится принять в себя Бога.

Анн Белфорд Уланов, описывая религиозную функцию психики, обсуждает концепцию Юнга в следующем отрывке:

Психика... построена на полярностях. Для того чтобы психика достигла целостности, Эго должно признать и примирить эти полярности. Процесс примирения начинается с участия сознания в символах, которые всплывают из бессознательного и соединяют вместе два противоположных полюса в форме третьего. Этот новый символ, совершая работу примирения, приводит сознание к более глубокому соприкосновению с остальной частью психики, и человек, в свою очередь, обогащая его отношения с другими людьми и давая ему возможность чувствовать более глубокую включенность в жизнь.

Переживание примирения несет с собой ощущение бытия, направляемое мощным источником жизни. Именно эти переживания воспринимаются как религиозные. Эта естественная способность психики создавать символы, оказывающие такое примиряющее влияние и вызывающие ощущение возбуждающего присутствия, была названа Юнгом религиозной функцией¹³⁸.

Эта цитата делает достаточно понятным процесс замещения, который происходит в том случае, если символ воспринимается конкретно. Духовный голод не был отделен от физического, и таинственная высшая сила, которая по природе своей должна принадлежать духу, была с проецирована на еду.

Женщина, не осознавшая свою Тень и не развившая свое Эго, запутавшись в подобном искажении, просто падает в бессознательное. Целостность, которую она ищет, примирение, которое она ощущает лишь на миг, появляются перед ней в ледяном свете дня как бесплодные извращения. Это не приводит ее к «более глубокому соприкосновению с психикой... не обогащает... ее взаимоотношений с другими людьми, не позволяет ей чувствовать более полную включенность в жизнь». Она ощущает, что рухнула в ад, отчужденная от всего.

Дух и природа пуэллы диаметрально противоположны, и если она отрезана от своих инстинктов, то она никак не может преодолеть этот разрыв. Она, таким образом, беззащитна перед негативным Анимусом. Ее инстинкты умоляют о жизни, и в своем слепом отчаянии

137 [137] Ср. М.-Л. фон Франц «Мотив искупления в сказках» (*von Franz*, p. 54–55) относительно проекции самости на смерть, которая может быть психологическим фактором при самоубийстве.

138 [138] *The Feminine in Jungian Psychology and in Christian Theology*. P. 85–86.

она алчно ест, чтобы удовлетворить их. Если она не способна обрести Эго-позицию и переедание затягивает ее все глубже в бессознательное, она попадает в царство Гекаты — царство нечеловеческого существования. Там она может есть себя поедом.

Только развивая свое Эго и учась ценить свои собственные чувства, она сможет сделать основное ядро сильным настолько, чтобы вынести конфликт противоположностей и донести страдания до переломной точки. Ее уверенная Персона должна быть сдана, а ее инфантильная Тень интегрирована. В обрядах инициация инициируемую иногда торжественно хоронили, подводили к краю смерти, и с этого момента начиналось ее возрождение. Таким же образом женщина может почувствовать, что она похоронена в своем собственном теле как в могиле, которую она сама же и выкопала, и из этой могилы она может воскреснуть. Только через полнейшее отречение она сможет почувствовать Грацию, которая способна спасти ее. Ее исцеление придет через умение слышать божественный голос внутри себя — во сне и посредством практик активного воображения с участием тела.

В культуре, склонной все больше забывать символический мир, женщина, выстраивающая свою жизнь вокруг еды, наиболее уязвима для ожирения. Свою сосущую духовную пустоту она будет тщетно пытаться заполнить конкретным воплощением символа. Это сосущая пустота перерастет в постоянную тревогу. В «Символической жизни» Юнг писал:

Только символическая жизнь может выразить потребность души — каждодневную потребность души, заметьте! И в связи с тем что у людей нет ничего подобного, они никогда не могут выйти за пределы этой тюрьмы — этой ужасной, изнуряющей, пошлой жизни, в которой они — «всего лишь...» В ритуалах они оказываются рядом с божеством; они даже сами становятся божественными ¹³⁹.

Женщина, лишившаяся своей роли как одной из исполнительниц в божественной драме жизни, чувствует себя вне «объятий всем сострадающей Матери» ¹⁴⁰. То, что должно в ней жить, одиноко; никто не трогает его, никто не знает его, она сама не знает о нем; но оно продолжает шевелиться, оно мешает ей, оно напрягает ее, и оно не дает ей покоя. Отвечая интеллигентной внучке раввина — женщине, испытывающей страх перед бездной, — Юнг сказал:

Вы были неверны своему Богу... Вы отреклись от тайны своего народа. Вы принадлежите к святому народу, и как Вы живете? Не удивительно, что Вы боитесь Бога, что Вы страдаете оттого, что боитесь Бога ¹⁴¹.

Этот страх присутствует у многих современных женщин; на самом деле он лежит в основе фанатичной стороны феминистского движения в Америке. Мэри Дейли, одна из наиболее известных феминисток, неистово отказалась от своего римского католицизма с его тираном Иеговой. Ее нападки на «патриархальное пространство» в работе «По ту сторону Бога-Отца» полны сарказма:

Перемены в своей основе оказываются лишь сепарацией и возвращением — это движение по кругу. Для того чтобы вырваться за пределы круга, требуется злость, «гнев божий», идущий от самого Бога в жизненно важном рывке к жизни. В связи с тем что

¹³⁹ [\[139\]](#) *Jung*. CW 18. Par. 627.

¹⁴⁰ [\[140\]](#) *Ibid.* Par. 632.

¹⁴¹ [\[141\]](#) *Ibid.* Par. 635.

женщины имеют дело с демоническими отношениями власти, т. е. со структурированным злом, им требуется ярость в качестве позитивной креативной силы, делающей возможным прорыв через преграду, созданную из ложных структур. Она появляется как реакция на шок от признания того, что нечто было утрачено, до того, как это было обнаружено, — своя собственная идентичность. Этот шок может дать указание на то, чем человеческое существо (в противовес половинчатому существованию) может быть. Ярость тогда может запустить и поддержать процесс перехода от переживания ничтожности к признанию сопричастия к жизни... Когда женщины делают позитивные шаги, чтобы выйти из патриархального пространства и времени, возникает рывок к новой жизни ¹⁴².

Сама ее язвительность предполагает некий глубокий личный гнев, некий переполняющий ее личный страх, некую горечь от утраты наследия своей собственной фемининной природы.

Та же самая беспокойная тоска не раз проявлялась в высказываниях женщин в нашем исследовании. «Я знаю, если бы я жила в согласии с Богом, я достигла бы согласия со своим телом». «Я не могу развиваться духовно, пока не смогу развить любовь к своему телу». Внутренняя взаимосвязь между религиозной и физической пищей очевидна. То, чего они жаждут, — «их хлеб насущный», но они воспринимают этот символ конкретно. Каждая из них верит, что физическая худоба может каким-то образом привести к духовной полноте. Им не удастся осознать, что существует дух, жаждущий воплотиться в их тела, и что отношение к этому духу может привести их к принятию своего фемининного Бытия. И только если они подчинятся этому духу, их тело отразит эту целостность.

Вместо того чтобы искать дух снаружи, они должны научиться слышать голос своей собственной заброшенной самости и тем самым вновь соприкоснуться со своей внутренней тайной. Только по этому пути они смогут прийти к чувству принадлежности к жизни и ощущению реальности, о котором они тоскуют.

Эта неразбериха с духом и телом вполне понятна в такой культуре, где дух конкретизирован в величественных небоскребах, где храмы превратились в музеи для туристов, где существует ассоциация женщина -плоть — дьявол, а природа подвергается насилию по любому прискорбному поводу. Это станет более понятным, если мы представим ребенка, растущего в пригороде, видящего отца только по выходным, когда он приносит угощения, в то время как целую неделю ребенок проводит со строгой матерью, требующей дисциплины. Из этого также следует, что в условиях этой бессознательной путаницы маскулинности и фемининности девочка будет видеть в своем оплывшем теле, с которым у нее не установлены отношения, темную сторону бога, повернувшегося против нее. Чем больше она борется с ним, тем больше она поглощена им, и тем сильнее ее страх полного уничтожения, аннигиляции. Соблюдение диеты благодаря твердой воле — маскулинный путь; соблюдение диеты с ощущением любви к своей собственной природе — фемининный. Ее единственная реальная надежда — забота о своем теле и отношение к нему как к сосуду, о котором может родиться ее самость.

Огромную опасность для женщины с ожирением представляет смещение одного инстинкта на другой. Радость Эроса в спальне утрачивается из-за жадности Гекаты на кухне. Сексуальная жажда целостности перенаправляется на еду, и экстаз от еды принимает на себя эмоциональные оттенки сексуальности и религии. Процесс поедания пищи до тех пор, пока Это не провалится в бессознательное, становится пародией на оргазм; за этим кроется стремление освободиться от напряжения и достичь покоя — сне или даже смерти.

Женщина, не нашедшая себя в своем собственном теле, зависит от мужчины, который бы помог ей родиться в этом мире, и в результате этого она предрасположена к проецированию своей самости на мужчину, которого любит. Сексуальность тогда

¹⁴² [142] Daly M. Beyond God the Father. P 43.

оказывается чрезмерно пронизана духовными нотками. Когда вера и любовь являются синонимами, она будет проецировать Бога на своего мужчину, чтобы стать свидетельницей крушения этого моста, не созданного для того, чтобы выносить такую тяжесть. Любым путем она должна найти своего собственного Бога внутри.

Как взаимосвязаны между собой эти пять комплексов? У них у всех есть одна общая черта — утрата фемининного Эго. Вирджиния Вульф однажды написала, что женщины приговорены обществом выполнять функции зеркал, отражающих мужчин таким образом, что они кажутся в два раза больше, чем есть на самом деле. Эта ситуация в чем-то изменилась, но большинство женщин по-прежнему не знают, как быть женственными, кроме как в отношениях с мужчинами. Как указывал Юнг:

Пока женщина согласна быть *femme à homme*, у нее не будет женской индивидуальности. Она пуста и просто сверкает — желанный сосуд для мужских проекций. Женщина как личность, однако, совсем другое дело: здесь иллюзия больше не работает ¹⁴³.

Возникает грустный вопрос: «Что видит женщина, не имеющая своей женственности, в лице такой же женщины? Что видит такая дочь в лице такой матери?» Безусловно, единственное, что она может увидеть, — это неприятие, дополненное едва уловимым вызовом или цинизмом. Очень часто эта пропасть усиливается бессознательным принижением со стороны отца всего женского по своей сути. Таким образом, девушка берет на себя бессознательное ощущение вины за то, кем она является. Ее самоотречение может привести к попытке само реализоваться в мужском мире и в то же время быть служанкой для всех мужчин в ее жизни. Она не знает истинной радости от переживания «Я ЕСТЬ», и не может обрести ее с помощью других женщин.

Женские мистерии древних культур устанавливали беспрерывную связь между поколениями — связь, позволявшую женщинам испытывать гордость, будучи частью потока жизни, текущего через них. Сейчас сознательные женщины в нашей культуре стремятся восстановить эту связь или найти ее современный эквивалент.

Глава V ПОВТОРНОЕ ОТКРЫТИЕ ЖЕНСТВЕННОСТИ

Догмат об Успении Богородицы на самом деле является принятием материи; в действительности это освящение материи. Если бы вам пришлось анализировать сны, вы бы это лучше поняли.

К.Г. Юнг

Мое исследование ожирения как психосоматического симптома у отдельно взятых женщин привело к пониманию того, что ожирение и нервная анорексия представляют собой противоположные полюса одного невроза. В дальнейшем понимание того, что правительство тратит миллионы долларов на работы по исследованию и того, и другого заболевания, заставило меня более тщательно изучить скрытые социальные подтексты.

В странах Запада, наиболее подверженных этим синдромам, женское начало обесценивалось веками, и сейчас оно серьезно искажено. Женщина, страдающая от этих синдромов, боится всего женского и отвергает его. Толстая или худая, она является женщиной своего времени. Ее отвергаемое тело олицетворяет свойственное сегодняшнему дню отчуждение от женского начала, и ее одержимость «хлебом насущным» является только одним из культуральных проявлений отчаянного поиска духовного смысла.

Путь назад, к фемининности, для женщин с ожирением или анорексией ничем не

¹⁴³ [143] «The Psychological Aspects of the Kore» (Jung. CW 9, I. Par. 355).

отличается от пути любой женщины. Все общество целиком должно найти потерянную богиню. Юнг указывал на важность догмата Успения Богородицы как принятия материи; в строках цитаты в начале этой главы он говорит: «это освящение материи». Но что значит переживать наши тела как святыню? Что значит извлечь душу из материи и затем использовать эту *aqua regalis* для возвращения к жизни «мертвого» тела и извлечения души еще раз? ¹⁴⁴ Ответ может быть заключен в нашей анатомии, и, как ни парадоксально, он более таинственен, чем многие из нас думают.

Мощное движение феминисток на Западе требует признания, но слишком часто их позиция является простой пародией на маскулинность. Многие тысячи женщин восстают против патриархального господства; многие другие радуются новым правам женщин, которые правительство вынуждено признавать. А многие чувствуют себя потерянными. Их приводят в ужас агрессия воинствующих феминистских лидеров, но они признают в себе некоторую глубинную пустоту. Они стараются быть хорошими женами, хорошими материами и хорошими деловыми женщинами. Но чего-то им не хватает. Они не знают, как быть верными своей собственной женственности. Нет никакого женского сообщества, в котором они могли бы состоять; кофейные посиделки — не выход, как не вариант есть или выпивать тайком. Если, однако, эти скрываемые действия понимать как искаженные инстинктивные влечения к целостности, то можно обнаружить за этим искажением естественное влечение.

Приступы переедания почти всегда предполагают алчное поглощение хлопьев, сладостей и молочных продуктов. Пшеничные пироги и мед были пищей, приносимой в жертву Дионису. Погружение молодого животного в молоко было частью обряда. Являются ли подобные кутежи проявлениями некоего архаического слоя души, психики, требующей соединения с богами и богинями мира? Этот вопрос побудил меня к более тщательному изучению Дионисийских мистерий в надежде понять, как женщина предыдущих культур интегрировала своего дикого зверя и позволяла расцвести своей собственной женственности. Это исследование привело меня к более ясному пониманию взаимоотношений между Дионисийскими мистериями и «освящением материи» в догмате об Успении. Это взаимоотношение является основной темой обсуждения в этой завершающей главе.

Таинственный кульп Диониса

Дионисийское «безумие», присущее компульсивному пищевому поведению, может быть современным выражением того, что ранее было известно как «одержимость», а в более поздние годы как «истерия». Я предположила, что это также можно рассматривать как форму околдованности. (Считается, что Дионис испытывал отвращение к виду совы.) В нашей культуре, где фемининность унижается, где к экстатическим религиозным инстинктам, рождающимся в теле, относятся как к порочным и где худоба (стройность), достигаемая любой ценой, превратилась в идола, природа берет реванш. Вытесненный бог, потребности которого больше не учитываются в качестве предпосылок психического здоровья, требует признания через соматические искажения. Бог природы перестает быть духом и завладевает женщиной как самоуправное животное. Полнота, а не секс табуирована в нашей культуре, и полнота принимает на себя оттенки порока и добродетели. Была очевидна скрытность женщин, участвовавших в Ассоциативном эксперименте, когда речь заходила об их реальном весе. Вопрос: «Сколько вы весите?» — был табуирован, и в ответ на него обычно звучали выражения типа «чертов вес» или различные другие эвфемизмы.

Парадоксально, что женщина, жаждущая похудеть, принимает на себя физические характеристики Диониса. Этот бог был уникален тем, что его последователями, несмотря на то, что сам он принадлежал к мужскому полу, в основном были женщины. По существу, он был андрогинным — бисексуальным богом, в котором были соединены мужское и женское

¹⁴⁴ [144] См. прим. к главе IV.

145 . Если мы снова посмотрим на комплексы, связанные с компульсивным пищевым поведением, и осознаем глубину предполагаемого им «безумия», мы увидим яростную маскулинную агрессию, сочетающуюся с томящейся фемининной пассивностью, желание их объединения в мирный союз. Симптом может быть крестом, на котором вынуждены мучиться тысячи, потому что они не ведают об андрогинном боже, борющимся за свое осознание.

Диониса также невозможно осознать посредством разума. Рациональный подход к ожирению доказал свою бесполезность на примере бесчисленного количества женщин. На уровне сознания они могут понимать, почему их влечет к еде; но на уровне бессознательного их действия не поддаются изменениям. Бог требует осознания, и, добровольно или нет, они должны выплатить ему свой долг. Их греческие и римские предшественницы, жены и матери сходной патриархальной культуры, предавались дионисийской инициации, чтобы обнаружить свою фемининную суть и примирить ее со своим собственным внутренним маскулинным духом.

Элевсинские мистерии

Участники Элевсинских мистерий, имитируя горе богини Деметры, голодали на пути к Элевсину — месту, где была найдена Кора. Духовные устремления и страдания не смешивались с телесным физическим голодом. Более того, Персефоне, отделяющейся от матери, было запрещено есть в Подземном Царстве, но в результате того, что она попробовала гранат, пока была с Гадесом, она так и не смогла окончательно вернуться к своей матери.

Прием пищи или ее отказ от нее является символически значимым во всех религиях. «Преломлять хлеб» с богом — значит пребывать в единстве с ним; быть голодным — значит находиться в одиночестве, искать его и готовиться к его пришествию путем очищения. Менады в древних Орфических обрядах подражали Титанам и том, что разрывали на части Диониса-Загрея, как животные. Дионис был и пожираемым, и пожирающим, потому что, пока они разрывали на части его плоть, он пожирал их. Но если женщина способна принять участие в «поедании бога» как в жертвоприношении, преобразовавшемся в таинство, она больше не действует по велению слепой страсти, потому что сознательно признает свою собственную титаническую природу; тогда бог наполняет ее жертвенной пищей и тем самым освобождает ее от ее собственной жестокости.

Только когда бог попадает в желудок этим жертвенным путем, он может быть проглочен и включен в чью-либо жизнь. Заглатывание пищи — животное удовольствие, однако животное не может «переварить» смысл бога. За то, что титаны разорвали Диониса на части, Зевс сжег их ударом молнии, и из их пепла были созданы люди. Если инстинкт освобождается от своей титанической жадности, то *lykos* (свет души) обретает свободу для поиска своей религиозной цели. Лавровый венец, который носила дионисийская инициируемая, символизировал ее естественное стремление к духовному росту.

Деметра, как Великая Мать, даровала бессмертие сыну мифического короля Элевсина. Будучи кормилицей младенца Демофона, она помещала его каждую ночь в огненную колыбель, тем самым превращая его в божественного ребенка. Каждая женщина, участвовавшая в мистериях, становилась кормилицей ребенка, рожденного в глубинах Подземного царства. Бессмертие — один из даров Деметры, и это бессмертие сродни бессмертию зерна:

Образ зерна, по сути, есть и образ начала, и образ конца, матери и дочери; и именно поэтому он относится к вне индивидуальному, к общему и вечному. Именно зерно всегда

145 [145] Полное обсуждение андрогинности Диониса см.: Hillman J . First Adam, then Eve. Eranos-Jahrbuch, XXXVIII, 1969.

падает в землю и возвращается, именно зерно всегда собирают золотистым и вызревшим, и все же, как налившееся и здоровое зерно, оно остается цельным, матерью и дочерью одновременно 146.

Во время обрядов, после поиска и священного брака, горели факелы, представлялся «ребенок» и жрец оглашал: «Великая богиня родила священного ребенка! Святая Бrimo родила священное дитя — Brimosa». (Сильная родила Силу.) Керений указывает, что ребенок может быть только ее возродившейся дочерью, но объявляется не рождение Коры, но рождение божественного мальчика. «Brimo — не только Деметра, отличная от Персефоны; она — неотличимые друг от друга мать и дочь. Ребенок также не дифференцирован — он лишь *рожденное*, плод рождения» 147. В *тишине* участникам представлялся спелый колос зерна, и они приходили к осознанию «непрерывности жизни в единении девы, матери и ребенка — сущности, которая умирает, рождает и вновь возвращается к жизни» 148.

Деметру идентифицировали с зерном, которое никогда не умирает, но постоянно прорастает из земли. Деметра, таким образом, является биологическим образом архетипа Самости. Юнг писал:

Самость — это *разграничивающее понятие*, которое никоим образом не заполняется известными психическими процессами. С одной стороны, оно включает в себя феномен синхронистичности, с другой с стороны, его архетип воплощен в структуре мозга и подтвержден физиологически: посредством электрической стимуляции определенной зоны ствола мозга эпилептика возможно создать видения мандалы (*quadratura circuli* 149) 150.

Четыре — это удвоенная фемининность, символизирующая цель процесса индивидуации. Три — маскулинное число, и оно символизирует этот процесс сам по себе. Три — также число Гекаты и Подземного царства.

Многие современные женщины, кажется, потеряли контакт с инстинктивной стороной психоидного архетипа; он провалился в пещеру Гекаты. То, что открывалось инициируемым в Элевсине, теперь редко осознается как фемининное сознание.

Символы Самости возникают в глубинах тела и выражают его вещественность точно также, как и структуру воспринимающего сознания. Символ — это живое тело (*corpus et anima* 151), поэтому «ребенок» является такой превосходной формулой для этого символа 152.

146 [146] Jung C.G., Kerényi C. Introduction to a Science of Mythology. P. 117.

147 [147] Ibid. P. 144.

148 [148] Ibid. P. 148.

149 [149] Квадратура круга (*лат.*). — Прим. пер.

150 [150] Из письма пастору Вальтеру Бернету, 13 Июня, 1955 (Jung C.G. Letters, 2.P. 258–259).

151 [151] Тело и душа (*лат.*). — Прим. пер.

152 [152] Юнг К.Г. Божественный ребенок. М.: Олимп, 1997. С. 371. (The Psychology of the Child Archetype. CW 9, I. Par. 291).

Слона знатной Абиссинки раскрывают, насколько тесно этот архетипический образ связан с женским телом:

С момента первой любви женщина становится другой. И так продолжается всю жизнь. Мужчина проводит ночь с женщиной и уходит. Его жизнь и его тело всегда одинаковы. Женщина зачинает. Как мать, она иная личность, чем бездетная женщина. Она носит плод ночи в своем теле в течение девяти месяцев. Что-то растет. Что-то врастает в ее жизнь, то, что никогда больше не покинет ее. Она мать. Она мать и останется матерью, даже если ее ребенок умрет, даже если все ее дети умрут. Потому что однажды она носила ребенка под своим сердцем. И он уже никогда не покинет ее сердца, даже если умрет. Всего этого мужчина не знает; он ничего не знает. Он не знает разницы моментов до любви и после любви, до материнства и после материнства. Он ничего не может знать. Только женщина может знать об этом и об этом говорить. Поэтому нашим мужьям не следует указывать нам, что делать 153.

Каждая женщина, вне зависимости от того, знает она об этом или нет, носит в своем теле «плод ночи». Этот плод может быть не реальным ребенком; это может быть биологический образ самости, т. е. ребенок как будущая возможность. До недавнего времени «известный психический процесс» являлся плодом мужского сознания. Но психологические корни этих процессов принадлежат фемининной модальности, и, возможно, именно эти психологические корни почитались в Элевсине. И сегодня эти тайны остаются в женском теле, и женщина, овладевающая своим телом на сознательном уровне, вновь посвящается в них.

Вилла Мистерий в Помпее

На Вилле Мистерий в Помпее восемь фресок раскрывают инициацию римской матроны 154. Они нам в особенности интересны, потому что на них изображена женщина, живущая в имперском Риме, в культуре, сходной с нашей, где ее фемининной природе могло угрожать ее сознательное маскулинное развитие.

В основе фресок — миф об Ариадне, помолвленной с Дионисом, но бросившей его, когда она влюбилась в Тезея — афинского героя-солнце — и убежала с ним. Он покинул ее на острове Наксос, пока она спала. Когда она проснулась и поняла, что случилось, она попыталась покончить с собой, кидаясь в руки Смерти, но Смерть на самом деле была Дионисом, появившимся из моря и заключившим с ней брачный союз. Так Ариадна ощутила трансформирующую силу исступленного единения с духом и в то же время — экстатического подчинения инстинктивному потоку жизни 155.

Инициируемая, вероятно, переживала таинство бога в подземном переходе Виллы. Это таинство раскрывалось перед ней как божественный ребенок в форме фаллоса, как ритуальный объект, хранимый в корзине для просеивания, традиционной колыбели бога, который позже возрождался в боге инстинкта, смерти и плодородия. Это таинство символизировало внутреннее подчинение, которое позволяло женщине ощутить свой глубинный эротический потенциал.

Ариадна была сестрой Минотавра. В своем одностороннем полете к сознанию она отказалась от собственной дионасийской темноты, но ей вредила глубинная бессознательная

153 [153] Jung C.G., Kerényi C. Introduction to a Science of Mythology P. 101.

154 [154] Линда Фирз-Дэвид обсуждала психологическую значимость этих фресок в: *Psychologische Betrachtungen zu der Villa dei Mysteri in Pompeji*.

155 [155] Более полное обсуждение этого мифа см. в: *Kerényi C. Dionysus*.

внутренняя сила. Только отказавшись от всех личных желаний и в полном одиночестве и отчаянии подчиняясь тому, что, как она считала, было Смертью, она на самом деле пережила любовное соединение с богом — соединение божественного и человеческого, маскулинного и фемининного — и преображение через этот брак.

Парадоксально, что женщина начинает осознавать себя личностью через безличный опыт, так как в религиозном переживании она принимает себя как часть Жизни. В то же время она начинает осознавать бога внутри себя и становится матерью для него. Это подчинение Смерти является решающим для женщины, так как все в ее природе требует родства с Жизнью, с мужчиной, которого она любит, с ее детьми. Подчинение духу кажется отказом от Жизни, прыжком в черную пропасть. Но это жертва, которую она должна принести, если она хочет найти своего собственного бога внутри.

На седьмой фреске в Вилле Мистерий изображена инициируемая после ошеломляющего переживания Таинства в подземном коридоре (рисунок 5)¹⁵⁶. Она стоит на коленях, как бы собираясь раскрыть корзину для просеивания, которую она, по-видимому, принесла с собой, но вмешивается чернокрылый ангел с хлыстом. Эта картина, похоже, раскрывает критический момент процесса индивидуации женщины, когда переживание бога внутри себя оставляет ее с чувством заполненности, которое помогает ей раскрыть тайну, но, как только тайна раскрыта, теряет свою власть и приобретает характер банальности. Интенсивным переживанием бога невозможно поделиться в словах¹⁵⁷. Фаллос определенно предполагает, что маскулинный творческий дух в женщине проявляется в сексуальности, будь то в реальном физическом единении или же в переживании единения в глубинах ее тела. Ангел, фемининный Снятой Дух, не позволит ей раскрыть ее секрет.

Рис. 5. Инициация с помощью корзины для просеивания (Вилла Мистерий, Помпеи)

Этим секретом она молчаливо делится на восьмой фреске. Там она в отчаянии припада головой к коленям ранее инициированной женщины, которая не сводит глаз с ангела, собирающегося ударить хлыстом (рисунок 6). Эстер Хардинг в «Родительском образе» говорит об этих последних двух фресках:

Рис. 6. Инициация отчаянием, под покровительством ранее инициированной женщины (Вилла Мистерий, Помпеи)

Возвратившись в верхнюю комнату, она должна через бичевание очиститься от малейшего чувства одержимости таинством, в котором она участвовала. В этом случае она приходит к своей собственной истинной женской зрелости. Это эмоциональное переживание, а не рост сознательного интеллектуального понимания, как в случае с мужчиной¹⁵⁸.

Психологически это означает, что женщина не должна осмеливаться идентифицироваться с архетипическим образом Анимуса, так как иначе она попадет под его

¹⁵⁶ [156] Репродукции фресок имеются в книге К.Г. Юнга «Человек и его Символы» (М.: АСТ, 1997), где их обсуждает Джозеф Хендerson.

¹⁵⁷ [157] В Элевсинских Мистериях опасность инфляции или идентификации с настроением преодолевается с помощью Баубо, чье грубое чувство юмора (выставление своего зада) разрушает чары неизбывного горя Деметры. Вульгарный человек может высвободить в женщине жизненную энергию.

¹⁵⁸ [158] Harding E. The Parental Image. 1947. P. 34–35.

власть и станет уязвима к его темной стороне. Ее страдание вызвано тем, что она познала божество, а затем его снова отторгли от нее. В принятии своей чисто человеческой беспомощности она открывает себе путь к спасению. Завершающая стадия процесса инициации воплощается в женщине на последней фреске (рисунок 7).

Рис. 7. Завершающая стадия превращения девушки в женщину (Вилла Мистерий, Помпей)

Женщина, не сумевшая осуществить эту трансформацию в пещере Гекаты, выносит божественного ребенка из огня колыбели и затем отождествляет процесс со своей собственной, а не с величественной властью, идущей через нее. Такая женщина становится «ведьмой», и ей угрожает опасность убить своего собственного ребенка. Поскольку она не отделила Это от самости, она впадает в грех гордыни. Мертвая лавровая ветвь становится ручкой ведьминской метлы — это отобранный фаллос, который она объявляет своим собственным. Когда мать становится одержимой возлюбленной своего младенца, она вновь делает его частью своего собственного биологического существования. Вместо возвращения к своей собственной человечности она захватывает символ своей божественности как матери-богини. Тогда ребенок становится для нее «жертвой» — подобно тому, как Адонис стал жертвой, принесенной Венере, оставаясь богом плодородия (бессознательного), навсегда привязанным к ней.

Женщина должна обособлять себя и от инстинкта, и от духа; иначе она будет пытаться обладать тем или другим и в итоге станет одержимой. Как только она почувствовала самость благодаря осознанию и принятию противоположностей, она может сознательно расслабиться в своей собственной женственности и позволить Жизни прийти к ней через ее собственное Бытие. Для Ариадны жизнь началась, когда она приняла Смерть — смерть ее собственных личных надежд и страстных желаний.

Танец

Современная женщина не может вернуться к Дионисийским мистериям, но она должна отправиться в путешествие в темные глубины и вернуться обратно. Она тоже должна увидеть этот свет в своем собственном мраке. Каким-то образом она снова должна найти священную тайну внутри своего собственного тела и почтить его и как сакральное, и как таинство. Танец — один из практических способов слушать тело.

Одна из женщин, участвовавших в нашем исследовании, обнаружила свой собственный дионаисийский путь, когда, как Ариадну, ее поразила Божья благодать, снизошедшая на нее как невыносимая трагедия. Многие годы она надеялась родить ребенка, но ее активная, управляемая Анимусом жизнь не давала ей времени установить связь с ее фемининной стороной. В конце концов, она забеременела и вынашивала ребенка девять месяцев, но он умер незадолго до своего рождения. Ее горе было безутешным, его невозможно было выразить словами. Сначала она даже не плакала. Потом она начала анализ и в то же время записалась в группу современного танца. Она писала в своем дневнике:

Танец — Бог, мне повезло, что он у меня есть! Он лучше, чем что-либо другое, соединит мой разум и тело вместе. Если тело — это бессознательное, то, возможно, это горе можно вытанцевать из меня, так же как можно выразить радость. Танец помогает разум непосредственно в теле. Оно должно обдумать и прочувствовать каждую деталь человеческого существования, и, возможно, таким образом оно сможет высвободить или привнести в сознание горе, находящееся внутри...

Я запуталась в идеи о ядре человеческого существования. Именно здесь находится моя боль. Здесь нет рационального мышления — она просто есть. Именно здесь, в Тай Цзы, образуется источник энергии. Именно здесь, в танце, танцор дышит и приводит в движение

душу. Достаточно странно, именно здесь также растет и плод. Я только начинаю снова распознавать свой центр. Я помню, когда была беременной, я не могла выражать себя через движение. Души не было — кто-то другой, ребенок, занимал мое ядро... Мне необходимо танцевать, потому что, когда я танцую, я есть. В одном жесте я могу почувствовать боль и радость. В танце я живу.

Где мой центр? Спасибо Богу за танец. Я постепенно обрела ядро; энергия и душа моего танца вернулись. После того как физический центр был найден, и танец, и мое счастье обрели некую реальность. И теперь я использую внутренние источники для поиска самости разума. Центр тела, который я считаю моим настоящим центром, посыпает энергию вверх по спине, как искру, чтобы зажечь разум... Я становлюсь движением, боль исчезает и заменяется радостью — расцветанием.

Танец придает чувству форму. Он выражает опыт, который невозможно передать словами. В танце рациональное и интуитивное начинают свободно перетекать друг в друга. Танец действует все тело. Танцовщица полностью обнажает свою душу через форму и чувство. Я интериоризирую каждое движение и стараюсь связать его с дыханием. Тело двигается, так как оно должно двигаться, чтобы выжить. Этот личный опыт созиания внутренних источников точно в центр ведет к взрыву энергии. Боль, которую я чувствовала до танца, исчезает, как будто жизнь проходит сквозь меня. Я становлюсь проводником вселенского духа. Это и есть процесс рождения — жизнь проходит сквозь меня. Вот почему уходит боль, когда я танцую, когда я творю. Я снова становлюсь частью жизненной силы. Танец танцует мной.

За восемь месяцев танец помог этой молодой женщине установить достаточно глубокие отношениям с самой собой, так что она оказалась способной принять следующий сон как жизненно важную жертву:

Я стою, озаренная ярким солнечным светом. Я держу своего малыша. У него в сердце торчит золотой нож. Меня, кажется, не беспокоит, что он мертв. Я не испытываю гнева. Я протягиваю руки, как будто предлагая его Богу.

Она не испытывала злости, потому что месяцы уединения и горевания привели ее к пониманию того, что ее ребенком необходимо было пожертвовать, чтобы могла родиться ее собственная самость.

Интуитивно она чувствовала, что ребенок, которого она носила под сердцем, был мальчиком. Бессознательно она с проецировала смысл всей своей жизни на этого ребенка, который бы спас ее от ее фемининных инстинктов и невыносимого чувства вины и страха, связанного с ними. Период ее жизни, управляемый тиранническим Иеговой, завершился жертвоприношением ее первенца. Эта жертва бросила ее в объятия Смерти и в самые темные глубины ее собственной фемининной природы, где она нашла свет своего собственного Существования. Этот свет появился в образах ее снов, которые напрямую соответствовали ее физическим переживаниям; таким образом, она смогла сознательно признать и интегрировать конфликт психики и сомы, из-за которого она так долго была бесплодной. Затем она смогла высвободить свою инстинктивную энергию, делая ее духовно доступной в качестве жизненной силы.

Как только она смогла воспринять свою жертву как часть Божьей благодати, приведшей к рождению ее собственной фемининной самости, она забеременела и родила девочку. Удерживая баланс между психикой и телом, она смогла признать и то, и другое божественным и построить свое собственное Эго в отношениях с ними, отказавшись от его требований.

Такое понимание танца кажется мне очень важным, поскольку, несмотря на то, что музыка и танец играли огромное значение в жизни женщин во все времена, лишь немногие современные женщины, особенно интуитивного и чувствующего типов, знают что-либо о

«превращении в танец». Их высокоразвитое сознание позволяет им получать удовольствие от социального танца, но их пугает возможность отдаваться своим эмоциям и музыке и, таким образом, познать свои собственные глубины. Этот скачок в бессознательное, однако, и является тем самым звеном, которое может связать их с жизненной силой.

Слова не подходят для выражения сильной страсти, даже когда речь принимает максимально символическую форму. Более того, слова могут быть опасны для женщины, потому что они способны запереть ее в субъективном пространстве и в пространстве маскулинного выражения идей. Чем больше она говаривает, тем громче ее внутренний голос утверждает: «Нет, это все совсем не то».

Музыка переводит ее во внеличное пространство, в мир, который говорит напрямую с ее сердцем, а не с разумом, в мир, в котором она может испытать целостность и гармонию. Таким образом она может осознать свою животную природу, не идентифицируясь с ней. Это не значит, что женщинам необходимо советовать вернуться к примитивным танцам. Скорее это предполагает, что музыка и креативный танец — один из наиболее верных способов, позволяющих привнести сознание в забытую мускулатуру. Диалог со своим собственным телом является формой активного воображения.

Танец — это способ приношения даров — пирогов и меда — змею за алтарем, и с помощью этих подношений достигается облегчение и очищение. При очень сознательном отношении к этому процессу женщина может воспринять этого змея и как порождающего, и как порожденного. В танце она может отказаться от собственнического инстинкта своего Эго и почувствовать свое тело как сосуд, через который может течь божественная сила. Таким образом, она может почувствовать себя абсолютно по-новому; она буквально преображается. Ее собственное тело может стать корзиной для просеивания, через которую она ощущает таинство. Только после этого она обретает свободу, чтобы любить, чтобы стать руслом, по которому течет Эрос.

Христианство и фемининное

Женщины XX века должны найти такую форму ритуалов, которая будет соответствовать нашей нынешней стадии сознания. Архетипы сами по себе безвременны и непознаваемы. То, что мы получаем из непосредственного опыта, — это те образы, которые они принимают во времени. Хотя архетипы остаются прежними, образы меняются и исчезают. Оторванные от корней прошлого из-за неизбежного угасания его образов, мы вступаем в конфронтацию со своим собственным переживанием себя как тайны. Только с ростом осознания нашего собственного отчуждения от себя мы сможем прийти к принятию необходимости погружения в кажущийся хаос. Переживание рождения себя (как это должно было произойти с описанной выше танцовщицей прежде, чем она смогла родить ребенка), по сути, является опытом Деметры, погружающей младенца в огненную колыбель.

Сон Катрин о коронованном змее

Сны современных женщин наводят на мысль, что новое сознание неминуемо. Сон Катрин о змее (приведенный в главе II) раскрывал темную, изолированную силу в ее психике. Один из ее позднейших снов отражает трансформацию змея и возможность нового начала:

Я нахожусь в глубокой подземной пещере. Неожиданно передо мной появляется змей, голова которого увенчана светящимся огнем. Я вижу, что корона — это живой глаз. Он непринужденно скользит сквозь темный петляющий проход, и я следую за ним. Мы входим в каменную комнату, в одной из стен которой вырезана каменная полка (рисунок 8). На полке две древние книги. Змей показывает мне кивком, чтобы я взяла одну. Я беру ближнюю из них — она называется «Семь летописей Западного мира», но когда я пытаюсь открыть ее, змей ударяет по моей руке своей головой. Звучит голос: «Эта закончена. Тебе предназначена

другая». Я беру ее в руки, но не открываю, потому что ее ошеломляющая идея доходит до меня через обложку. Она цвета лаванды, изящно украшена орнаментом из крошечных цветов и виноградных лоз. Через всю обложку, от угла к углу, идет крест, в центре ее — живой глаз, смотрящий на меня. Как будто мудрость веков, находящаяся в книге, проникает в самую мою сущность через сердце глаза. Я просыпаюсь, чувствуя, что находилась в присутствии Восьмого глаза — глаза Бога (рисунок 9).

Рис. 8. Коронованный змей с двумя древними книгами (рисунок сновидицы выполнен в цвете)

Рис. 9. Восьмой глаз (рисунок сновидицы выполнен в цвете)

Этот сон означает начало нового цикла, который можно интерпретировать и на коллективном, и на личном уровне. Змей, действующий как психономп, направляется со своим светящимся во тьме глазом к книге, на которой изображен такой же глаз. Черный змей, несущий яркий свет, означает примирение противоположностей, хтонического и духовного; свет пронзает тьму пещеры; новая книга покрыта цветами и виноградными лозами.

Змей указывает, что божественная целительная сила идет из второй книги. «Семь хроник Западного мира» — не для этой женщины. Означает ли это на коллективном уровне, что необходимо выйти за пределы патриархального сознания и его рациональной приверженности материальному прогрессу? У Катрин Восьмой глаз ассоциировался с Книгой Откровения (10:4):

И когда семь громов проговорили голосами своими, я хотел было писать; но услышал голос с неба, говорящий мне: «Скрой, что говорили семь громов, и не пиши сего».

Змей — это земной дух, чьи волнообразные движения, тем не менее, имеют определенное направление. Символически это можно интерпретировать как баланс сознательного и бессознательного, физического и психического. Давая ассоциации, Катрин сказала:

Мир, которому я оставалась верной, — общепринятая религия, общепринятое чувство — удерживал меня в ловушке моего разума, насильственно привязанного к Богу Иегове, которого я никогда, собственно, не признавала. Змей — это фигура Христа, заставляющая меня вырваться из этого навязанного состояния, взять ответственность за новую книгу. Христос пришел освободить нас от закона и высвободить в нас дух, но я никогда не понимала, что это означает, пока я не почувствовала силу этого Глаза. Это Присутствие полностью избавило меня от напряжения.

Змей — это фактически хранитель «трудно достижимого сокровища». Его глаз, кажется, хранит секрет ее жизни, соединяя ее с ее собственным глубинным жизненным процессом. Юнг указывал, что «эмоции нельзя расцепить, как идеи или мысли, потому что они идентичны определенным физическим условиям и таким образом глубоко укоренены в грубую материю тела»¹⁵⁹. С помощью Глаза Катрин воссоединилась с этими эмоциями и тем самым — со своим телом. Таким образом, она узнала и освободила свой дух.

Этот сон хорошо иллюстрирует синтезирующую силу бессознательного. Коронованный змей — андрогинный образ: первичное фемининное символизировано его чернотой, но освещенная корона, Глаз, означает маскулинного психопомпа, ведущего к

¹⁵⁹ [159] The Tavistock Lectures. CW 18. Par. 317.

преобразующему Эросу в Восьмом глазе. В конце концов, ее фемининное Эго разрушает свою идентификацию с патриархальным сознанием и вступает в сознательные взаимоотношения с фемининным принципом Эроса.

Культуральные значения

Тем из нас, кто все еще старается установить связь с корнями нашей культуры через христианский миф, следует спросить себя, как воссоединение с фемининным принципом преобразило бы наше сознательное отношение к христианским символам.

Юнг рассматривал принятие догмы Успения Богородицы как решающий шаг вперед в христианстве. Мария, в понимании церкви, исполняет функцию, сходную с функцией Деметры/Персефоны в Элевсинских мистериях. Она, как дева, сдается сверхъестественной силе и дает рождение божественному сыну. Она позволяет использовать свое тело как сосуд для зачатия и рождения. Этот архетипический образ является центральным для праздника Рождества, но для большинства христиан это образ проецируемый и поэтому внешний по отношению к ним самим. В связи с тем что у них отсутствует восприятие нуминозного, религия перестала удерживать центральное место в их жизни. Без фемининного духовного восприятия подчинения, оплодотворения и родов (и мужчинами, и женщинами) пропадает связь, соединяющая человека с его глубинными психическими корнями. Именно посредством фемининной модели может произойти Вочеловечивание — дух может быть помещен в плоть и рожден из плоти. Таким образом, вся личность трансформируется за счет интенсивной эмоциональной реакции.

Это не означает пассивного принятия всего, что происходит, — это привело бы к мазохистскому страданию. Наоборот, это открытая фемининная реакция на жизнеутверждающий момент, исчерпывающее фемининное Да, которое требует открытого выражения отваги, веры и любви человека. В этот момент она и субъект, и объект, так как добровольно открывается затмевающей «власти Высшего» (Лука 1:35). Божественный сын, которого она обретает в результате этого соединения, оплодотворит все ее дальнейшее Бытие.

Женщина, осмыслившая в этом таинство в своем сердце, никогда не будет просто производной ребра Адама, потому что она пришла к своей духовности не в результате рассудочного поиска; она не просто идентифицировалась со своим позитивным отцом-богом ценой своих фемининных инстинктов. Этот последний тип духовности может лишь фактически отрезать ее от жизни, от ее собственной фемининности и, что парадоксально, от ее позитивной маскулинности. В случае женщины истинное духовное переживание для должно со страстью проникнуть в ее тело, и ее податливость этой силе породит новое творение, новое отношение к ее непосредственному окружению. Непосредственность момента потребует от нее гибкости, мудрости и сострадания в каждой повседневной ситуации. Реальность наполняется смыслом в результате «пересечения с вневременным моментом»¹⁶⁰.

В работе «Женщины в Европе», впервые опубликованной в 1927 г., Юнг обращается к теме любви женщины:

Ее любовь требует всего мужчину — не просто маскулинность как таковую, но также и ее отрицание. Любовь женщины — это не чувство, как у мужчины, а волевой акт, который временами бывает ужасающе бесчувственным и даже может вынудить ее пожертвовать собой. Мужчина, любимый таким образом, не может убежать от своей низшей стороны, потому что он может отвечать на реальность ее любви только своей собственной реальностью. И эта реальность — не точное подобие, но верное отражение той вечной человеческой природы, соединяющей вместе все человечество, отражение высот и глубин

¹⁶⁰ [160] Eliot. Four Quartets, «Little Gidding».

человеческой жизни, общей для всех нас... Женщины все более и более осознают, что одна любовь может дать им полноценное достоинство, так же как и мужчины начинают интуитивно понимать, что только дух может придать жизни ее высочайший смысл. И те и другие ищут психических взаимоотношений, потому что любви нужен дух, а духу — любовь, для их завершенности... То, что находится на дне, — не просто предлог для дальнейшего удовольствия, но нечто, чего мы боимся, потому что оно настойчиво стремится играть свою роль в жизни более сознательного и целостного человека ¹⁶¹.

Женщина должна исцелить внутренние раны. Для этого ей нужны психические взаимоотношения, которые возможны только тогда (в соответствии с Юнгом), когда «между людьми существует психическое расстояние, точно так же, как нравственное поведение предполагает свободу» ¹⁶². Отсутствие же отношений ведет к чувству духовного голода.

Фемининная психика реагирует на этот голод, потому что это функция Эроса — соединять то, что разъединил Логос. Сегодня перед женщиной стоит огромнейшая культурная задача — возможно, это станет истоком новой эры ¹⁶³.

События последних 50 лет доказали истинность предсказания Юнга. К сожалению, дорога к фемининности прокладывалась слишком крутыми путями, когда ею пытались овладеть, наложив на нее жестокие руки. Эти радикальные методы в конечном итоге приводят к жестокости, потому что сутью фемининного является его таинство, которое мы ни в коем случае не должны подвергать насилию, внезапно выталкивая его на яркий солнечный свет. Фемининное в конечном счете раскроет свою темную тайну, но всему свое время. Сейчас инкубационный период переживают многие женщины, которые, хотя и не присоединяются к группам протesta, тем не менее, исследуют свои «заключенные в тюрьму» чувства, пытаясь найти свой собственный путь к свободе. Джин Бейкер Миллер, описывая женщин в 1970-х, говорит:

В наше время мы чисто слышим о том, что людям не хватает аутентичности. Но мы мало осведомлены о том, что попытки достичь аутентичности для половины населения сопряжены с явным и прямым риском. Для женщин действовать и противодействовать в соответствии со своей собственной сущностью означает бросить вызов принятому отношению к ним и предписанному образу жизни. Движение к аутентичности также предполагает творчество, в непосредственной и глубоко личной манере ¹⁶⁴.

Что значит открытие Восьмого глаза для понимания психологии женщины с ожирением? Юнг утверждал, что для западной психики Христос остается важнейшим образом самости и что утрата этого образа могла бы иметь громадные последствия ¹⁶⁵. Он видит одним из центральных образов христианства распятие, которое он интерпретирует как борьбу Христа за разделение образа Бога Ветхого Завета — борьбу, прообраз которой описан

¹⁶¹ [\[161\]](#) CW 10. Par. 261, 269, 271.

¹⁶² [\[162\]](#) Ibid. Par. 273.

¹⁶³ [\[163\]](#) Ibid. Par. 275.

¹⁶⁴ [\[164\]](#) Toward a New Psychology of Women. Par. 119.

¹⁶⁵ [\[165\]](#) Symbols of Transformation. CW 5. Par. 576.

в Книге Иова 166. Его «Ответ Иову» содержит в себе анализ того, что он считал особенностью христианского сознания. Юнг предположил, что неудача в достижении этого сознания путем установления различий между образом Бога Ветхого и Нового Заветов привела к регрессивной психологии, в которой принесение в жертву сына рассматривалось как добровольное и необходимое повиновение Богу Ветхого Завета. Отказавшись противостоять негативным сторонам Ветхозаветного Отца, Христос ортодоксальной теологии (рассматриваемый как архетип) символизировал лишенную свободы психику, ограниченную позитивным отцовским комплексом 167. То, что теологи считают жертвоприношением, в этом контексте становится психическим убийством или, с точки зрения данного исследования, психическим самоубийством 168.

Для Юнга значения Христа как образа самости заключается в необходимости прожить столь же аутентичную жизнь, как прожил Христос 169. Для женщины с ожирением это означает открытие ее собственной фемининности, которая необходимо включает в себя болезненную сепарацию от позитивного отца — посредством прямого столкновения с его темной стороной.

Трагедия женщины с ожирением заключается, с одной стороны, в потере ее собственной фемининной подлинной сущности, а с другой — в ее желании спасти Отца, взяв на себя Его темную сторону без какого-либо сознательного понимания того, что она делает. Пока она не осознает, что старается спасти свою собственную жизнь, она будет оставаться жертвой. Для понимания того, что на карту поставлена ее собственная жизнь, ей надо признать, что грехи родителей (и реальных, и архетипических) не должны принимать форму ее собственного неосознанного чувства вины. Ей следует открыть глаза на свою темную сторону и взять на себя ответственность за свою собственную Тень.

Многие женщины до сих пор живут под управлением Отца, потому что они, как и их матери и бабушки, приняли патриархальные ценности и не признали свое собственное тело, а вместе с ним — и собственную Тень. Таким образом они избежали распятия, но также потеряли связь с со своей подлинной сутью и утратили возможность родить своего собственного божественного ребенка из своей собственной священной материи. Для духовного рождения, как и для биологического, требуется соединение противоположностей, и священный ребенок рождается в результате соединения духа со спасенной фемининностью. В мироустройстве Отца нет места для сознательной женщины. Она поймана в мифологическую ловушку темной стороны в результате идентификации, подобно Еве с темным змеем.

Целительная сила змея была недооценена Церковью. Когда так сильно подчеркивается светлая сторона Христа, темная сторона вытесняется и принимает демонические размеры. Исторически женщин было принято отождествлять с этой темной стороной. Их спасение, с психологической точки зрения, состоит в сознательном проживании психического процесса, символизируемого Распятием. Страдания на кресте включают признание противоположностей и интеграцию темной стороны 170.

166 [166] Answer to Job. Par. 70.

167 [167] Ibid. Par. 78.

168 [168] Ibid Par. 91–92.

169 [169] Обсуждалось в письме, адресованном Дороти Хош, 3 Июля, 1952 (*Letter* 2.P. 76–78).

170 [170] Jung C.G. Answer to Job. Par. 90: «Почему этот неизбежный результат христианской психологии должен означать искупление, сложно понять, за исключением того, что сознательное признание противоположностей, хотя и могущее быть болезненным в какой-то момент, на самом деле несет с собой определенное чувство избавления... С одной стороны, это избавление от мучительного состояния унылой и

Истинно любящая женщина должна принять неизбежное страдание на кресте; только сознание может освободить ее от бессмысленного мучения. Это спасение приходит в результате любви, которая возвышается над ее личными желаниями. Эпоха Восьмого глаза, безусловно, является приходом темного, бессознательного змея к свету Эроса, к сознательному пониманию любви и к признанию того, что инстинктивная фемининность и божественная фемининность в конечном итоге едины. Эпоха Святого Духа — это эпоха примирения противоположностей.

Темная сторона Бога, связываемая в христианской теологии со старозаветным Иеговой, который требует смерти своего сына для смягчения своего гнева и удовлетворения своего примитивного чувства справедливости, делает сатану и Еву одновременно и его противниками, и союзниками¹⁷¹. Сатана — один из сыновей Бога. В юнгианских терминах он представляет собой «четвертого», что превращает христианскую Троицу в четверичное сознание. Идентификация Евы с сатаной в мифе о грехопадении ставит перед женщиной задачу возродить сатану в его первоначальном облике Люцифера, утренней звезды или носителя света — в том облике, который он принимает в сне о Восьмом глазе.

Без фемининного начала сатана и Христос должны оставаться поляризованными противоположностями. Фемининное — это любовь, соединяющая враждающих братьев. Анн Уланов, признавая роль фемининного в христианстве, пишет:

...Вопреки критике того, что христианство разделяет дух и плоть, признание фемининного раскрывает, что в любви Христа жизненно важнаексуальная полярность, которая провозглашает соединение плоти и духа. Вопреки критике того, что христианство обесценивает и Эго, и агрессию, полное признание фемининного защищает нормальную функцию агрессии на службе любви¹⁷².

Это означает, что фемининное — носитель Святого Духа. Другими словами, женщина — это фемининная сторона Христа, если признать его андрогинную природу как истинного примирителя, совершающего внутри себя церемонию *hieros gamos*¹⁷³.

Сознание в иудео-христианском мифе слишком долго отождествлялось с первородным грехом. Ева, идентифицируясь со змеем и соблазня Адама отведать с древа познания, в психической реальности предлагает мужчине сознание. Она тем самым освобождает его из лона Рая. В этом смысле Ева дает рождение Адаму, а не Адам дает рождение Еве. Она дает рождение мужчине, так же как и Мария дает рождение Христу. В этой парадоксальной ситуации Ева как «искусительница» и Ева как сосуд для искупительного зерна сознания воплощает в жизнь истинное значение фемининной психики, в которой инстинктивное фемининное (темный, бессознательный змей, который есть одновременно и Сатана, и вегетативная природа мужчины) и божественное фемининное (Сатана как Люцифер, психопомп, носитель света) едины.

В процессе этого исследования стало очевидным одно из решений проблемы ожирения.

беспомощной бессознательности, а с другой стороны, растущее осознание противоположностей Бога, в которых может участвовать человек, если он не сожмется под ударом разделяющего меча, которым является Христос. Только в наиболее экстремальном и в наиболее угрожающем конфликте христианство в самом деле переживает избавление в божестве, всегда зная, что оно не разрушится, но примет ношу избранности Богом. Только этим способом *imago Dei* реализует себя в нем, и Бог становится человеком».

¹⁷¹ [171] Ibid. Par. 111.

¹⁷² [172] Ulanov . 1971. P. 313.

¹⁷³ [173] Священный брак (лат.) — Прим. пер.

Если маленькая сова, сбитая с толку и заколдованная, откажется от своей роли дочери пекаря, она сможет сбросить свой покров из перьев и обрести способность «иметь дело со своим собственным страданием». Потом она может отказаться от патриархального взгляда и признать нищего у своего собственного черного входа. В этом незнакомце она может найти свое собственное психологическое родство с Евой и с Девой Марией. Ее эмансипация, освобождение заключается в психическом проигрывании ее собственного физического воскрешения — сознательного освобождения из склепа, который бессознательно достался ей по наследству, и вхождения в ее вечное и божественное плодоносное тело.

В заключительных строчках своего стихотворения «Среди школьников» Вильям Батлер Йейтс пишет:

Труд процветает и танцует там, где
Тело не истязается для удовольствия души,
И красота не рождается из отчаяния,
И мудрости не затуманен взор полуночной картиной.
О каштан, цветущее древо с мощными корнями,
Ты лист, цветок или ствол?
О тело, качающееся под музыку, о блестящий взор,
Как можем отличить мы танцующего от танца?

Слишком долго тело «истязалось для удовольствия души», фемининную природу отвергали, чтобы накормить рациональный разум. Односторонность крайней одухотворенности породила только «мудрость с затуманенным взором», рожденную «полуночной картиной». При таком подходе дерево жизни не раскрывается навстречу плоду индивидуации. Сознание должно принимать органическою природу самого дерева. «Блестящему взору» Восьмого глаза — глаза исцеляющего змея, чью фемининную силу христианство по большей части игнорировало, — необходимо позволить проникнуть в ее наитемнейшие глубины. Только тогда «цветущее древо с мощными корнями» сможет вытянуться ввысь в полный рост, качаться под свою истинную музыку, танцевать свой Единственный танец.

ЛИТЕРАТУРА

- Atkins R. Dr. Atkins' Diet Revolution. New York: Bantam Books, 1977.
- Bray G. Definition, Measurement, and Classification of the Syndromes of Obesity // International Journal of Obesity. 1978. 2. № 2.
- Bruch H. The Golden Cage: The Enigma of Anorexia Nervosa. London: Open Books Publ. Ltd., 1978.
- Bruch H. Eating Disorders: Obesity, Anorexia Nervosa, and the Person Within. New York: Basic Books Ltd., 1973.
- Calow P. Biological Machines: A Cybernetic Approach to Life. London: Edward Arnold Ltd., 1976.
- Cannon W. Bodily Changes in Pain, Hunger, Fear, and Rage. Boston: Charles T. Branford Co., 1953.
- Cheraskin E., Ringsdorf W.M.Jr. Psychodietetics. New York: Bantam Books, 1974.
- C.G. Jung Speaking / Ed. by W. McGuire, R.F.C. Hull. Princeton: Princeton U.P (Bollingen Series XCVII). 1977.
- Crisp A.H. Some Aspects of the Relationship between Body Weight and Sexual Behaviour with Particular Reference to Massive Obesity and Anorexia Nervosa // International Journal of

Obesity. 1978. 2. № 1.

Daly M. Beyond God the Father: Toward a New Philosophy of Women's Liberation. Boston: Beacon Press, 1977.

Dunbar F. Emotions and Bodily Changes. New York: Columbia U.P., 1954.

Dunbar F. Mind and Body: Psychosomatic Medium. New York: Random House, 1947.

Eliot T.S. Four Quartets. London: Faber amp; Faber, 1952.

Fierz-David L. Psychologische Betrachtungen zu der Freskenfolge der Villa dei Misteri in Pompeji. Zurich, 1957.

Graham M. The Notebooks of Martha Graham. New York: Harcourt Brace, Jovanovich Inc, 1973.

Harding E. Psychic Energy: Its Source and Goal. Washington, D.C.: Publ. for Bollingen Foundation Inc. by Pantheon Books Inc., 1947.

Harding E. The Parental Image: Its Injury and Reconstruction. New York: G.P. Putnam's Sons for C.G. Jung Foundation for Analytical Psychology, 1965.

Harding E. Woman's Mysteries. London: Longmans, Green amp; Co., 1935.

Hillman J. Senex and Puer: An Aspect of the Historical and Psychological Present // Eranos-Jahrbuch. XXXVI. 1967.

Hillman J. First Adam, then Eve // Eranos-Jahrbuch. XXXVIII. 1969.

Jung C.G. The Collected Works (Bollingen Series XX). 20 vols. / Transl. by R.F.C. Hull, ed. by H. Read. M. Fordham, G. Adler, Wm. Mc-Guire, Princeton: Princeton, U.P., 1953–1979.

Jung C.G. Answer to Job / Transl. by R.F.C. Hull. London: Routledge amp; Kegan Paul. 1964.

Jung C.G. Man and His Symbols. London: Aldus Books, 1964.

Jung C.G. Letters (Bollingen Series XCV). 2 vols. / Ed. by G. Adler. Princeton: Princeton, U.P., 1973–1975.

Jung C.G., Kerényi C. Introduction to a Science of Mythology: The Myth of the Divine Child and the Mysteries of Eleusis/Transl. by R.F.C. Hull. London: Routledge amp; Kegan Paul, 1969.

Kerényi C. Dionysos, Archetypal Image of Indestructible Life. (Bollingen Series LXV-2) / Transl. by R. Manheim. Princeton: Princeton U.P., 1976.

Kerényi C. The Gods of the Greeks / Transl. by N. Cameron. London: Thames amp; Hudson, 1976.

Kittridge G.L. (ed.) Shakespeare's Hamlet. London, Ginn and Co (no date).

Lockhart. R.A. Cancer in Myth and Dream //Spring 1977. Zurich: Spring Publications, 1977.

Mackarness R. Eat. Fat and Grow Slim. Glasgow: William Collins Sons amp; Co. Ltd., 1976.

Mackarness R. Not All in the Mind. London: Pan Books Ltd., 1977.

Miller J.B. Toward a New Psychology of Women. Aylesbury, England: Penguin Books Ltd., 1976.

Neumann E. The Child. New York: G.P. Putnam's Sons for C.G. Jung Foundation for Analytical Psychology, 1973.

Penguin Book of English Verse / Ed. by J. Hay ward. London: Penguin Books, 1960.

Rudwin M. The Devil in Legend and Literature. La Salle, Illinois: The Open Court Publ. Co., 1931.

Selye H. Stress Without Distress. Scarborough: The New American Library of Canada Ltd., 1975.

Tepperman J. Metabolic and Endocrine Physiology. 3rd ed. Chicago: Year Book Medical Publishers Inc., 1974.

Textbook of Medicine. 14th ed. / Ed. by P.B. Beeson, W. McDermott. Philadelphia: Saunders Publications, 1975.

Treatment and Management of Obesity / Ed. by Bray and Bethune. Hagerstown, Maryland: Harper amp; Row, Medical Department, 1974.

Ulanov A.B. The Feminine in Jungian Psychology and in Christian Theology. Evanston: Northwestern U.P., 1971.

Von Franz M.-L. Apuleius' Golden Ass. Zurich: Spring Publications. 1970.

Von Franz M.-L. The Psychological Meaning of Redemption Motifs in Fairytales. Toronto: Inner City Books, 1980.

Von Franz M.-L. Shadow and Evil in Fairytales. Zurich: Spring Publications, 1974.

Марион Вудман — юнгианский аналитик, имеющий частную практику в Торонто.

Окончила Институт Юнга в Цюрихе, автор нескольких книг по аналитической психологии. Среди них «Пристрастие к совершенству: все еще неукраденная невеста» (1982), «Беременная дева: процесс психологической трансформации» (1985), «Опустошенный жених: женская маскулинность» (1990), «Покидая родительский дом» (1992).

Автор книги «Сова была раньше дочкой пекаря» пристально и глубоко всматривается в отношения между процессом индивидуации женщины и состоянием ее тела. Почему одна женщина остается худой, а другая полнеет? Что символизирует полнота? В основе ее взгляда лежит убедительно обоснованная гипотеза, что нарушения веса и пищевого поведения очень часто указывают на скрывающиеся за ними симптомы. С опорой на самые последние достижения медицины она приходит к выводу, что ожирение и анорексия — это два полярных физических симптома, свидетельствующих о тотальном подавлении женского начала в европейской культуре.

В книге представлены практические приемы, которые способны помочь женщине прислушаться к своим телесным симптомам как символическим репрезентациям. Освоив их, женщина сможет приблизиться к пониманию своей инстинктивной фемининности и найти источник своих страданий, причиной которых являются не только другие люди, но и она сама.

Книга будет интересна и женщинам, и мужчинам, интересующимся мотивами и внутренним миром женской души.

Спасибо, что скачали книгу в [бесплатной электронной библиотеке BooksCafe.Net](#)

[Оставить отзыв о книге](#)

[Все книги автора](#)