

Эрих Фромм (Erich Fromm)

Дзен-буддизм и психоанализ

Содержание:

- Введение
- Духовный кризис и значение психоанализа
- Ценности и задачи психоаналитической концепции Фрейда
- Благополучие человека сквозь призму его психической эволюции
- Сущность сознательного. Вытеснение и преодоление вытеснения
- Принципы дзен-буддизма
- Преодоление вытеснения и просветление

Введение

Стремление к благополучию человека через изучение его природы — эта общая черта, присущая как дзен-буддизму, так и психоанализу — наиболее часто упоминается при сравнении этих систем, отражающих особенности западного и восточного менталитета. Дзен-буддизм сочетает в себе индийское иррациональное начало с китайской конкретностью и реализмом. Психоанализ же, основываясь на западном гуманизме и рационализме, с одной стороны, и романтическом поиске неподвластных рациональному осмыслению таинственных сил, характерном для XIX века — с другой, является феноменом исключительно западного мира. Можно сказать, что этот научно-терапевтический метод изучения человека есть плод греческой мудрости и иудейской этики.

Изучение человеческой природы в теории и перевоплощение человека на практике — пожалуй, одна из немногих черт, объединяющих психоанализ и дзен-буддизм. Различий же, очевидно, больше. Во-первых, психоанализ представляет собой научный метод, не имеющий отношения к религии. Дзен же с позиции западной культуры со своей теорией и методикой «просветления» человека выглядит религиозным, или мистическим, учением. Психоанализ — это терапия душевных заболеваний, а дзен — путь к спасению души. Итак, сопоставляя психоанализ и дзен-буддизм, разве мы не приходим к выводу, что в основе своей они не имеют ничего общего, а напротив, принципиально отличаются друг от друга?

Несмотря на это, дзен-буддизм вызывает все больший интерес со стороны психоаналитиков. Чем вызван этот интерес и какой он имеет смысл? Задача настоящей статьи — ответить на эти вопросы. Безусловно, здесь не будет представлено фундаментальное описание дзен-буддистского мышления — моих знаний и опыта для этого

недостаточно. В то же время в данной статье я не ставлю задачу дать полное представление о психоанализе. Однако в первой части моей работы я подробнее остановлюсь на тех аспектах психоанализа, которые я назвал «гуманистическим психоанализом» и которые являются одним из продолжений фрейдовского психоанализа. Тем самым я постараюсь объяснить, почему столкновение с дзэн-буддизмом стало столь важным как для меня, так и, по моему мнению, для всех, кто имеет дело с психоанализом.



Духовный кризис и значение психоанализа

Изучая интересующий нас вопрос, в первую очередь необходимо обратить внимание на духовный кризис современного западного человека и психоанализ как один из инструментов преодоления этого кризиса. Большинство людей, принадлежащих к западной культуре, в той или иной степени испытывают на себе влияние кризиса, сами не осознавая этого в полной мере. Тем не менее специалисты вполне единодушны как в признании существования настоящего кризиса, так и в определении его сущности. Этот феномен определяется понятиями «нездоровье» («*malaise*»), «скука» («*ennui*»), «болезнь века» («*maladie du siècle*»). Речь идет об апатии, автоматичности человека, самоотчужденности, потере связи с другими индивидами и природой. Рационализм ставился человеком во главу угла до того времени, пока не приобрел в высшей степени иррациональные черты. Эпоха Декарта положила начало четкому разделению мышления и чувства: мышление рационально, в то время как чувство само по себе иррационально. Воплощение одного лишь интеллекта, человеческая личность призвана осуществлять контроль над природой. Смыслом существования становится производство все возрастающего числа материальных ценностей. При этом человек сам превращается в вещь, а обладание — в смысл жизни. «Иметь» теперь важнее, чем «быть». В то время как совершенствование человека было смыслом существования в греческой и иудейской идеологии, основы которой свойственны западной цивилизации, современный человек считает целью своей жизни усовершенствование технологии производства вещей. Осознавая свою неспособность разрешить противоречие между мышлением и чувствами, человек западного мира охвачен беспокойством, он подавлен и пребывает в отчаянии. Если на словах он называет жизненными ценностями богатство, самобытность и предприимчивость, то в действительности он не имеет реальной цели в жизни. На вопрос о цели существования и смысле испытываемых им в жизни трудностей западный человек не сможет дать вразумительного ответа. Среди наиболее вероятных ответов — жизнь ради семьи, ради получения удовольствий, ради зарабатывания денег... В действительности же никто не видит реального смысла своей жизни. Опасность и одиночество — вот то, чего человек стремится избежать априори.

В наши дни принадлежность человека к церкви становится в некотором отношении все более значимой, религиозные книги становятся бестселлерами, все больше людей обращаются к Богу. Однако эта видимая религиозность обусловлена в действительности отнюдь не духовными, а чисто материалистическими и нерелигиозными аспектами. Этот феномен можно рассматривать как вызванную конформизмом и стремлением к безопасности идеологическую реакцию человека на характерную для XIX века тенденцию, которую выразил Ницше: «Бог умер». Говорить об истинной религиозности здесь не приходится.

Произошедший в XIX веке отказ от теистических постулатов имел во многом прогрессивный характер. Понятие объективности стало определяющим: Земля больше не центр вселенной, а человек — не «венец творения». Фрейд, исследуя скрытые мотивы поведения человека через призму новых жизненных реалий, пришел к выводу, что всепоглощающая вера в Бога основывалась на беспомощности человека, его незащищенности. При этом человек уповал на поддержку отца и матери, воплощаемых им в божественном образе. По мысли Фрейда, человек способен спасти себя лишь сам, в то время как наставления великих учителей и участие близких может лишь поддержать его, помочь принять вызов судьбы, чтобы приобрести силы для борьбы с жизненными невзгодами.

Человек больше не видит Бога в образе отца и утрачивает тем самым родительскую поддержку в его лице. Одновременно для него перестают существовать и истины постулатов всех великих религий. Речь идет о преодолении человеком эгоистической ограниченности, стремлении к любви, объективности, смирению и уважению к жизни — а это уже само по себе можно рассматривать как цель и как результат реализации человеком заложенного в нем потенциала, что составляет цель как великих западных, так и великих восточных религий. Отметим, что на Востоке отсутствовало понятие трансцендентального отца - Спасителя, свойственного монотеистическим религиям. Рациональность и реализм были присущи даосизму и буддизму в большей степени, чем религиям Запада. На Востоке человек добровольно, без принуждения, присоединяется к «пробужденным», ибо каждый человек потенциально способен к пробуждению и просветлению. Именно поэтому восточное религиозное мышление, воплощенное в даосизме, буддизме и дзэн-буддизме как их синтезе, имеет в наши дни столь большое значение для западной культуры. Благодаря дзэн-буддизму человек оказывается способным найти ответ на вопрос о смысле своего существования, причем ответ этот в основе своей не входит в принципиальные противоречия как с традиционными иудео-христианскими представлениями, с одной стороны, так и с такими ценностями современного человека, как рациональность, реализм и независимость. Таким образом, как это ни парадоксально, но восточные религиозные представления оказываются, в сравнении с западными, ближе по духу западному рациональному мышлению.



Ценности и задачи психоаналитической концепции Фрейда

Психоанализ представляет собой типичное проявление духовного кризиса западного человека и в то же время показывает возможность выхода из этого кризиса. Современные направления психоанализа — «гуманистическое» и «экзистенциальное» — служат тому ярким примером. Однако перед тем, как приступить к рассмотрению моей «гуманистической» концепции, я хотел бы подчеркнуть, что разработанная самим Фрейдом система не ограничивается, несмотря на широко распространенное убеждение, рамками понятий «болезнь» и «лечение». Она представляет собой в первую очередь концепцию спасения человека, а не лечения душевнобольных людей. При поверхностном подходе возникает ощущение, что Фрейд просто изобрел новый способ лечения психических заболеваний и что как раз это было основным предметом его исследований, став в итоге делом всей жизни ученого. Тем не менее при ближайшем рассмотрении оказывается, что медицинские подходы в лечении неврозов скрывают абсолютно другую идею, которую сам Фрейд редко формулировал в явной форме, а возможно, и не всегда ее осознавал. Что же это за идея? В чем заключается концепция «психоаналитического движения» Фрейда и что стало отправной точкой этого движения?

Можно сказать, что слова Фрейда: «Там, где было Оно, должно стать Я», — дают нам наиболее ясный ответ на этот вопрос. Фрейд ставил задачу подчинить иррациональные и бессознательные страсти разуму. По его мысли, человек в соответствии со своими возможностями должен освободиться из-под гнета бессознательного. Для того чтобы подчинить своей воле бушующие внутренние бессознательные силы и в дальнейшем осуществлять над ними контроль, он должен в первую очередь осознать сам факт их существования. Главным постулатом Фрейда, которым он всегда руководствовался, было оптимальное знание истины, а следовательно, знание реальности. Эта идея была традиционно свойственна рационализму, философии Просвещения и пуританской этике. Однако Фрейд стал первым (или, во всяком случае, он так полагал), кто не просто провозгласил как цель идею самоконтроля, как это делали западная религия и философия, а на базе исследования бессознательного на научной основе смог предложить путь к реализации этой цели.

Своим учением Фрейд ознаменовал расцвет рационализма на Западе. Тем не менее своей гениальностью он сумел не только преодолеть ложный и поверхностный оптимизм рационализма, но и соединить последний с романтической концепцией, противостоявшей ему в XIX веке. Глубокий личный интерес к изучению иррациональных и чувственных аспектов человеческой личности позволил Фрейду осуществить этот синтез.

Фрейда в значительной степени интересовали философские и этические аспекты проблемы личности. В «Лекциях по введению в психоанализ» Фрейд упоминает о глубоких изменениях личности, которые пытаются осуществить разнообразные мистические практики, и в продолжение этого говорит: «Мы все-таки признаем, что терапевтические усилия психоанализа избрали себе аналогичную точку приложения. Ведь их цель — укрепить «я», сделать его более независимым от «сверх-я», расширить поле восприятия и перестроить его организацию так, чтобы оно могло освоить новые части Оно. Там, где было Оно, должно стать Я. Это примерно такая же культурная работа, как осушение Зейдер-Зее. По Фрейду, «освобождение человека от невротических симптомов, запретов и ненормальностей характера» является основной задачей психоаналитической терапии. Роль аналитика, по мнению Фрейда, не ограничивается тем, что врач «лечит» своего пациента: «Аналитик, стремящийся в той или иной аналитической ситуации быть моделью для своего пациента и играть роль его наставника, должен иметь определенное превосходство над последним». Фрейд далее пишет: «Мы должны помнить, что отношения между аналитиком и пациентом должны строиться на любви к истине, что означает признание реальности. При этом любые фальшь и обман становятся невозможными».

Фрейдовская концепция психоанализа имеет и другие характерные черты, не укладывающиеся в рамки понятий о болезни и лечении. Людям, имеющим представление о восточном мышлении, и в первую очередь о дзэн-буддизме, станет очевидно, что особенности, о которых я буду вести речь, определенным образом перекликаются с ними. Во-первых, заслуживает упоминания принцип Фрейда, согласно которому знание преображает человека. Теория и практика неразделимы: познавая самого себя, человек всякий раз преобразуется. Нет необходимости говорить о том, в какой степени подобная мысль чужда принципам научной психологии как времен Фрейда, так и наших дней. Согласно этим общепринятым концепциям, знание всегда лежит в области теории и не способно преобразить познающего.

Есть и еще одна черта, сближающая подход Фрейда с восточной мыслью, и в первую очередь с дзэн-буддизмом. Фрейд никогда не ставил во главу угла сознательное мышление, критически оценивая возможности современного человека. Главными же в психическом процессе, происходящем в человеке, он считал сильнейшие источники неведомых доселе бессознательных и иррациональных сил, по сравнению с которыми сознательное мышление практически несущественно, несопоставимо по значимости. Разработкой метода свободных ассоциаций Фрейд попытался осуществить прорыв сквозь пелену сознательного мышления и раскрыть истинную природу человека. Принцип свободных ассоциаций был призван стать альтернативой логическому, сознательному и формальному мышлению, открыть в человеке новые источники, берущие свое начало в бессознательном. Несмотря на все критические нападки, которым подвергалась фрейдовская концепция бессознательного, совершенно бесспорно, что

Фрейд со своим принципом свободных ассоциаций как альтернативой логическому мышлению значительным образом изменил конвенциональный рационалистический образ мышления на Западе, приближаясь в своих изысканиях к восточной мысли, где подобные идеи были развиты в значительно большей степени.

Наконец отметим еще один аспект, отличающий метод Фрейда: проводя свой анализ, Фрейд мог работать с человеком на протяжении года, двух, трех, четырех, пяти, а то и более лет, что вызывало жесткую критику со стороны его оппонентов. Здесь не стоит рассуждать о том, нуждался ли анализ в большей эффективности. Я хочу только обратить внимание на то, что Фрейд обладал достаточным мужеством, для того чтобы признать возможность работы с одним пациентом на протяжении нескольких лет, помогая тому понять самого себя. С позиций полезности и социальной значимости происходящих в человеке перемен можно говорить, что подобный подход не имел большого смысла и что столь продолжительный анализ не оправдывал временных затрат. Метод Фрейда обретает смысл только при условии отказа от современных категорий ценности, традиционных представлений о соотношении целей и затрачиваемых средств и признания уникальности человеческой жизни, с которой никакая вещь не может быть сопоставлена по своей значимости. Руководствуясь мыслью о том, что освобождение, счастье, просветление человека (не важно, как мы это назовем) — есть первостепенная задача, мы приходим к выводу, что с ее решением не будут сопоставимы никакие затраты времени и средств. Дальновидность Фрейда, радикальный характер его методики, выражающийся в первую очередь в продолжительности контакта с одним человеком, явили собой подход, который в своей основе противостоит ограниченности мышления западного мира.

Несмотря на приведенные факты, нельзя утверждать, что восточная мысль в целом, и дзэн-буддизм в частности, служила для Фрейда опорой в разработке его метода. Рассматриваемые нами особенности в большинстве своем имеют скорее имплицитное, чем эксплицитное происхождение, т. е. являются, очевидно, неосознанными, нежели сознательными. Сам Фрейд в значительной мере был порождением западной цивилизации, главным образом западной мысли

XVIII и XIX веков. Как следствие, трудно предположить, что, даже обладая глубокими познаниями в дзэн-буддизме как одном из выражений восточной мысли, он основывался бы на них в создании своей системы. Человек, в представлении Фрейда, наделялся в основном теми же характерными чертами, что и у экономистов и философов XIX века: природной склонностью к конкуренции, отчужденностью, стремлением к контакту с другими индивидами исключительно в целях удовлетворения собственных экономических потребностей и инстинктов. Фрейд рассматривал человека как машину, управляемую либидо и существующую по закону минимизации возбуждения либидо. Человек у Фрейда эгоистичен по своей природе; с окружающими людьми его связывает лишь взаимное стремление к удовлетворению

продиктованных инстинктами потребностей. Удовольствие Фрейд определяет не как ощущение счастья, а как снятие напряжения. При всем этом человек, в его представлении, переживает конфликт между разумом и чувствами, он не целостен по своей природе, а представляет собой воплощение интеллекта в духе философов эпохи Просвещения. Любовь к ближнему противоречит реальности, мистический опыт ознаменовывает возврат к первичному нарциссизму. Принимая во внимание эти безусловные отличия от принципов дзэн-буддизма, я стараюсь тем не менее продемонстрировать, что система Фрейда обладает чертами, способствовавшими развитию психоанализа в целом и в результате сближающими ее с дзэн-буддизмом. Эти особенности не укладываются в рамки обычных представлений о болезни и лечении и традиционной трактовки сознания с позиции рационализма.

Но, прежде чем приступить к сопоставлению данного «гуманистического» психоанализа и дзэн-буддизма, я хочу обратить внимание на один факт, имеющий важнейшее значение для понимания эволюции психоанализа. В наши дни произошли значительные изменения, касающиеся типа пациентов, приходящих на прием к психоаналитику, и проблем, которыми они с ним делятся.

Люди, обращавшиеся к психиатру в начале века, жаловались в основном на определенные симптомы, наподобие паралича руки, синдрома чрезмерного мытья рук или навязчивых мыслей. Одним словом, они были больны в традиционном понимании этого слова, так как существовало конкретное обстоятельство, препятствовавшее их нормальной жизнедеятельности. Поскольку очевидной причиной их мучений были конкретные симптомы, процесс лечения таких пациентов заключался как раз в избавлении их от последних. Эти люди желали страдать и быть несчастными не в большей степени, чем обычный человек в социуме.

В наши дни подобные пациенты еще приходят на прием к психоаналитику. Для них психоанализ по-прежнему служит терапией, помогающей им избавиться от тех или иных симптомов и возвращающей им возможность быть полноценными членами общества. В свое время психоаналитику приходилось в большинстве случаев сталкиваться как раз с такими пациентами, в наши же дни они составляют меньшинство. В то же время сложно утверждать, что сократилось их абсолютное количество, в то же время появилось огромное число «пациентов» нового типа, которых в общепринятом смысле нельзя назвать больными, но которые стали жертвами «maladie du siècle» (болезнь века – франц.), депрессии и апатии — всего, что рассматривалось в начале статьи. Приходя на прием к психоаналитику, эти пациенты не могут сформулировать и четко определить истинную причину своих страданий, рассказывая о депрессии, бессоннице, несчастном браке, недовольстве своей работой и о многих других вещах. Как правило, они убеждены, что корень их болезни кроется в каком-то конкретном симптоме и избавление от этого симптома принесло бы им выздоровление. Эти люди не в состоянии осознать, что в действительности их состояние вызвано

не депрессией, бессонницей или проблемами на службе. Все эти жалобы на деле являются лишь внешней оболочкой, позволяющей человеку в условиях современного мира заявить о проблеме, имеющей гораздо более глубокие корни, чем те, что могло бы иметь то или иное заболевание. Несчастье современного человека заключается в его отчужденности от самого себя и от себе подобных, от природы. Человек осознает, что жизнь его проходит впустую и что он умрет, так и не прожив жизнь по-настоящему. Он живет в изобилии, но лишен радости жизни.

Чем же психоанализ может помочь больным «maladie du siècle»? В данном случае речь не ведется (и не может вестись) о «лечении», избавляющем человека от симптомов и возвращающем его к нормальной жизнедеятельности. Излечение страдающего от отчужденности человека заключается не в избавлении его от симптомов болезни, а в душевном исцелении и обретении благополучия.

К сожалению, говоря о душевном исцелении, мы затруднимся с его конкретным определением. Опираясь на категории системы Фрейда, мы должны были бы рассматривать благополучие через призму теории либидо, т. е. определять благополучие как возможность нормального осуществления сексуальных функций и признания скрытого Эдипова комплекса. Однако, по моему мнению, такая трактовка лишь в незначительной степени отвечает на вопрос о благополучии человека. Пытаясь дать определение понятию душевного исцеления человека, мы неизбежно переступим границы фрейдовской системы. В то же время мы вынуждены будем углубиться в априори не способное быть исчерпывающим рассмотрение самой основы «гуманистического» психоанализа, а именно: понятие человеческого существования. Лишь таким образом сопоставление психоанализа и дзэн-буддизма получит реальную основу.



Благополучие человека сквозь призму его психической эволюции

Благополучие можно определить как существование человека в соответствии с его природой. Отталкиваясь от этой общей формулировки, мы задаемся вопросом: что в современных условиях существования есть человеческое бытие и чем характеризуются сами эти условия?

Бытие человека само по себе задает вопросы. Появление человека на свет и его уход из этого мира происходят не по его воле. Животное, в отличие от человека, инстинктивно адаптируется к окружающему миру и полностью сливается с природой. Для человека же, лишённого этой возможности, жизнь не может быть прожита сама по себе. Он должен прожить ее. Человек принадлежит природе, и в то же время, осознавая

себя как индивида, он выходит за ее пределы. Это осознание порождает в нем ощущение абсолютного одиночества, отчуждения и беспомощности. В каждый момент своего существования, всем своим существом, рассудком и телом, в раздумьях и мечтах, во время сна и еды, плача и смеха, он вынужден отвечать на вопрос, задаваемый жизнью. Что же это за вопрос? Его можно сформулировать так: как избавиться от страданий, отчужденности, преодолеть угрызения совести, явившиеся следствием этой отчужденности, и как обрести гармонию в отношениях с самим собой, с себе подобными и природой? Человек отвечает на этот вопрос тем или иным образом. Даже будучи безумным, скрываясь в воображаемой реальности от отчужденности, он дает тем самым на него ответ.

Если вопрос этот всегда один, то ответов на него может быть несколько, во всяком случае есть два главных. Один из них решает проблему отчужденности и обретения гармонии путем возврата к целостности, присущей человеку в «досознательный» период его жизни. Второй же ответ предусматривает «полноценное рождение» человека. В данном случае индивид должен возвыситься над собственным эгоцентризмом путем обретения способности любить, достичь новой гармонии с окружающим его миром через углубление самоосознания и эволюцию разума.

Говоря о рождении, мы, как правило, имеем в виду происходящий через девять месяцев после зачатия физиологический процесс. Однако существование ребенка на протяжении первой недели после появления на свет во многом напоминает не жизнь взрослого человека, а пребывание в материнской утробе. Тем не менее не подлежит сомнению уникальность акта рождения при перерезании пуповины. При этом ребенок начинает самостоятельно дышать, и отныне всякая деятельность будет освобождать его все больше от первоначальной зависимости.

По природе рождение является процессом, а не одномоментным явлением. Смысл жизни заключается в «полноценном рождении». Однако человеческая трагедия как раз и состоит в том, что большинство из нас умирает, так и не «родившись» по-настоящему. Жизнь подразумевает ежеминутное рождение, тогда как смерть есть прекращение этого рождения. Человеческий организм, если рассматривать его с точки зрения клеточной системы, находится в процессе непрерывного рождения. Психологически же человек, как правило, в своем рождении на определенном этапе останавливается. Есть люди, которых можно назвать «мертворожденными». Они живут лишь на физиологическом уровне, в мыслительном же отношении, будучи безумными или практически безумными, они желают вернуться к ситуации внутриутробной жизни в темноту, в смерть. Есть и много таких, кто продолжает жить, но, будучи не в состоянии до конца разорвать пуповину, на протяжении всей своей жизни остается неотделимо привязанным к матери и отцу, семье, расе, государству, социальному положению, деньгам, богам и т. д. Эти люди никогда не смогут «родиться по-настоящему», ибо не в силах избавиться от своей зависимости.

Предпринимаемые регрессивные попытки достичь блаженного состояния предрождения могут быть разного свойства, их объединяет лишь неудачный конечный результат, не приносящий человеку ничего, кроме мучений. Если человек однажды утратил божественное, предчеловеческое слияние с природой, он уже никогда не найдет пути назад — дорогу ему преградят два ангела с огненными мечами в руках. Он сможет возвратиться, лишь погибнув, либо потеряв разум, ибо сделать это при жизни или в здравом рассудке невозможно.

Поиск регрессивного единения может вестись несколькими патологическими и иррациональными способами. Человека может преследовать мысль о возвращении в материнское лоно либо в землю, т. е. идея смерти. Результатом этих желаний станет самоубийство или безумие, в случае если человек не сумеет с ними совладать. В меньшей степени деструктивным и иррациональным можно считать стремление оставаться всю жизнь зависимым от материнской заботы либо власти отца.

Эти стремления характеризуют два различных типа людей. К первому относится человек, остающийся навсегда привязанным к материнской груди. В жизни он предстает беспомощным сосунком, для которого высшая радость заключается в том, чтобы его любили, защищали, заботились о нем, восхищались им. Отдаление от матери вызывает у него сильнейший дискомфорт. Ко второму типу принадлежат люди, на протяжении всей жизни остающиеся под властью отца. Они и сами могут проявлять достаточно инициативы, но только в случае если над ними есть человек, служащий для них непререкаемым авторитетом и регулирующий всю их жизнедеятельность. В иной плоскости лежит деструктивное стремление к всеразрушению как средству преодоления отчужденности. Охваченный такой идеей человек может смотреть на окружающий мир как на пищу и стремиться поглотить все, что его окружает, или же хочет разрушить все вокруг, пощадив лишь себя самого. Другой попыткой преодолеть кризис существования становится возведение нерушимого бастиона вокруг собственного «я», уподобленному при этом чему-то неодушевленному; в обладании материальными ценностями, властью, престижностью положения в социуме, своем интеллекте такой человек находит жизненную опору.

Лишаясь бессознательного единения с природой, человек мало-помалу преодолевает и свой нарциссизм. Только что родившийся ребенок не ведает об окружающем его мире, для него реальностью является лишь он сам и материнская грудь, с которой он продолжает составлять единое целое. Для него еще не существует разделения на субъект и объект. Через некоторое время ребенок начинает производить дифференциацию по схеме «субъект — объект», но лишь на уровне различения «я — не я». Что же касается эмоционального уровня, то здесь человек если и имеет шанс изжить в себе нарциссическую идею о собственном всезнании и всемогуществе, то возможным это может стать лишь по достижении им полной зрелости.

Для невротиков подобное нарциссическое представление характерно в той же мере, что и для детей, однако в отличие от них, оно, как правило, существует на сознательном уровне. Для ребенка, живущего исключительно своими желаниями, реальностью является то, что он хочет видеть, но не то, что существует в действительности. В случае неисполнения своего желания ребенок приходит в ярость, стремясь посредством отца и матери изменить окружающий мир так, чтобы его желание реализовалось. Достигая зрелости, нормально развивающийся ребенок приходит к осознанию реальности и принимает ее правила игры, отказываясь от этого нарциссического посыла. Невротик же по-прежнему исходит из своих представлений, основывающихся на нарциссизме, все еще пребывая в уверенности, что мир должен подчиняться только его желаниям. Сталкиваясь с обратным, он или безуспешно пытается заставить реальность подчиниться своей воле, или испытывает ощущение собственной беспомощности. Если для зрелого человека свобода означает осознание реальности, принятие ее непреложных законов и жизни в соответствии с ними, постижение и осмысление окружающего мира, осознание собственного места в нем посредством разума и чувств, то для невротика свобода, осознает он это или нет, — это лишь идея о собственном нарциссическом всемогуществе.

Подобные различия подразумевают и разные типы мышления и, как следствие, разные модели существования в качестве варианта ответа, который дает человек на поставленные жизнью вопросы. Все существующие религии дают те же ответы. Человек на протяжении длительной эволюции, начиная с каннибализма, избирал из массы разнообразных ответов на экзистенциальный вопрос, сам того не ведая, один из существующих вариантов. Человек Запада, как правило, полагает, что в душе он вполне соответствует принципам христианской или иудейской морали либо же является приверженцем просвещенного атеизма. В действительности, если бы существовала возможность проанализировать человека при помощи некоего «психического рентгена», стало бы очевидно, что в нашем обществе очень мало истинных христиан, иудаистов, буддистов, приверженцев дао, и огромное число каннибалистов, тотемистов и различных идолопоклонников. Всякая религия по существу представляет собой упорядоченный и детально разработанный ответ человечества на ставящийся жизнью вопрос. При этом для человека даже самая примитивная религия становится удобным и уютным убежищем, где можно было общаться с единомышленниками. Если же регрессивные устремления индивида приходят в противоречие с его сознанием или с интересами социума и его собственная тайная «религия» не может быть разделена с другими, она превращается в невроз.

Зная личный ответ конкретного пациента или вообще любого человека на экзистенциальный вопрос, который ставит перед ним жизнь, — иными словами, его собственный культ, которому он служит, мы сможем понять его. Не имеет смысла «лечить» такого пациента, прежде чем нам не станет известен его тайный культ, его основополагающий ответ жизни,

ибо многие так называемые «психологические проблемы» являются в действительности отголосками этого самого «ответа».

Отталкиваясь от сказанного, мы встаем перед необходимостью определить понятие благополучия.

Под благополучием нужно понимать достижение человеческим разумом полной зрелости. Речь здесь идет о зрелости не только с точки зрения способности критически мыслить, но и такого осознания реальности, при котором, говоря словами Хайдеггера, человек обретает способность «позволять вещам быть» тем, чем они являются в действительности. Человек может достичь благополучия лишь в той степени, в которой он открыт для окружающего мира, способен реагировать на него («пробужден» и «пуст» в дзэн-буддистском понимании). Благополучие характеризуется эмоциональной насыщенностью жизни человека в его отношении к другим индивидам и природе, в его способности преодолеть отчуждение и ощутить единение с окружающим миром, с одной стороны, и осознание собственного отдельного и неделимого «я» — с другой. Это благополучие подразумевает полное рождение человека, реализацию заложенного в нем потенциала, т. е. его пробуждение, избавление от усредненности, обретение способности испытывать полную гамму чувств — от бурной радости до глубокой печали. При этом человек должен быть способен творить, реагировать на окружающий мир, ответственность как перед самим собой, так и перед всем, что его окружает; предстать цельной личностью, действительно существующей в мире одушевленных и неодушевленных объектов. Давая истинный ответ миру, человек-творец в то же время способен этот мир реально воспринимать. В творческом отношении к миру человек должен рассматривать его как продукт собственного восприятия. Как следствие, этот мир перестает быть для него чем-то чужим и далеким и становится своим. В конце концов благополучие состоит в усмирении своего эго и пересмотре жизненных приоритетов. Человек должен отказаться от стяжательства, от стремления к собственной неприкосновенности и возвеличиванию. Смыслом жизни должна стать не вечная жажда обладания, накопления, наживы и потребления, а радость самого бытия, осознание собственной неповторимости в этом мире.

Сказанным я предпринял попытку соотнести развитие человеческой индивидуальности с историей религии. В силу того что настоящая статья посвящена сопоставлению психоанализа и дзэн-буддизма, мне представляется необходимым рассмотреть эволюцию религии хотя бы в некоторых психологических аспектах.

Как я уже отмечал, само бытие ставит перед человеком вопрос. Вопрос этот порожден заложенным в человеке противоречием: принадлежностью к природе, с одной стороны, и пребыванием вне ее, обусловленным осознанием собственного бытия, с другой. Человек является «религиозным», если он подходит к этому основополагающему вопросу не формально, а стремится дать на него ответ всей своей жизнью. Аналогично любая система представляет собой «религию», если

она пытается дать свой ответ на этот вопрос и понуждает к этому людей. Соответственно всякая культура и всякий человек, не ищущий ответа на экзистенциальный вопрос, нерелигиозны по своей сущности — лучшим примером чему служит человек XX века. Озабоченный мыслями о материальных благах, престиже, власти, карьере, современный человек пытается уйти от ответа на данный вопрос, стараясь забыть о самом факте своего существования, а значит, о факте существования своего «я». Не имеющий собственного ответа человек не способен к развитию, в своей жизни и смерти уподобляясь одной из миллионов произведенных им вещей. При этом не имеет значения, насколько глубоки его религиозные убеждения, как часто он думает о Боге или посещает церковь. Такой человек вместо того, чтобы верить в Бога, лишь думает о нем. Однако религии в своих ответах на экзистенциальный вопрос могут принципиально отличаться друг от друга, и было бы заблуждением обобщать их в этом аспекте. Существующие религии во всем многообразии дают два в корне противоположных друг другу ответа на этот основополагающий вопрос. Мы уже затрагивали данные ответы, говоря об отдельных индивидах.

Первый ответ заключается в восстановлении единства с природой через уподобление животным, отказ от разума, возвращение к лишенному сознания первобытному образу жизни. Подобная идея может принимать весьма разнообразные воплощения. В качестве одной из крайностей можно привести пример германских подпольных обществ «медведерубашечников». Посвящаемый в эту организацию новобранец должен уподобиться медведю и «изменить свой человеческий облик в приступе агрессии и безудержной ярости, став похожим на бушующего зверя». (Проводя параллель между «медведерубашечниками» и гитлеровскими «коричневыми рубашками», легко понять, что идея возвращения человека к первобытному единению с природой культивируется отнюдь не только на уровне примитивных обществ. Если большинство членов национал-социалистской партии — политиков, юнкеров, генералов, бизнесменов и чиновников — были просто людьми нерелигиозными, жестокими и жаждущими власти, то возглавлявшие ее Гитлер, Гиммлер и Геббельс были по большому счету теми же примитивными «медведерубашечниками», религиозная идея которых состояла в той же «священной» ярости и страсти к разрушению. «Медведерубашечники» XX столетия вернули к жизни миф о «ритуальном убийстве», приписываемый ими евреям. Подсознательное желание разрушения нашло выражение в ритуальных убийствах. Производя «ритуальные убийства» евреев, потом иностранцев, наконец уже самих немцев вплоть до членов собственных семей и самих себя, они реализовывали таким образом свои деструктивные устремления.)

Стремление к первобытному единению с природой может принимать массу других, не столь архаичных религиозных воплощений. Данная идея прослеживается в религиях племен, где происходит отождествление с тотемным животным, где есть культ дерева, озера, пещеры и т. д. Проявляется это и в оргиастических культурах,

стремящихся подавить в человеке рассудок и моральные установки. Все, что приближает человека к первобытной близости с природой, является священным для подобных религий. Тот, кто стоит ближе всех к поставленной цели, как, например, шаман, и будет «святым». К противоположному лагерю относятся все религии, где ответом на экзистенциальный вопрос служит идея эволюции человеческого разума, воспитания в человеке умения любить, и как результат — обретение гармонии с природой и другими индивидами. И хотя у некоторых относительно примитивных обществ подобные идеи прослеживались лишь отчасти, но не подлежит сомнению, что своеобразным рубиконом человечества явился период в пределах примерно с 2000 года до н. э. и до Рождества Христова. Этот временной отрезок ознаменовался глобальными переменами в человеке, выразившимися в появлении таких религий, как даосизм и буддизм на Дальнем Востоке, религиозных революциях Эхнатона в Египте, зарождении зороастрийской религии в Персии, религии Моисея в Палестине, Кецалькоатль — в Мексике.

Эти религии сближает мысль о единении — уже не в регрессивном значении, достигаемым путем стирания индивидуальности и возврата к лишённой сознания райской гармонии. Единение рассматривается теперь в новой плоскости; прийти к нему человек может, лишь преодолев отчужденность, изоляцию самого себя от окружающего мира и осуществив тем самым подлинное рождение. Человеческий разум должен достичь полного развития, после чего для индивида откроется доступ в деятельное, интуитивное проникновение в реальный мир, что является непременным условием достижения подобного единения. Устремление этих религий направлено не в прошлое, а в будущее, и цель их определяется понятиями «дао», «нирваны», «просветления», «блага», Бога. Социокультурные различия между странами происхождения данных религий обусловили выбор того или иного символа. Властный образ величественного монарха или вождя племени был характерным символом для западного общества. Однако уже в ветхозаветную эпоху подобный образ начинает претерпевать изменения. Всемогущего вершителя судеб теперь связывают со своими подданными соглашения, содержащие определенные обещания. Например, достижение человеком гармонии с природой в срок, определенный мессией, является целью пророчеств; для христианства же характерно представление Бога в человеческом образе. В распространенных западных религиях антропоморфные авторитарные составляющие практически не претерпевают изменений. Примером же почти полного их отсутствия может служить философия Маймонида, или мистицизм.

Иудео-христианское и дзэн-буддистское мышление сближает идея отказа индивида от эгоистического стремления к принуждению, повелеванию и подавлению внутреннего и внешнего мира. Вместо этого человек должен стать открытым, восприимчивым, пробужденным, способным реагировать на вызовы внешнего мира. Дзэн называет это состояние «быть пустым», причем этот термин не имеет негативной окраски, а, напротив, характеризует открытого для восприятия внешнего мира индивида. В

христианской религии эта же идея выражается в понятиях самоотречения и подчинения воле божественного провидения. На первый взгляд отличия в христианских и буддистских постулатах не столь значительны и разница существует лишь на уровне формулировок. На самом же деле христианские представления, как правило, интерпретируются таким образом, что человек полностью вверяет свою судьбу великому и всемогущему Отцу, охраняющему и опекающему его, при этом утрачивается всякая самостоятельность. Естественно, в этом случае человек становится кротким и смиренным, но никак не открытым и способным реагировать. Подлинный отказ от эгоистических устремлений как следование воле Господа обретает реальный смысл, если понятие Бога при этом отсутствует как таковое. Лишь забывая о Боге, человек, как это ни парадоксально, искренне следует его воле. Быть «пустым» в терминологии дзэн-буддизма действительно означает усмирение своей воли, но в то же время исключает возможность возвращения к рабскому упованию на поддержку Отца.



Сущность сознательного. Вытеснение и преодоление вытеснения

В первой части я предпринял попытку охарактеризовать гуманистический психоанализ через описание тех человеческих постулатов и аспектов бытия, которые служат его отправной точкой. Приведенное сопоставление свидетельствует о том, что эти постулаты свойственны психоанализу в той же мере, что и другим гуманистическим системам. Теперь, чтобы понять, как психоанализ стремится решить поставленную перед ним задачу, возникает необходимость рассмотреть специфический метод, к которому он прибегает.

Главная отличительная черта психоанализа заключается, бесспорно, в его стремлении сделать бессознательное сознательным, т. е., употребляя терминологию Фрейда, перевести «оно» в «я». Эта схема при своей внешней простоте нуждается в пояснении. В первую очередь мы сталкиваемся сразу с несколькими вопросами: что есть бессознательное? Как бессознательное превращается в сознательное, и если это возможно, то какая от этого польза?

Надо пояснить, что термины «сознательное» и «бессознательное» могут иметь различные значения. В одном случае они характеризуют субъективное состояние человека; это значение терминов называется функциональным. Сознательным является индивид, осознающий тот или иной происходящий в нем психический процесс, т. е. отдающий себе отчет в своих чувствах, помыслах, идеях, и т. д. Напротив, бессознательным в этом смысле называется состояние, при котором человек не отдает себе отчета в каких-либо происходящих в нем психических процессах, в том числе сенсорных. Индивид, осознающий то или иное чувство, является по отношению к этому чувству сознательным.

Если же индивид не осознает какое-либо чувство, он является по отношению к нему личностью бессознательной. Необходимо иметь в виду, что термин «бессознательное» определяет лишь неосознанность каких-либо чувств, желаний, страхов и т. д., а вовсе не их отсутствие.

Термины «сознательное» и «бессознательное» имеют, помимо функционального, еще одно значение. В данном случае речь ведется о принципе определенного размещения сознательного и бессознательного в человеческой психике и их смысловом наполнении. В подобной трактовке «сознательное» и «бессознательное» представляют собой две различные части личности индивида, каждая из которых имеет свое особое содержание. По Фрейду, бессознательное представляет собой хранилище всего иррационального. Со своей стороны, Юнг рассматривает бессознательное как глубочайшую кладовую мудрости, а сознательному отводит роль вместилища человеческого интеллекта. Бессознательное вбирает в себя все, что неспособно разместиться в высших уровнях человеческой психики. Это можно сравнить с подвалом дома, куда отправляются вещи, которым не нашлось места на жилых этажах. «Подвал», во фрейдовском понимании, заключает в себе человеческие пороки, для Юнга же он является в первую очередь кладзем человеческой мудрости.

Употребление термина «бессознательное» в узком смысле является неудачным, что отмечал, в частности, Г. С. Салливан. Как результат это приводит к недостаточно полному представлению о психических явлениях. Со своей стороны, я хотел бы отметить, что наметившаяся тенденция к отказу от функциональной концепции в пользу субстантивной иллюстрирует общую закономерность, характерную для современного западного мира. Сегодня человек стремится определять мир в категориях вещей, которыми он обладает, нежели в терминах существования. Подобно тому как мы имеем машину, дом или ребенка, мы имеем проблему беспокойства, имеем бессонницу, имеем депрессию, имеем психоаналитика. Аналогично этому мы имеем и бессознательное. Многие сейчас используют термин «подсознательное» вместо «бессознательное», и это не случайно. По-видимому, это происходит из-за того, что слово «подсознательное» более применимо к субстантивной концепции. Действительно, мы можем сказать «я осознаю что-либо», в то время как сказать «я подсознаю» что-либо невозможно.

Наконец термин «сознательное» имеет еще одно, порой приводящее к путанице, значение. Если сознание отождествляется с рефлектирующим интеллектом, то бессознательное — с нереклектируемым опытом. Если исходить из того, что значение терминов «сознательное» и «бессознательное» в данном контексте легко понимается и нет путаницы с двумя их другими значениями, то подобное их употребление вполне допустимо. Однако, по моему мнению, использование этих терминов не всегда удачно. Безусловно, интеллектуальная рефлексия всегда осознана, однако не все сознательное является интеллектуальной рефлексией. Глядя на человека, я отдаю себе отчет во всех оттенках чувства, которые переживаются мной по отношению к нему, однако

данное осознание будет тождественным интеллектуальной рефлексии только при условии, если я посредством субъектно-объектного дистанцирования отделяю от него себя самого. Точно так же это положение верно, если я осознаю свое дыхание, и опять-таки это вовсе не то же самое, что думать о своем дыхании: я перестану его осознавать с того момента, как начну о нем размышлять. Данное положение в равной степени справедливо для любого действия, характеризующего мое отношение к окружающему миру. Далее этот аспект будет освещен более подробно.

А теперь постараемся понять, что не позволяет нашим переживаниям перейти в категорию осознанных, иными словами, стать субстанцией, которую мы называем сознательным. При этом мы будем определять сознательное и бессознательное не как некие специфические «части» личности индивида, наполненные особым содержанием, а как состояние осознанности и неосознанности.

Прежде всего нужно пояснить: сознание есть априори большая ценность, чем бессознательное, если рассматривать эти категории с позиций психоанализа. В случае если бы это было не так, психоанализ не ставил бы перед собой задачи расширить область человеческого сознания. Однако очевидно и то, что в действительности сознание человека представляет собой во многом цепь заблуждений и ложных посылов, что вызвано по большей части влиянием социума, а не неспособностью индивида разглядеть истину. Из этого следует, что сознание человека само по себе не может представлять ценности. Эволюция человечества свидетельствует о том, что за исключением ряда примитивных обществ социум строится по принципу управления и эксплуатации большинства его членов незначительным меньшинством. Управление большинством осуществляется посредством применения силы, однако одного этого фактора недостаточно. Сознание большинства должно быть заполнено в основном вымыслами и заблуждениями, в результате чего оно по собственной воле соглашается подчиняться меньшинству. Тем не менее ложный характер представлений человека о самом себе, других индивидах, социуме и т. д. зависит не только от этих обстоятельств. Подмена общечеловеческих постулатов интересами социума, происходящая в любом обществе, обусловлена попыткой (и, как правило, достижением) сохранения структуры, приобретенной этим обществом в процессе эволюции. При этом возникающее противоречие порождает в таком обществе внутренний конфликт: расхождения между интересами человека и социума скрываются на общественном уровне под покровом всевозможных вымыслов и ложных посылов.

Итак, мы вынуждены признать, что человеческое сознание по своей природе не отражает реальность, а напротив, иллюзорно и полно заблуждений. Из этого следует, что сознание обретает смысл лишь при условии, когда скрытая, до поры не осознанная реальность перестает быть скрытой и становится, таким образом, осознанной. Далее мы вновь обратимся к этому вопросу. Сейчас я хочу лишь отметить, что наше сознание по содержанию во многом является «ложным», и вызвано это

как раз влиянием социума, насаждающего заблуждения и ложные представления.

Влияние общества, однако, не ограничивается лишь насаждением в человеческом сознании вымыслов и ложных идей. Его роль заключается и в том, что оно не позволяет нам осознать реальность. Теперь мы подошли непосредственно к проблеме вытеснения и формирования бессознательного.

Животное способно осознавать окружающие его предметы; говоря языком Р . М . Бэки, его сознание можно определить как «простое». Человек же в своей способности осознавать самого себя как предмет своих переживаний, обладает самосознанием, что отличает его от «простого сознания» животного. Однако осознание у человека может происходить по-разному, что вызвано, видимо, очень высокой степенью сложности этого процесса. То или иное переживание способно перейти в разряд осознанных лишь при условии, если оно будет выражено в категориях, доступных сознательному мышлению. Такие понятия, как «время» и «пространство», универсальны по своей природе, что обеспечивает их общее для всех людей восприятие. Такая категория, как «причинность», является доступной для многих, но не для всех типов сознательного мышления. Некоторые категории существуют лишь в рамках какой-либо определенной культуры. В любом случае переживание может быть осознано только при условии возможности его идентификации, сопоставления и определения в рамках категорий той или иной концептуальной системы. Данная система по природе своей есть продукт социальной эволюции. Система категорий, определяющая принципы осознания, получает развитие в каждом обществе благодаря жизненному опыту и тому или иному способу определения, чувствования и понимания. Такая система играет роль своеобразного фильтра: она есть реальность того или иного общества. Только пройдя через этот фильтр, переживание сможет стать осознанным. В данном случае перед нами возникает необходимость рассмотреть принцип работы этого «социального фильтра», чтобы понять, как он может пропускать через себя одни переживания на пути к их осознанию и задерживать другие.

В первую очередь нужно помнить о том, что не все переживания легко осознаются. Наиболее легко осознаются физические переживания, например боль, а также и такие, как сексуальное влечение, голод и т. п. Бесспорно, в разряд осознанных легко переходят те переживания, которые являются жизненно важными — либо для конкретного индивида, либо для группы индивидов. Более же утонченные и сложные по своей природе переживания могут легко осознаваться в одних культурах и не осознаваться в других. Например, благоговейное созерцание ранним утром бутона розы с каплей росы, пока солнце еще не встало, воздух прохладен и слышится пение птиц, легко осознается японцем. Для западного же человека подобное переживание, скорее всего, останется неосознанным, поскольку оно в его глазах недостаточно «важное» или «событийное». Роль, которую играют те или иные утонченные эмоциональные переживания в культуре конкретной страны,

определяет легкость их сознательного восприятия. Очень часто в одном языке может не существовать слов, определяющих какое-либо эмоциональное переживание, в то время как в другом их может быть много. Например, в английском языке вся гамма эмоций от эротического чувства до братской и материнской любви выражается словом «любовь» (love). В случае если какие-либо эмоциональные переживания не находят выражения в разных словах конкретного языка, они фактически остаются неосознанными; также является верным и обратное. В целом можно утверждать, что редко осознаваемыми являются те переживания, для которых в данном языке нет соответствующего слова.

Однако фильтрующие свойства языка проявляются не только в этом. Разнообразие слов, используемых для обозначения того или иного переживания, — лишь один из аспектов проявления межъязыковых различий. Языки отличаются друг от друга на синтаксическом, грамматическом и семантическом уровнях. В любом языке проявляется отношение к жизни говорящего на нем народа. Язык — это своего рода слепок определенного способа переживания бытия. Приведем несколько примеров. В некоторых языках глагольная форма «идет дождь» может иметь коренные отличия по семантике, зависящие от контекста: веду ли я речь о дожде из-за того, что попал под дождь и промок; либо я наблюдаю из хижины, как идет дождь, либо я услышал от кого-то, что он идет. Данный пример наглядно демонстрирует, что заострение внимания на обстоятельствах переживания того или иного явления оказывает значительное влияние на то, как эти явления переживаются. (Например, для нашей современной культуры не имеет принципиального значения источник знания какого-либо факта: будь то прямое или опосредованное переживание либо сообщение других людей. Важен лишь чисто интеллектуальный аспект знания.)

Или другой пример. В древнееврейском языке видовая особенность глаголов (совершенный — несовершенный вид) имеет более важное значение, чем временные отличия (прошлое, настоящее, будущее), имеющие второстепенное значение. Для латыни обе категории (и времени, и вида) одинаково важны, в то время как английский язык делает акцент на времени совершения действия. Очевидно, что подобные различия в способах спряжения глаголов являются отражением различий в переживании событий.

Различия в употреблении глаголов и существительных в разных языках или даже у разных людей, говорящих на одном языке, — еще одно проявление данного феномена. Существительное имеет отношение к предмету, в то время как глагол — к действию. Так как все больше людей в наше время мыслит категориями обладания вещами, а не существования или действия, это находит отражение в их речи: существительные они употребляют охотнее, чем глаголы. То, как человек переживает, какие из переживаний им осознаются, — все это передает язык на уровне лексики, грамматики, синтаксиса, строем языка в целом.

Управляющая человеческим мышлением в рамках конкретной культуры логика представляет собой второй уровень фильтра, допускающего осознание переживаний. В данном случае хорошим примером служит различие между аристотелевой и парадоксальной логикой.

В основе аристотелевой логики лежат три закона: закон тождества гласит, что A есть A ; закон противоречия — A не есть не A ; закон исключенного третьего — A есть либо B , либо не B . По мысли Аристотеля, «...в одно и то же время быть и не быть нельзя... это самое достоверное из всех начал».

Однако существует и другая логика, которую в противовес аристотелевой можно назвать парадоксальной. В данном случае высказывается идея о том, что A и не A не являются взаимоисключающими объектами как предикаты X . Парадоксальная логика превалировала в китайской и индийской мысли, философии Гераклита. Позже она получила развитие у Гегеля и Маркса под названием диалектики. Достаточно четко концепция парадоксальной логики была выражена у Лао-цзы: «Правдивые слова напоминают о противоположном им» и, кроме того, Чжуан-цзы: «Это есть это. Не это — также это».

Для человека Запада представляется необычайно сложной, а возможно, и невыполнимой задачей осознать переживания, которые противоречат аристотелевой логике и как следствие являются бессмысленными с ее точки зрения, ибо истинность последней в рамках западной цивилизации не подвергается сомнению априори. Концепция амбивалентности, по Фрейду, может служить этому хорошим примером. Фрейд полагал, что человек способен испытывать по отношению к другому индивиду чувства любви и ненависти одновременно. С позиций аристотелевой логики, подобное переживание является бессмысленным, в то время как по логике парадоксальной оно вполне «логично». Как следствие большинство людей практически лишено способности осознавать амбивалентные эмоции. Такие люди, отдавая себе отчет в любви к какому-либо субъекту, не могут осознать к нему ненависти, так как осознание двух противоположных чувств к одному и тому же человеку в одно и то же время для них было бы лишено всякого смысла.

Человеческий опыт представляет собой третий уровень фильтра, не имеющий отношения к языку и логике. Каждый социум налагает запрет на некоторые мысли и чувства, т. е. на то, что нельзя не только «совершить», но о чем воспрещается даже и «помыслить».

Предположим, что в каком-либо воинственном племени, грабящем и убивающем всех принадлежащих к другим племенам, окажутся те, кто однажды ощутит в себе отвращение к грабежам и убийствам. Но в силу того, что подобное чувство несовместимо с образом жизни племени, к которому он принадлежит, трудно предположить, чтобы такой воин смог бы его осознать; в противном же случае он рисковал бы оказаться в полной изоляции и подвергнуться гонениям со стороны соплеменников. Поэтому в такой ситуации у индивида скорее бы возник

психосоматический симптом, выразившийся в рвотных позывах, нежели осознание подобного чувства. И напротив, если бы член миролюбивого племени земледельцев испытал бы желание грабить и убивать представителей других племен, произошла бы обратная реакция. Как и в первом случае, он скорее всего подавил бы в себе это чувство и не позволил бы себе его осознать. При этом у него мог бы развиваться другой симптом в форме сильного страха.

Еще пример. Наверное, в крупных городах часто случается, что продавцы имеют дело с бедными посетителями, не имеющими достаточно денег на покупку, скажем, самой дешевой одежды. Можно предположить, что в такой ситуации кто-то из продавцов испытает естественное человеческое желание уступить костюм бедному покупателю за доступную ему цену. Однако я предполагаю, что очень немногие из них допустят осознание подобного чувства, а большинство подавит его в себе. Некоторые из этих продавцов могут агрессивно настроиться против покупателя, пытаясь завуалировать подобным отношением свой бессознательный импульс, который ночью может вызвать сновидение.

Исходя из мысли о том, что человек не позволит себе осознать желания, запрещенные социумом, мы задаемся двумя вопросами. Во-первых, почему те или иные побуждения недопустимы в данном обществе? Во-вторых, чем вызван столь большой страх у человека перед осознанием подобного запретного побуждения?

Чтобы ответить на первый вопрос, необходимо рассмотреть понятие «социальный характер». Одним из условий выживания для любого социума является формирование такого типа характера, чтобы члены социума испытывали желание делать то, что они должны делать. Иными словами, выполнение социальной функции должно рассматриваться членами общества не как обязанность, а как естественное желание действовать в определенном направлении. В случае отступления от этой схемы общество оказалось бы в опасности, ибо многие его члены перестали бы поступать нужным образом, и социальный характер потерял бы предсказуемость и стабильность. Таким образом, в каждом обществе существуют запреты, нарушение которых ведет к остракизму. В то же время очевидно, что в различных обществах насаждение того или иного типа социального характера, а также соблюдение запретов с целью защиты целостности социума происходит с разной степенью жестокости.

Ответ на второй вопрос заключается в выяснении природы столь большого страха индивида перед возможным остракизмом, вынуждающим его препятствовать проникновению табуированных побуждений в сознание. Человек должен так или иначе осознать свое место в ряду других индивидов, чтобы избежать безумия. Невозможность соотнести себя с другими ведет к потере рассудка. Если смерть является главным источником страха у животного, то для человека самым страшным является одиночество. По Фрейду, осознанию запретных

чувств и мыслей в большей степени препятствует именно страх полного одиночества, нежели страх кастрации.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что сознательное и бессознательное являются по своей природе социально обусловленными. Человек способен осознавать лишь те чувства и мысли, которые прошли сквозь тройной фильтр: специальный, т. е. язык, фильтр логики и фильтр запретов социального характера. На уровне же неосознанных остаются все побуждения, не прошедшие сквозь данный фильтр. Сосредоточивая внимание на социальной сущности бессознательного, мы должны сделать два уточнения. Первое состоит в констатации очевидного факта, что в любой семье помимо запретов социума существуют свои собственные разновидности этих запретов. Вследствие этого все побуждения, возникающие у ребенка и являющиеся запретными в данной семье, будут подавляться им из страха потерять любовь родителей. С другой стороны, более честные перед самими собой и не столь расположенные к «вытеснению» взрослые постараются уменьшить число этих запретов для своих детей. Второе уточнение затрагивает более сложное явление, природа которого заключается в том, что человек не хочет осознавать не только социально табуированные побуждения, но и все переживания, противоречащие самим основам существования, принципам «гуманистического сознания» и заложенному в человеке стремлению к совершенствованию.

Те или иные регрессивные побуждения, наподобие стремления вернуться к состоянию внутриутробной жизни, желания смерти, поглощения близких с целью сближения с ними и т. д., в любом случае являются несовместимыми с основополагающими принципами человеческой природы и ее эволюции, вне зависимости от того, вступают ли они в противоречие с социальным характером или нет. Занимаемая ребенком степень эволюции оправдывает его желание быть опекаемым, которое является в его возрасте нормальным. Подобные устремления взрослого человека говорят о его болезни. Такой человек осознает противоречие между тем, что он собой представляет, и тем, чем он должен быть, ибо устремления его обусловлены не только прошлым, но и целями, характерными для него как целостной личности. Говоря «должен», мы имеем в виду не какие-либо нравственные обязательства, а заложенное в его хромосомах имманентное стремление к эволюции, подобное «заданной» в них информации о его физической комплекции, цвете глаз и т. д.

Индивид страшится мыслей о запретном, опасаясь потерять связь с социумом и оказаться в полной изоляции. В то же время над ним довлеет страх отчуждения от расположенного в глубине его сознания человеческого начала, т. е. он боится расчеловечивания. Однако в обществе, проповедующем бесчеловечные нормы поведения, это опасение, как свидетельствует история, меркнет перед страхом быть подвергнутым остракизму. Противоречие между страхом изоляции от общества и потерей собственной человечности утрачивает свою актуальность по мере того, как само общество становится более

человечным. И напротив, этот внутренний конфликт будет тем глубже, чем больше пропасть между общечеловеческими целями и целями данного общества. Наверное, не стоит и говорить о том, что легкость, с которой индивид способен пережить отчуждение от социума, напрямую зависит от его интеллектуального и нравственного развития, от того, насколько важными для него являются общечеловеческие ценности. Преодолевая давление социума, становясь космополитичным гражданином мира, человек обретает способность жить в соответствии со своими моральными принципами. Мысли и побуждения, несовместимые с нормами конкретного общества, не осознаются индивидом, если он вынужден подавлять их в себе. Итак, мы можем заключить, что содержание бессознательного и сознательного, рассматриваемых формально, вне личностных аспектов, влияния семьи и нравственных установок индивида, зависит от общественного уклада и образцов мыслей и эмоций, генерируемых конкретным социумом. Если же говорить о содержании бессознательного, то здесь никакие обобщения не являются допустимыми. Однако можно утверждать, что оно в любом случае будет отражением человеческой личности со всеми ее светлыми и темными сторонами, основой тех различных ответов, которые данный индивид способен дать на экзистенциальный вопрос. В случае, если индивид принадлежит к обществу, где господствует деструктивная идея уподобления человека животному, очевидно, что все остальные мысли и побуждения будут им подавляться, в то время как это регрессивное стремление окажется доминирующим и осознанным. И напротив, в проповедующем гуманистические принципы социуме темные, животные побуждения не станут сознательными принципами жизни. Однако к какой культуре ни принадлежал бы тот или иной индивид, потенциально он является и первобытным человеком, и хищным зверем, и каннибалом, но в то же время в нем заложены и разум, и чувства любви и справедливости. В таком случае мы приходим к выводу, что бессознательное нельзя охарактеризовать как нечто положительное или отрицательное, рациональное или иррациональное, ибо, неся в себе все человеческие начала, оно является одновременно и тем, и другим. Можно сказать, что бессознательное охватывает всего человека, за исключением той его части, которая сформировалась под влиянием общества. Сознательное же — это отражение социального аспекта личности; оно является продуктом актуальных запретов, сложившихся на конкретном историческом отрезке, на котором индивиду довелось родиться. Бессознательное воплощает в себе универсального человека, принадлежащего космосу. Являясь вместилищем всех человеческих начал, оно олицетворяет в нем растение, животное, весь его дух. Оно содержит в себе его прошлое — от зарождения человеческой цивилизации, и его будущее — вплоть до того дня, когда человек, реализовав весь свой потенциал, естественно сольется с природой.

Определяя сознательное и бессознательное таким образом, необходимо понять, что же мы подразумеваем под трансформацией бессознательного в сознательное и преодолением вытеснения. Фрейд исходил из того, что бессознательное представляет собой вместилище вытесненных

инстинктивных побуждений. При этом процесс превращения бессознательного в сознательное по своей природе весьма ограничен, ибо подобные инстинктивные побуждения недопустимы в рамках цивилизованного общества. Изучая такие инстинктивные побуждения, как склонность к инцесту, страх кастрации, отношение к половому члену как к объекту зависти, он считал, что их осознание вытесняется человеком по мере его эволюции. Фрейд предполагал, что могущественное человеческое Я способно трансформировать вытесненное желание, если его удастся осознать. Идея Фрейда о превращении бессознательного в сознательное («Оно» в «Я») обретает более глубокий и полный смысл, если рассматривать бессознательное не в столь узком аспекте, как это делал Фрейд, а так, как это делалось нами выше. Превращение бессознательного в сознательное преобразует мысль об универсальной природе человека в идею подлинного переживания этой универсальности, что представляет собой реализацию гуманистической задачи.

Фрейд понимал, что процесс вытеснения наталкивается на личностное восприятие реальности конкретным индивидом и что результатом преодоления вытеснения является переосмысление этим индивидом самой реальности. В терминологии Фрейда искажающая природа бессознательных побуждений именуется переносом. (Г. С. Салливан охарактеризовал это же явление как «паратаксическое искажение».)

Фрейд выявил особенность человеческого восприятия, показав, как пациент воспринимает аналитика. Он понял, что для пациента аналитик представляет собой не то, чем он является в действительности, а является проекцией его собственных мыслей, желаний и опасений, оформившихся еще в детстве в результате общения с игравшими для него важную роль людьми. Контактывая с собственным бессознательным, пациент может скорректировать свое искаженное восприятие. В результате этого он оказывается способным увидеть в истинном свете не только личность аналитика, но и своих родителей. Итак, Фрейд понял, что человек искаженно воспринимает реальность. В то время как мы думаем, что видим реальный образ, оказывается, что, сами того не осознавая, мы видим лишь картину наших собственных представлений. Однако, кроме искажающего эффекта переноса, Фрейд обнаружил многие другие особенности искажения восприятия, вызванные вытеснением. Неведомые человеку бессознательные импульсы управляют его поведением, но в то же время противоречат его сознанию, воплощающему в себе требования социума. Данный конфликт порождает эффект проекции: не осознавая в себе собственные бессознательные побуждения, человек может проецировать их на другого индивида и тем самым с отвращением осознавать их в нем. С другой стороны, не понимая истинного происхождения своих побуждений, человек будет пытаться найти им рациональное объяснение. Подобное сознательное лжеобоснование неосознанных в действительности побуждений Фрейд охарактеризовал как рационализацию. Следует отметить, что большая часть осознаваемого

человеком представляет собой заблуждение, вне зависимости от того, сталкиваемся ли мы с переносом, проекцией или рационализацией, тогда как реальностью является вытесняемое им бессознательное.

Помня о нашем более широком толковании источников происхождения бессознательного, можно говорить о новом подходе в трактовке сознательное — бессознательное. Начнем с того, что средний индивид, находясь в уверенности, что он бодрствует, в действительности пребывает в состоянии полусна. Словами «состояние полусна» я хочу выразить мысль о том, что связь этого человека с реальностью далеко не полноценна, ибо большая часть реальности в его сознании, будь то его внутренний мир или внешняя среда, является плодом порожденных его разумом фикций. Реальность осознается им лишь в той мере, в какой это является необходимостью для его жизнедеятельности как члена социума. Вообще, реальность осознается человеком в той степени, в какой это является необходимым для обеспечения его выживания. И напротив, человек перестает осознавать внешнюю реальность во время сна, хотя при необходимости это осознание легко восстанавливается. Если же человек безумен, то даже в случае крайней необходимости он не способен осознать внешнюю реальность в полной мере. Сознание среднего индивида по большей части состоит из вымыслов и заблуждений, являясь по своей природе «ложным», тогда как реальностью является именно то, что человек не осознает. Таким образом, человек является сознательным по отношению к своим иллюзиям и может стать сознательным к скрывающейся за этими иллюзиями реальности.

Как мы уже отмечали, человеческое сознание в сущности является воплощением не столь уж многочисленных навязанных социумом образцов переживаний, в то время как все остальное богатство и многообразие проявлений целостной личности заключается в бессознательном. При этом процесс вытеснения приводит к тому, что человеческое «я», рассматриваемое как обусловленная реалиями конкретного социума личность, отделяется от представляющего собой воплощение целостной личности «я». Человек оказывается в отчуждении от самого себя, и в той же степени все становится чуждым ему. Переживая лишь ничтожную часть скрытой в нем и других индивидах реальности, человек становится неполноценным калекой, оторванным от огромного пласта человеческих эмоций.

До сих пор мы рассматривали вытеснение лишь с точки зрения его искажающей функции. Другой же его аспект выражается не в искажении, а в трансформации в нечто нереальное тех или иных человеческих переживаний. Осуществляется это в процессе церебрации, т. е. мозговой деятельности человека. Например, человек считает, что он видит какие-либо объекты, однако в действительности он видит лишь некоторые их символы. Или же он предполагает, что чувствует что-либо, но на самом деле эти чувства лишь мыслятся им. Личность человека, полностью определяемая ее мозговой деятельностью, оказывается в отчуждении, ибо, как в платоновской аллегории, принимает за

реальность лишь видимые ею тени. Процесс церебрации находится в непосредственной связи с многозначностью языка. Человек, определяющий словом какое-либо переживание, сразу же отчуждается от последнего, так как слово подменяет собой это переживание. Вообще, полноценным переживанием может оставаться лишь до момента языкового выражения. В современной культуре по сравнению с другими периодами истории подобный процесс церебрации получил, по-видимому, наибольшее распространение и отличается наибольшей интенсивностью. Слова всё в большей степени заменяют собой реальные переживания, что обусловлено в первую очередь все возрастающим тяготением к интеллектуальному знанию как основе научно-технического прогресса и как следствие к грамотности и образованию. Однако личность, о которой мы говорим, этого не осознает. В действительности человек обладает только памятью и мышлением, он лишен переживаний, хотя и полагает, что видит или чувствует что-либо. В то время как человек полагает, что постигает реальность, в действительности она постигается его умственной самостью. Человек рассматривает переживание как собственное, тогда как в целом сам он, его глаза, его разум, его сердце, его чрево фактически не принимают в нем участия, ничего не постигая.

Но в чем же в таком случае заключается трансформация бессознательного в сознательное? Для более точного ответа на этот вопрос необходимо сформулировать его несколько по-другому. Следует говорить не о «сознательном» и «бессознательном», а о степени осознанности—сознательности и неосознанности — бессознательности. В таком случае свой вопрос мы можем сформулировать по-другому: что происходит при осознании человеком того, что ранее им не осознавалось? Ответ в общих чертах будет следующим: этот процесс шаг за шагом приближает человека к пониманию ложной, иллюзорной сущности сознания, которое он привык рассматривать как «нормальное». Осознавая доселе бессознательное, человек расширяет область своего сознания, постигая тем самым реальность, т. е. приближаясь на интеллектуальном и эмоциональном уровне к истине. Расширение сознания подобно пробуждению, снятию с глаз пелены, выходу из пещеры, озарения тьмы светом.

Возможно, именно это переживание дзэн-буддисты определяют как «просветление».

Далее мы еще вернемся к этому вопросу, сейчас мне хотелось бы подробнее остановиться на аспекте, представляющем для психоанализа исключительную важность. Речь идет о сущности интуиции, озарения и знания, т. е. о том, что определяет возможность трансформации бессознательного в сознательное. Не подлежит сомнению тот факт, что Фрейд в первые годы психиатрической деятельности был согласен с господствующим в науке утверждением об исключительно интеллектуальной и теоретической природе знания. Он полагал, что для исцеления пациента будет достаточно объяснить ему происхождение тех или иных симптомов его заболевания и результаты исследования его

бессознательного. Он предполагал, что получение пациентом этого интеллектуального знания может повлиять на него исцеляюще. Однако вскоре Фрейд вместе с другими аналитиками пришел к заключению о справедливости утверждения Спинозы об эмоциональной сущности интеллектуального знания. Стало ясно, что интеллектуальное знание само по себе не способно произвести никаких изменений. Его воздействие может проявляться лишь в том, что при интеллектуальном постижении своих бессознательных побуждений человек окажется способным лучше их контролировать, однако подобная задача относится скорее к области традиционной этики, нежели психоанализа. При таком положении вещей пациент не способен соприкоснуться со своим бессознательным, не переживает эту глубокую и обширную реальность внутри себя. Он лишь обдумывает его, так как рассматривает себя как объект своего исследования, оказываясь дистанцированным научным наблюдателем. В действительности же обнаружение бессознательного является эмоциональным переживанием, а не актом интеллектуального познания, которое трудно, если вообще возможно, выразить словами. В то же время процесс обнаружения бессознательного вовсе не исключает предварительного обдумывания и размышления. Однако непосредственно само обнаружение всегда является спонтанным и неожиданным, целостным по своей природе, ибо человек переживает его всем своим существом: у него словно открываются глаза, сам он и весь мир предстают перед ним в новом свете, он смотрит на все по-новому. Если перед тем как испытать это переживание, он ощущал беспокойство, то после него, напротив, он обретает уверенность в своих силах. Обнаружение бессознательного можно охарактеризовать как цепь выходящих за рамки теоретического и интеллектуального знания нарастающих глубоко ощущаемых переживаний.

Этот метод характеризуется тем, что преодолевает западную рационалистическую концепцию познания: человек перестает быть лишь наблюдателем самого себя как объекта исследования, а в основе получаемого им знания лежит переживание. Концепция знания, основанного на переживании (исключение для западной традиции), прослеживается у Спинозы, определявшего интуицию как высшую форму познания, у Фихте с его интеллектуальной интуицией, у Бергсона с его творческим сознанием. Подобные качества интуиции преодолевают субъектно-объектную дифференциацию процесса познания. (О значении таких переживаний в рамках дзэн-буддизма будет сказано далее.)

В нашем кратком обзоре важнейших элементов психоанализа необходимо затронуть еще один аспект. Речь идет о роли психоаналитика. Первоначально она была подобна роли любого врача. Однако некоторое время спустя положение изменилось радикальным образом. Фрейд пришел к выводу, что прежде чем аналитик подвергнет своего пациента анализу, он сам должен стать предметом подобного исследования, избавиться от собственных заблуждений, невротических проявлений и т. д. Подобная потребность выглядит несостоятельной, если рассматривать ее с позиций самого Фрейда. Обратимся к

процитированным выше мыслям Фрейда о том, что аналитик должен быть прежде всего «образцом», «учителем», что отношения между аналитиком и пациентом должны строиться на «любви к истине», исключающей всякую «фальшь и обман». В данном случае Фрейд пришел к осознанию того, что роль психоаналитика не укладывается в рамки роли, отводящейся обычному врачу. Однако мысль о том, что аналитик является сторонним наблюдателем, а пациент есть объект его исследования, по-прежнему остается для него основополагающей.

По мере эволюции психоанализа концепция стороннего наблюдателя претерпевши изменения, причем происходило это в двух разных аспектах. В последние годы жизни Ференци пришел к выводу, что аналитик не должен ограничиваться простым наблюдением и интерпретацией поведения пациента. По его мнению, пациент, как дитя, жаждет любви, и аналитик должен суметь полюбить его великой любовью, которой тот доселе не ведал. Под любовью Ференци не подразумевал эротическое чувство, речь шла скорее о родительском типе любви и заботе. К такому же заключению, но под другим углом зрения, пришел Г. С. Салливан. Стремясь опровергнуть господствовавшую концепцию отстраненности аналитика, он высказал мысль о том, что аналитик должен относиться к пациенту с позиции не дистанцированного наблюдателя, а наблюдателя участвующего. По моему мнению, Салливан был не столь далек от истины, а роль аналитика было бы вернее определить не столько как «участвующего наблюдателя», сколько как наблюдающего участника. Однако и само слово «участник», подразумевающее нахождение снаружи, здесь не вполне уместно, так как познание человека требует стать им самим, проникнуть внутрь него. Понять пациента аналитик способен лишь в той мере, в какой он сам способен испытать его переживания. В противном случае аналитик будет располагать только интеллектуальным знанием о нем, пребывая в неведении относительно того, что тот испытывает в действительности. Как следствие такой аналитик никогда не сумеет внушить своему пациенту, что разделяет и понимает его переживания. Способность сблизиться, сродниться с пациентом, полностью проникнуться и наполниться им, умение жить его жизнью, быть открытым и расположенным к нему представляет собой одно из основополагающих условий понимания и лечения с помощью психоанализа. Аналитик, с одной стороны, должен суметь превратиться в своего пациента, с другой — оставаться самим собой; он должен забыть, что он врач, но в то же время по-прежнему это осознавать. Он сможет дать своему пациенту значимое «заключение» лишь в случае, если примет как должное этот парадокс, ибо оно будет плодом его собственного опыта. В то время как аналитик подвергает пациента анализу, происходит и обратный процесс: пациент анализирует аналитика. Это обусловлено тем, что аналитик, сам того не желая, проявляет собственное бессознательное при соприкосновении с бессознательным пациента. Из этого следует, что аналитик не только лечит своего пациента, но и сам «лечится» с его помощью; не только аналитик понимает пациента, но в итоге и пациент приходит к

пониманию аналитика. Это приводит к достижению солидарности и единения между ними.

Подобное отношение к пациенту должно быть реалистичным и лишенным какой бы то ни было сентиментальности. Аналитик, равно как и кто-либо еще, не в состоянии «спасти» другого человека. Он никогда не сможет сделать за своего пациента того, что тот способен сделать для себя только сам. Он может быть лишь советчиком, уподобиться повивальной бабке, указывать дорогу, содействовать устранению препятствий и иногда непосредственно помогать ему. Всем своим поведением, а не только на словах, он должен довести это до сознания своего пациента. Также аналитик обязан сделать акцент на том, что реальная ситуация их общения ограничена и отличается этим от общения между двумя обычными людьми и что он это четко осознает. Их взаимодействие ограничено временными и пространственными рамками, так как у аналитика есть своя жизнь и, кроме этого, он имеет целый ряд пациентов. Однако при встрече между пациентом и аналитиком не существует никаких ограничений. Во время аналитического сеанса для пациента, так же как и для аналитика, не существует на свете ничего более важного, чем их разговор. Взаимодействуя с пациентом, аналитик на самом деле не ограничивается формальной ролью доктора. Для своего пациента он становится учителем, примером, может быть, даже мэтром. Однако это достижимо лишь при условии, что аналитик преодолеет собственную отчужденность, достигнет полной свободы и осознания самого себя, иначе он не будет являться анализирующим в собственных глазах. Процесс дидактического анализа является для аналитика не концом, а отправной точкой непрерывного самоанализа, означающего поэтапное пробуждение.



Принципы дзэн-буддизма

В кратком обзоре фрейдовского психоанализа и его развития в рамках гуманистического психоанализа я затрагивал проблему человеческого бытия и важности экзистенциального вопроса. Благополучие человека при этом рассматривалось как преодоление им отчужденности и изоляции, в то время как особенность психоаналитического подхода заключается в проникновении в человеческое бессознательное. Кроме того, я рассказал о природе бессознательного и сознательного и о том значении, которое психоанализ вкладывает в понятия «знать» и «осознавать». Наконец, я говорил о важности для психоанализа роли аналитика.

Можно было бы предположить, что систематическое описание дзэн-буддизма станет первоочередным условием его сопоставления с психоаналитическим методом, однако я затрону лишь те его аспекты, которые имеют с психоанализом непосредственные точки соприкосновения.

Главная цель дзэна состоит в достижении просветления, или сатори. Человек никогда не сможет полностью понять дзэн, если он не испытывал этого переживания. Так как сам я не переживал сатори, я не способен рассуждать о дзэне на том уровне, который подразумевается полнотой этого переживания, а могу говорить о нем лишь в самых общих чертах. В то же время, поскольку сатори «представляет собой почти непостижимые для европейского сознания искусство и способ просветления», я не буду рассматривать дзэн с позиций К. Г. Юнга. По крайней мере, дзэн для европейца является не более сложным, чем Гераклит, Майстер Экхарт или Хайдеггер. Огромное усилие, требующееся для достижения сатори, является главным препятствием на пути к пониманию дзэна. Большинство людей не способны совершить подобное усилие, поэтому даже в Японии сатори встречается весьма редко. Однако, несмотря на то что я не имею возможности говорить о дзэне компетентно, я имею примерное о нем представление, что стало возможным благодаря прочтению книг доктора Судзуки, присутствию на нескольких его лекциях и вообще ознакомлению с дзэн-буддизмом из всех доступных мне источников. Предполагаю, что я смогу осуществить предварительное сопоставление дзэн-буддизма и психоанализа.

В чем заключается главная цель дзэна? Судзуки говорит в этом отношении следующее: «Дзэн по своей природе представляет собой искусство погружения в суть человеческого бытия, он указывает путь, ведущий от рабства к свободе... Можно сказать, что дзэн высвобождает заложенную в нас природой естественную энергию, которая в обычной жизни подавляется и подвергается искажению в такой степени, что не способна реализоваться адекватным образом... Поэтому цель дзэна заключается в том, чтобы не позволить человеку лишиться разума и стать безобразным. Под свободой человека я понимаю возможность реализации всех внутренне присущих его сердцу созидательных и благородных побуждений. Обычно мы слепы в своем неведении о том, что наделены всеми необходимыми качествами, которые могут сделать нас счастливыми и научат любить».

Я хотел бы заострить внимание на некоторых важных аспектах дзэна, следующих из данного определения: дзэн — это искусство погружения в суть человеческого бытия; это путь, ведущий от рабства к свободе; дзэн высвобождает естественную энергию человека; он оберегает человека от безумия и уродования себя; он побуждает человека к реализации своих способностей любить и быть счастливым.

Главной целью дзэна является переживание просветления — сатори. Этот процесс подробно описан в работах доктора Судзуки. Здесь я хотел бы остановиться на некоторых особенно важных для западного человека, и в первую очередь психолога, аспектах данного вопроса. Сатори по своей природе не является умственной аномалией. Оно не характеризуется потерей чувства реальности, как это происходит в состоянии транса. В то же время сатори не представляет собой нарциссическое состояние разума, являющееся характерным проявлением некоторых религиозных учений. «Если Вам угодно, это

абсолютно нормальное состояние разума...» По мысли Йошу, «дзэн — это ваше повседневное мышление». «То, в какую сторону открывается дверь, зависит от расположения ее петель». Переживающий сатори испытывает особенное воздействие состояния просветления. «Весь процесс нашего мышления станет протекать совсем по-другому, что позволит нам испытывать большее удовлетворение, больший покой, большую радость, чем это было прежде. Изменения претерпит сама атмосфера существования. Дзэн обладает и омолаживающими свойствами. Весенний цветок станет еще более прекрасным, а горный водопад — прохладным и чистым».

Как явственно следует из приведенного отрывка работы доктора Судзуки, сатори представляет собой истинное воплощение человеческого благополучия. Пользуясь психологической терминологией, просветленность можно определить, по моему мнению, как полностью осознаваемое и понимаемое индивидом состояние, его всецелую ориентацию на реальность, как внутреннюю, так и внешнюю. Это состояние осознается не мозгом человека или какой-либо другой частью его организма, а самим индивидом в его целостности. Оно осознается им не как нечто опосредованное его мышлением, а как абсолютная реальность: цветок, собака, другой человек. Пробуждаясь, человек делается открытым и отзывчивым для окружающего мира. Это становится возможным благодаря тому, что он перестает рассматривать самого себя как вещь. Просветление подразумевает «полное пробуждение» целостной личности, ее движение в направлении реальности.

Необходимо четко себе представлять, что ни транс, при котором человек пребывает в убеждении, что он бодрствует, в то время как он крепко спит, ни какое-либо разрушение личности человека не имеют никакого отношения к состоянию просветленности. По всей видимости, для представителя западной школы психологии сатори будет выглядеть как субъективное состояние, как некоторая разновидность самостоятельно вызываемого человеком состояния транса; при всей своей симпатии к дзэн-буддизму, подобного заблуждения не избежал даже доктор Юнг: «В силу того, что воображение само по себе представляет психическое явление, не имеет равным счетом никакого значения, будем ли мы определять просветление как «подлинное» или «мнимое». Как бы то ни было, человек, будучи «просветленным», полагает, что он является таковым вне зависимости от того, соответствует ли это действительности, или он лишь заявляет об этом... Даже если бы он был неискренен в своих словах, его ложь была бы одухотворенной». Конечно, подобное утверждение является лишь фрагментом общей релятивистской концепции Юнга, определяющей его понимание «подлинности» религиозного переживания. Со своей стороны, я ни при каких условиях не могу рассматривать ложь как нечто «духовное»; для меня она не является ничем, кроме лжи. В любом случае дзэн-буддисты не являются сторонниками этой имеющей некоторые достоинства концепции Юнга. Наоборот, действительное и, следовательно, истинное

изменение человеческого мировоззрения в результате подлинного переживания сатори для них чрезвычайно важно отличать от мнимого переживания, обусловленного, возможно, психопатологическими факторами, при котором постигающий дзэн предполагает, что достиг сатори, тогда как учитель его уверен в обратном. В наблюдении за тем, чтобы изучающий дзэн не подменял подлинное просветление мнимым, и заключается одна из главных задач наставника.

Оперируя терминами психологии, можно сказать, что полное пробуждение является достижением «продуктивной ориентации», что подразумевает творческое и активное, как у Спинозы, восприятие мира, а не пассивное, потребительское, накопительское и деляческое отношение к нему. Внутренний конфликт, обуславливающий отчуждение собственного «я» от «не-я», разрешается при достижении человеком состояния творческой продуктивности. Любой рассматриваемый объект уже не существует в оторванности от человека. Видимая им роза представляет объект его мысли именно как роза, а не в том смысле, что, говоря о том, что он ее видит, он лишь утверждает, что данный объект тождествен для него определению розы. Человек, находящийся в состоянии полной продуктивности, становится в то же время и в высшей степени объективным: его жадность или страх уже не искажают видимые им объекты, т. е. он видит их такими, какие они есть в действительности, а не такими, какими он хотел бы их видеть. Подобное восприятие исключает возможность возникновения паратаксических искажений. Человеческое «я» активизируется, происходит слияние субъективного и объективного восприятия. Активный процесс переживания происходит в самом человеке, в то время как объект остается без изменений. Человеческое «я» оживляет объект, и само оживляется посредством него. Только тот, кто не отдает себе отчета в том, насколько его видение мира ментально или паратаксично по своей природе, может рассматривать сатори как некий мистический акт. Человек, осознавший это, приходит и к другому осознанию, которое можно определить как абсолютно реальное. Чтобы понять, о чем идет речь, достаточно лишь мимолетного переживания этого ощущения. Обучающийся игре на фортепиано мальчик не может соперничать в мастерстве с великим маэстро. Однако игра маэстро не таит в себе ничего сверхъестественного, представляя собой совокупность тех же элементарных навыков, которым обучается мальчик; разница лишь в том, что навыки эти отточены маэстро до совершенства.

Две дзэн-буддистских притчи явственно свидетельствуют о том, насколько значимым для концепции дзэна является неискаженное и неинтеллектуальное восприятие реальности. В одной из них повествуется о разговоре между наставником и монахом:

«— Стараешься ли ты утвердиться в истине?

— Да.

— Каким образом ты себя воспитываешь?

— Я ем, когда я голоден, и сплю, когда я утомлен.

— Но ведь так поступает каждый. Получается, что они воспитывают себя

так же, как ты?

— Нет.

— Почему?

— Потому, что во время еды они заняты не едой, а позволяют себе отвлекаться на посторонние вещи; когда они спят, они не спят вовсе, а видят тысячу и один сон. Этим они и отличаются от меня».

Наверное, нет необходимости как-либо комментировать данную притчу. Охваченный алчностью, страхом и неуверенностью в себе рядовой человек, далеко не всегда сам это осознавая, постоянно живет в мире иллюзий. Окружающий мир в его глазах приобретает свойства, существующие лишь в его воображении. Такое положение дел было в той же мере актуальным для эпохи, к которой относится приведенная притча, что и для наших дней: и сегодня практически каждый лишь полагает, что он видит, ощущает вкус или чувствует что-либо, нежели действительно испытывает подобные переживания.

Автором другого не менее показательного высказывания стал учитель дзэна: «До того времени, как я начал изучать дзэн, реки для меня были реками, а горы — горами. После того, как я получил первые знания о дзэне, реки перестали быть реками, а горы — горами. Теперь же, когда я постиг учение, реки вновь стали для меня реками, а горы — горами». И в данном случае мы становимся свидетелями того, что действительность начинает восприниматься по-новому. Как правило, человек заблуждается, принимая тени вещей за их подлинную сущность, как это происходит в платоновской пещере. Осознав свою неправоту, он обладает пока лишь знанием о том, что тени вещей не есть их сущность. Оставляя пещеру и выходя из темноты на свет, он пробуждается и видит теперь уже не тени, а истинную сущность вещей. Находясь во тьме, он не способен постичь света. В Новом Завете (Иоанн 1, 5) говорится: «И свет во тьме светит, и тьма не объяла его». Но стоит ему выйти из тьмы, как перед ним сразу же открывается разница между миром теней, в котором он жил раньше, и реальностью.

Постижение природы человека является одной из первостепенных задач дзэна, направляющего человека к самопознанию. Однако речь здесь идет не о присущей современной психологии категории «научного» знания, не о знании познающей интеллектуальной личности, рассматривающей саму себя как объект. В дзэне же это знание является неинтеллектуальным и непосредственным; это глубокое переживание, при котором познающий и познаваемый превращаются в единое целое. Судзуки сформулировал эту мысль так: «Главная задача дзэна заключается в максимально естественном и непосредственном проникновении в глубинные аспекты человеческого существования».

Для дзэна необычайно важно, чтобы подобное самопознание было эмпирическим, т. е. внутренним, а не интеллектуальным и, соответственно, формальным. В то же время для человека западного мира такое расхождение между интеллектуальным и опытным познанием представляет собой одно из основных препятствий на пути к постижению

дзэна. Если не принимать в расчет произведения христианских мистиков, то очевидно, что на протяжении двух тысячелетий западная традиция основывалась на утверждении, что только интеллект способен окончательно разрешить проблему человеческого бытия. Находясь в поисках «единственно верного ответа», религия и философия придали мощный импульс развитию науки. В свою очередь наука, подразумевающая реализацию интеллектуальной деятельности на практике в рамках технического прогресса, исходит из существования конкретно поставленного вопроса и возможности дать на него конкретный ответ. «Если речь ведется о каком-либо конкретном вопросе, то интеллектуальный подход, предлагающий ответы «да» или «нет», является вполне оправданным. В то же время, сталкиваясь с основным вопросом бытия, человеческий интеллект не способен адекватно на него ответить». Как раз по этой причине переживание сатори невозможно передать в словесной форме, его нельзя объяснить, обосновать или поделиться им с кем-либо. «Сатори не было бы таковым, если бы существовала возможность подвергнуть его анализу и тем самым сделать совершенно понятным тому, кто его не переживал. Сатори, превращенное в понятие, перестает существовать, ибо дзэнское переживание в таком случае становится невозможным».

Интеллект не способен дать исчерпывающий ответ на экзистенциальный вопрос. Достижение просветленности становится возможным при условии отказа индивида от многих препятствующих истинному видению мира заблуждений, порожденных его разумом. «Дзэн требует полной свободы разума. Даже одна мысль становится препятствием и ловушкой на пути к истинной свободе души». Из этого следует, что постулируемое западной психологией понятие сочувствия, или эмпатии, по дзэн-буддистскому учению является неприемлемым. «Концепция сочувствия, или эмпатии, представляет собой интеллектуальное воплощение первичного переживания. Если говорить о самом переживании, то оно не допускает никакого разделения. В то же время в своем стремлении постичь переживание, подвергнуть его логическому анализу, предусматривающему различие, или раздвоение, разум тем самым вредит сам себе и уничтожает переживание. При этом исчезает подлинное ощущение идентичности, что позволяет интеллекту осуществить свойственное ему разрушение реальности. Феномен сочувствия, или эмпатии, являющийся результатом процесса интеллектуализации, в большей степени может быть свойствен неспособному испытывать подлинного переживания философу».

Однако спонтанность переживания может ограничиваться не только интеллектом как таковым, но и какой-либо идеей или индивидом. В этой связи дзэн «не придает большого значения священным сутрам, а также их трактовке мудрецами и учеными. Индивидуальное переживание входит в противоречие с мнением авторитета и объективными определениями». В рамках дзэна человек должен быть свободным даже от Бога, от Будды, что выразилось в дзэнском изречении: «Произнеся слово «Будда», омой свои уста».

Развитие логического мышления не является задачей дзэна, что отличает его от западной традиции. Дзэн «ставит перед человеком дилемму, которую он должен суметь разрешить на более высоком уровне мышления, чем тот, каковым является логика».

Как следствие и понятие наставника в дзэн-буддизме не соответствует западному аналогу. В дзэнском понимании польза, приносимая ученику наставником, состоит лишь в том, что последний существует в принципе; вообще, для дзэна наставник является таковым только в той мере, в какой он способен осуществлять контроль над собственной мыслительной деятельностью. «Что поделать — пока ученик не готов постичь что-либо, он не может ему ничем помочь. Высшая реальность постигается лишь самостоятельно».

Современный западный читатель, привыкший выбирать между безропотным подчинением подавляющему его и ограничивающему его свободу авторитету и полным отрицанием оно, оказывается озадаченным отношением наставника дзэна к ученику. В рамках дзэна речь идет об ином, «разумном авторитете». Ученик делает все лишь по собственной воле, не испытывая со стороны наставника никакого принуждения. Наставник ничего от него не требует. Ученик руководствуется собственным желанием обучаться у своего наставника, ибо хочет получить от него знания, которыми сам пока не располагает. Учитель «не имеет необходимости объяснять что-либо с помощью слов, для него не существует понятия священного учения. Прежде чем утверждается или отрицается что-либо, все взвешивается. Не стоит ни молчать, ни пустословить». Наставник дзэна полностью исключает какое бы то ни было навязывание ученику своего авторитета и в то же время настойчиво стремится завоевать у него истинный авторитет, основанный на реальном переживании.

Необходимо иметь в виду, что подлинное достижение просветления неразрывно связано с трансформацией человеческого характера; не отдающий себе в этом отчета вообще не будет способен понять дзэн. В этом проявляется буддистское происхождение дзэна, так как спасение в рамках буддизма подразумевает необходимость изменения человеческого характера. Человек должен освободиться от страсти обладания, должен укротить свою алчность, гордыню и высокомерие. Он должен с благодарностью относиться к прошлому, быть тружеником в настоящем и с чувством ответственности смотреть в будущее. Жить, руководствуясь принципами дзэна, — значит «относиться к себе и окружающему миру с благодарностью и благоговением». Для дзэна эта жизненная позиция, лежащая в основе «скрытой добродетели», является весьма характерной. Смысл ее в том, что человек должен не растрачивать попусту дарованные природой силы, а жить полноценной жизнью как в обычном, приземленном смысле, так и в нравственном отношении.

Дзэн ставит перед человеком цель освобождения от рабства и обретения свободы, достижения «абсолютной неуязвимости и отваги» в этическом

понимании. «Дзэн основывается на характере человека, а не на его интеллекте. Следовательно, главным жизненным постулатом для него является человеческая воля».



Преодоление вытеснения и просветление

Говоря о взаимоотношениях психоанализа и дзэна, к какому же выводу мы приходим?

Наверное, тот факт, что несопоставимость дзэн-буддизма и психоанализа является лишь первым обманчивым впечатлением, мог немало озадачить читателя. Сходство же между ними представляется феноменом еще более удивительным.

Прежде всего повторим определение цели дзэна, данное доктором Судзуки. «Дзэн по своей природе представляет собой искусство погружения в суть человеческого бытия, он указывает путь, ведущий от рабства к свободе... Можно сказать, что дзэн высвобождает заложенную в нас природой естественную энергию, которая в обычной жизни подавляется и подвергается искажению в такой степени, что не способна реализоваться адекватным образом... Поэтому цель дзэна заключается в том, чтобы не позволить человеку лишиться разума и стать безобразным. Под свободой человека я понимаю возможность реализации всех внутренне присущих его сердцу созидательных и благородных побуждений. Обычно мы слепы в своем неведении о том, что наделены всеми необходимыми качествами, которые могут сделать нас счастливыми и научат любить».

Подобное определение цели дзэна без всяких оговорок можно рассматривать и как трактовку постулатов психоанализа, ибо такие задачи, как самопроникновение, освобождение, обретение счастья и любви, реализация энергии и спасение от болезней и уродств, свойственны психоанализу в той же мере, что и дзэн-буддизму.

Мысль о том, что просветленность является для человека альтернативой болезни, на первый взгляд может показаться странной, однако она вполне обоснованна. Традиционная психиатрия ставит вопрос о том, почему некоторые люди становятся больными. По моему же мнению, правильнее было бы спросить, почему не заболевает большинство людей. Если рассматривать человеческое бытие в условиях нынешних реалий, помня об отчужденности, одиночестве, беспомощности индивида, было бы логичным предположить, что он не сумеет справиться с таким давлением и будет просто уничтожен. В действительности же большинству людей удается этого избежать, но спасение достигается ценой уродования собственной личности. Люди замещают отчуждение житейской обыденностью, приспособленчеством, стремлением к власти, престижем, деньгами, служением тому или иному разделяемому с другими индивидами религиозному культу, стоическим

самоистязанием или вызывающей самовлюбленностью. Однако все это способно поддерживать в человеке здоровье лишь в течение определенного времени. Лишь полный, созидательный ответ миру, приближающийся в своем абсолюте к просветлению, способен стать реальной защитой человека от возможного заболевания. Однако, прежде чем перейти к рассмотрению наиболее важных аспектов в сопоставлении психоанализа и дзэна, я хотел бы остановиться на некоторых деталях, имеющих второстепенное значение.

Во-первых, следует сказать об общей для психоанализа и дзэна этической направленности. Преодоление человеком алчности, выражающейся в стремлении к обладанию, славе или чему-либо подобному (что созвучно с понятием «алчущий» в Новом Завете) в соответствии с учением дзэн, — необходимое условие достижения цели. Именно это является целью и в психоанализе. Фрейд, разработавший теорию эволюции либидо и обозначивший четыре его уровня (орально-рецептивный, орально-садистический, анальный и генитальный), высказал предположение, что при нормальных условиях человеческий характер, отличающийся вначале такими качествами, как алчность, жестокость и жадность, трансформируется этически. Сделав большой акцент на ценностном аспекте рассматриваемого вопроса и в соответствии с опытом клинических наблюдений Фрейда, я использую собственную терминологию: процесс эволюции определяется мной как переход от рецептивной направленности через эксплуататорскую, накопительскую и делажническую к направленности продуктивной. Однако, в каких терминах ни выражалась бы данная идея, это не меняет положения вещей: психоанализ рассматривает присущую индивидам, не сумевшим реализовать свои активные и продуктивные задатки, алчность, как явление патологическое. В то же время основополагающая задача психоанализа, равно как и дзэна, помочь человеку преодолеть алчность и научиться любви и состраданию, другими словами, способствовать этической трансформации личности. Человек не принуждается к добродетельному существованию, ему не запрещается жить «во грехе»; предполагается лишь, что эволюция сознания индивида сама избавит его от запретных побуждений. Однако, в какой зависимости ни находилось бы состояние просветленности от нравственной трансформации человека, было бы глубоким заблуждением полагать, что задачи дзэна не подразумевают преодоление алчности, самолюбования и недалекости или же что обретение человеком смирения, любви и милосердия не является непременным условием достижения сатори. Точно так же было бы неверным считать, что изменение человеческого характера необязательно для реализации задач психоанализа. Достигшему продуктивного уровня индивиду чужды алчность и самолюбование, он обретает смирение. Расставшись со своими иллюзиями, он видит себя таким, каков он есть в действительности. Несмотря на то что цели психоанализа и дзэна не ограничиваются этическими рамками, их достижение невозможно без нравственных изменений личности.

Требование быть независимым от какого бы то ни было авторитета представляет собой еще один общий для психоанализа и дзэна аспект. Именно он служил для Фрейда главным основанием для критики религии. Религия, по его мнению, вводит человека в заблуждение, навязывая ему представление о благе, исходящем от Бога в противовес истинной зависимости от отеческой опеки и наказания. По Фрейду, вера в Бога является проявлением человеческой инфантильности. Человек не может обрести независимость, пока он не станет вполне зрелым. Однако каково было бы мнение Фрейда о «религии», наставляющей человека очистить свои уста при упоминании слова «Будда»? Как бы он отнесся к религии, в которой не существует ни Бога, ни слепого подчинения какому-либо авторитету; религии, ставящей перед человеком цель освобождения от какой бы то ни было зависимости и пробуждения в нем активности; религии, стремящейся утвердить человека в мысли, что ответ за свою судьбу должен держать лишь он сам?

Может возникнуть предположение, что подобное отрицание какого-либо авторитарного начала в дзэне входит в противоречие с ролью, отводящейся в психоанализе фигуре аналитика. В этом аспекте вновь прослеживается глубокая близость подходов в дзэне и психоанализе: в обоих случаях пациент, или ученик, получает знания от своего наставника. Но попадает ли при этом ученик (пациент) в зависимость от своего руководителя и является ли для него истиной все, что тот ему сообщает? Бесспорно, в психоанализе подобный феномен зависимости, трактуемый как перенос, существует и способен в значительной мере влиять на пациента. Однако психоанализ стремится освободить пациента от подобной зависимости от аналитика, выявив ее и по возможности устранив. Слова наставника в дзэне, равно как и аналитика в психоанализе, являются для ученика (пациента) значимыми, ибо в рамках дзэна наставник обладает априори большими знаниями, чем ученик; такое же положение дел существует и в психоанализе. Вследствие этого слово учителя является всегда убедительным для ученика. Наставник никогда не навязывает ученику своего мнения; ученик пришел к нему по собственной воле и также свободно может уйти. Наставник готов принять добровольно пришедшего к нему ученика, желающего пройти сложный путь к просветлению под его руководством. Но лишь такого ученика, который отдает себе отчет в том, что как бы наставник ни стремился ему помочь, судьба его находится лишь в его собственных руках. Никому не под силу спасти душу человека; только сам он может обрести спасение. В силах наставника лишь взять на себя роль повивальной бабки или проводника в горах. Как сказал один наставник дзэна, «я действительно ничего не могу поведать тебе. Если бы я попробовал это сделать, ты поднял бы меня на смех. Все, что я мог бы тебе сказать, принадлежит лишь мне, и оно никогда не смогло бы стать твоим».

Книга Херригела, повествующая об искусстве стрельбы из лука, дает яркий и наглядный анализ подхода наставника в рамках дзэна. Наставник в дзэне руководствуется принципом утверждения разумного

авторитета. Он настаивает на своем методе изучения искусства стрельбы из лука, так как исходит из того, что лучше, чем ученик, знает, как его можно постичь. В то же время наставник не стремится навязать ученику свой авторитет, обрести над ним власть или сделать его постоянно зависимым от себя. Он лишь желал бы, чтобы ученик демонстрировал ему время от времени свои успехи; когда же тот сам станет наставником, он будет искать свой собственный метод в обучении. Наставник любит своего ученика любовью зрелой, проникнутой духом реального восприятия действительности. Он старается помочь ему, в то же время полностью отдавая себе отчет в том, что на пути к достижению цели не способен сделать за ученика того, что тот должен сделать сам. Любовь наставника к ученику лишена какой бы то ни было сентиментальности, она основывается на реалистичном отношении к человеческой судьбе, на осознании того, что ни один человек не способен спасти другого, но должен сделать все для того, чтобы помочь ему спасти себя самому. Любовь, отрицающая подобное утверждение и претендующая на «спасение» души другого, является в действительности лишь проявлением спеси и тщеславия.

По всей видимости, дополнительные аргументы будут для психоаналитика излишними, чтобы убедить его в том, что все сказанное о наставнике в рамках дзэна в равной степени относится (или во всяком случае должно относиться) к нему самому. По Фрейду, аналитик во взаимоотношениях с пациентом является как бы его зеркальным отражением; его отношение к нему должно быть лишено какой-либо личностной окраски. Это, по его мнению, должно обеспечить независимость пациента от аналитика. Однако такие аналитики, как Ференци, Салливан, я и ряд других, рассматривают сотрудничество между аналитиком и пациентом как необходимое условие обеспечения взаимопонимания между ними. Мы полностью разделяем мнение о том, что подобное сотрудничество исключает какую бы то ни было сентиментальность, искажение действительности и, главное, всякое, даже самое осторожное и опосредованное, вторжение аналитика в жизнь пациента, пусть даже это и могло бы способствовать его излечению. Аналитик всегда готов помочь пациенту и всегда поддерживает его стремление победить болезнь и изменить свою жизнь. Однако он не может нести ответственность за свой неуспех, если сопротивление к жизненным переменам окажется у пациента непреодолимым. Долг аналитика заключается в том, чтобы сделать все от него зависящее, не пожалеть своих сил и знаний для достижения пациентом цели, к которой он стремится. В этом также проявляется близость позиций психоанализа и дзэна.

В дзэн-буддизме существует обучающий принцип постановки ученика в затруднительную ситуацию, именуемый коан. Являясь чем-то вроде делающего невозможным побег препятствия, коан не позволяет ученику прибегнуть к традиционному мышлению с целью решения поставленной перед ним задачи. Дабы не пойти по ложному пути, заставляя пациента внимать объяснениям и наставлениям и тем самым лишь препятствуя ему

осуществить переход от осмысления к подлинному переживанию, аналитик поступает или по крайней мере должен был бы поступать в некотором смысле таким же образом. Какие бы то ни было рационалистические обоснования, т. е. все, на что пациент опирается в своих иллюзиях, аналитик должен поэтапно устранять. В конце концов пациент лишится всех своих аргументов, вырвавшись тем самым из плена заблуждений, что позволит ему осознать то, что он не осознавал ранее. Другими словами, он начнет переживать реальность. Важную роль при этом играет моральная поддержка пациента, так как аналитик нередко испытывает беспокойство, что могло бы стать препятствием на пути к достижению поставленной цели. Однако эта поддержка ограничивается лишь тем, что аналитик находится рядом с пациентом, не пытаясь ободрить его при помощи слов, чтобы не помешать пациенту испытать одному ему доступное переживание.

Итак, сопоставление дзэн-буддизма и психоанализа непосредственно высвечивает некоторые аспекты их сходства, тождественности. Однако состоятельным оно может быть признано, если мы найдем точки соприкосновения между идеей просветления, являющейся главной в дзэне, и преодолением вытеснения, трансформацией бессознательного в сознательное, представляющих собой основной принцип психоанализа.

Вначале обобщим сказанное о психоанализе. Цель его — трансформировать бессознательное в сознательное. При этом необходимо иметь в виду, что сознательное и бессознательное являются функциями, а не содержанием психического процесса. Точнее: речь может вестись лишь о той или иной степени вытесненности, о состоянии, когда человек осознает только те переживания, которые сумели пройти через обусловленный реалиями конкретного социума фильтр языка, логики и других критериев. Перед человеком открываются самые потаенные глубины его природы, а следовательно, его человеческая суть, освобожденная от искажений на всех уровнях фильтра. Если человек полностью преодолевает вытеснение, он тем самым разрешает конфликт между своим сознанием и бессознательным. При этом, преодолевая самоотчуждение и оторванность от окружающего мира во всех его проявлениях, он оказывается способным испытывать непосредственное переживание. Кроме того, как уже отмечено, восприятие мира зависит от степени обособленности его бессознательного от его сознательного; иными словами, в какой мере его «я» как целостной личности отделено от его «я» как личности социальной. Это проявляется, с одной стороны, в виде паратаксических искажений, или эффекта переноса, когда другой индивид видится не тем, чем он является в действительности, а предстает в образе важного лица, имевшего влияние на него в детстве. Это происходит в силу того, что он способен воспринимать другого индивида не как целостная личность, а лишь посредством своего сформированного в детстве «я».

С другой стороны, сознание человека, пребывающего в состоянии вытеснения, ложно по своей природе. Это отражается на переживании им окружающего мира: вместо реально существующего объекта он видит

лишь порожденный собственными иллюзиями и представлениями его образ. Это искаженное представление о чем-либо, эта застилающая его взор пелена как раз и являются первоисточниками его тревог и страданий. Как следствие находящийся в состоянии вытеснения индивид переживает происходящее в его голове вместо переживания реальных людей и объектов. Пребывая в уверенности, что он контактирует с реальным миром, на деле он имеет дело лишь со словами. Такие явления, как паратаксическое искажение, ложное сознание и церебрация, представляют собой, по всей видимости, хоть и различные, но все же связанные между собой аспекты потери человеком реальности, когда человеческая суть индивида отделена от индивида социального, и не могут рассматриваться как самостоятельные разновидности утраты им контакта с реальным миром. Исходя из утверждения, что индивид, пребывающий в состоянии вытеснения, отчужден по своей природе, мы просто рассматриваем один и тот же феномен с разных точек зрения. Находящаяся в отчуждении личность, направляя свои мысли и чувства на тот или иной объект, не воспринимает при этом себя субъектом своих переживаний и находится в зависимости от обуславливающего ее переживания объекта.

Полную противоположность этому отчужденному, искаженному, паратаксическому, иллюзорному, «ментальному» переживанию представляет собой непосредственное, цельное восприятие действительности, свойственное младенцу и ребенку, не успевшему утратить способность к нему под влиянием воспитания. Для новорожденного еще нет деления между «я» и «не-я». Процесс подобного деления идет постепенно, и способность ребенка сказать «я» свидетельствует о его завершении. Тем не менее восприятие мира у ребенка все равно остается в достаточной степени непосредственным и неискаженным. Играя с мячом, ребенок на самом деле видит, как мяч катится, он весь поглощен переживанием этого зрелища. Взрослый человек также пребывает в уверенности, что видит, как мяч катится. Бесспорно, это так: он в самом деле наблюдает, как один объект, т. е. мяч, катится по другому объекту — полу. Однако в действительности он лишь думает о том, что мяч катится по полу, не видя этого. Говоря, что мяч катится, взрослый в принципе лишь заявляет о том, что, во-первых, он знает, что круглый предмет именуется мячом, и во-вторых, что лежащие на ровной поверхности круглые предметы при прикосновении к ним могут катиться. При этом то, что он видит глазами, лишь утверждает его в своем знании и позволяет ему чувствовать себя комфортно.

Человек способен вновь обрести способность испытывать свойственное ребенку прямое, спонтанное восприятие реальности, достигнув состояния «не-вытесненности». Но подобное преодоление вытеснения, учитывая пройденный человеком путь в эволюции интеллекта и процессе отчуждения, подразумевает возвращение ему непорочности на новом, более высоком уровне. Обрести такую непорочность возможно, лишь вначале утратив ее.

Подобная мысль находит яркое выражение в ветхозаветном предании о грехопадении и пророчестве о Мессии. Согласно библейскому преданию, человек, находясь в Эдемском саду, представляет собой целостную субстанцию. Являясь неотделимой частью природы, он лишен сознания, для него не существует понятий различия, выбора, свободы, греха. Делая свой первый выбор, человек впервые проявляет непослушание и таким образом выходит из изначально лишённого индивидуальности состояния; вместе с тем он делает первый шаг на пути к свободе. Совершив его, он обретает сознание: теперь он осознает себя, осознает свою обособленность от Евы как женщины, от природы, от животных и земли. Следствием осознания этой обособленности становится появление у человека стыда: того же стыда, который мы испытываем и по сей день, ощущая отчужденность от близких нам людей. Покинув рай, он ознаменует тем самым начало истории человечества. Первоначальное состояние гармонии уже недоступно ему, однако для него существует новая гармония, к которой он может стремиться, — гармония, выражающаяся в совершенствовании его разума, сознания, обретения им способности любить, дабы, как гласит пророчество, «...земля наполнилась знанием Бога так же, как океан наполнен водой». Мессианская концепция предсказывает переход от лишённой индивидуальности и сознания гармонии к новой гармонии, основанной на торжестве целостного и совершенного разума. Достижение ее станет возможно с приходом Мессии и ознаменуется устранением антагонизма между человеком и природой, человеком и другим человеком; пустыня станет цветущим садом, волк и ягненок будут мирно сосуществовать рядом, а мечи перекуют на орала. Наступление эпохи Мессии является, с одной стороны, райским временем, а с другой — чем-то ему противоположным: человек, навсегда покинувший мир детства, достиг высшей стадии своей эволюции и снова становится ребенком, что выражается в цельности его природы и непосредственности восприятия.

Подобная же мысль прослеживается и в Новом Завете: «Истинно говорю вам: кто не примет Царствия Божия, как дитя, тот не войдет в него» (Лука 18, 17). Эта сентенция не нуждается в пояснении: через избавление от отчужденности люди снова должны стать детьми и научиться творческому восприятию мира. Однако, превращаясь в детей, люди тем не менее уже достигли зрелости и не являются детьми. Как раз в этом случае и становится возможным упомянутое в Новом Завете переживание: «Теперь мы видим как бы сквозь тусклое стекло, гадательно, тогда же лицом к лицу; теперь знаю я отчасти, а тогда познаю, подобно как я познан» (Коринфянам 13, 12).

Преодоление вытеснения и отчуждения от самого себя и, как следствие, от другого индивида означает осознание бессознательного, т. е. пробуждение, расставание с иллюзиями, заблуждениями и ложными представлениями и адекватное восприятие действительности. Осознание ранее неосознанного совершает в человеке внутренний переворот. Основой творческого интеллектуального мышления и непосредственного интуитивного восприятия действительности как раз и является

подлинное пробуждение человека. Индивид, находящийся в состоянии отчуждения, когда реальный мир воспринимается им лишь на уровне мышления, оказывается способным лгать; будучи же пробужденным и, следовательно, ориентированным на прямое восприятие действительности, человек не способен говорить неправду: сила его переживания разрушает ложь. Наконец перевод бессознательного в сознательное означает для человека жить, руководствуясь истиной. Будучи открытым перед действительностью, он перестает пребывать в отчуждении от нее; не противясь ей и в то же время не пытаясь ей ничего навязать, он реагирует на действительность адекватным образом.

Цель дзэна заключается в непосредственном и полном постижении мира. Теперь я попытаюсь более четко обозначить связь между принципами психоанализа и дзэна на основе рассуждений доктора Судзуки.

В первую очередь я хотел бы обратить внимание на один терминологический аспект рассматриваемого вопроса, который, по моему мнению, препятствует осуществлению нашего анализа. Речь идет об употреблении терминов «сознательное» и «бессознательное» вместо функциональных терминов, служащих для обозначения того, в какой мере индивид как целостная личность отдает себе отчет в переживании чего-либо. Не сомневаюсь, что, устранив данную терминологическую неопределенность, мы в значительной мере облегчим себе задачу выявления связи между истинным значением перевода бессознательного в сознательное и концепцией достижения просветления. «Метод дзэна заключается в том, чтобы непосредственно проникнуть в сам объект и увидеть его изнутри таким, каким он является в действительности». Такое непосредственное постижение реальности «можно определить и как активно волевое, или творческое». Далее Судзуки называет этот источник творчества «бессознательным в дзэне», добавляя: «Нужно суметь почувствовать бессознательное, однако не в обычном понимании этого слова, а, я бы сказал, в самом исконном и основополагающем его значении». В подобной трактовке бессознательное рассматривается как некоторая область, располагающаяся как внутри личности, так и за ее пределами. «Переживание бессознательного, — говорит Судзуки, — является... основополагающим и изначальным».

Оперируя терминами, я предпочел бы отказаться от понятия «переживание бессознательного». Вместо этого, по моему мнению, следовало бы говорить об осознании индивидом испытываемых им глубинных и непосредственных переживаний, т. е. об ослаблении таких явлений, как паратаксическое искажение, проецирование образов и церебрация, что становится возможным вследствие уменьшения степени вытеснения. Последователь дзэнского учения определяется Судзуки как находящийся «в непосредственном единстве с великим бессознательным». Со своей стороны, я бы сформулировал это по-другому — как осознание внутренней реальности и реальности окружающего мира во всей их ясности и полноте.

Далее Судзуки вновь прибегает к функциональной терминологии, говоря о том, что «в действительности оно (бессознательное), напротив, представляет собой нечто самое интимное для нас, и именно поэтому оно с таким трудом поддается постижению, подобно тому как глаз не способен увидеть сам себя. Вследствие этого, для того чтобы бессознательное стало сознательным, необходима особая тренировка сознания». В данном случае Судзуки оперирует понятиями, в полной мере соответствующими психоаналитической концепции: задача заключается в трансформации бессознательного в сознательное, для достижения чего сознание нуждается в специальной подготовке. Но значит ли это, что все различие между психоанализом и дзэном сводится лишь к собственным, отличным друг от друга подходам в тренировке сознания, в то время как цели, которые преследуют две эти системы, — одни и те же?

Прежде чем подробнее остановиться на этом вопросе, мне представляется целесообразным рассмотреть еще несколько требующих пояснения аспектов.

В рассуждениях доктора Судзуки затрагивается идея противопоставления знания и непорочности, т. е. тот же вопрос, к которому я обращался, говоря о психоаналитических понятиях. Библейскому понятию грехопадения как результата получения знания в дзэне и вообще в буддизме соответствует понятие аффективной контаминации, т. е. загрязненности страстями (клеша) или вмешательства сознательного мышления, подчиненного интеллекции. Термин «интеллекция» затрагивает очень важный вопрос. Тождественна ли деятельность человеческого интеллекта сознанию? Если тождественна, то переход бессознательного в сознательное представлял бы собой процесс интеллектуализации неосознанного, что в корне противоречит задачам дзэна. В таком случае цели психоанализа и дзэна оказались бы диаметрально противоположными, ибо дзэн ставил бы задачу развития деятельности интеллекта, в то время как целью психоанализа является как раз освобождение человека из его плена.

Необходимо отметить, что первоначально Фрейд был сторонником концепции интеллекции, рассматривая ее как основную цель психоанализа. В то время он полагал, что для излечения пациента аналитику достаточно лишь сообщить ему необходимую информацию.

Между тем как сам Фрейд никогда не выражал достаточно определенно свое понимание различия между интеллекцией и спонтанным, целостным переживанием, многие аналитики и в наши дни остаются приверженцами концепции интеллекции. Но цель психоанализа как раз и заключается в достижении озарения, происходящего не на интеллектуальном уровне, а в результате познания. Как я уже отмечал, осознавать свое дыхание не означает думать о своем дыхании, а осознавать движение своей руки не означает думать о ней. Наоборот, если я думаю о своем дыхании или движении своей руки, я тем самым более их не осознаю. Это утверждение справедливо и в отношении осознания мною цветка или

человека, переживания радости, любви или состояния покоя. Особенность подлинного озарения в рамках психоанализа состоит в том, что оно не поддается описанию. Тем не менее многие слабые психоаналитические теории пытаются сформулировать свое понимание озарения, не имеющего никакого отношения к непосредственному переживанию, прибегая для этого к нагромождениям теоретических понятий. Пациента в условиях психоанализа невозможно заставить испытать подлинное озарение или как-то его запланировать; оно всегда возникает внезапно. Используя японскую метафору, можно сказать, что озарение рождается не в мозгу человека, а в его животе. Пытаясь облечь его в словесную форму, мы понимаем, что не в состоянии это сделать. Тем не менее оно вполне реально, и человек, его переживший, становится совершенно другим. Ребенок способен непосредственно постигать окружающий мир до того момента, пока его сознание, восприятие и чувство реальности не завершили процесс эволюции и не стали некоей отдельной от него субстанцией. При этом «бессознательное инстинктивно; оно ограничивается рамками свойственного животным и детям инстинкта и невозможно у взрослого человека». По мере эволюции от первобытного бессознательного к осознанию самого себя человек в силу субъектно-объектной дифференциации, разделения личности на универсальную и социальную, бессознательного и сознания, начинает переживать мир как нечто отчужденное. Конфликт между бессознательным и сознанием может быть разрешен в той мере, в какой последнее способно стать открытым, ослабить влияние довлеющего над ним «тройного фильтра». Полное разрешение данного конфликта, подразумевающее отказ от интеллекции и рефлексии, приводит к тому, что человек может испытывать прямое, непосредственное, осознанное переживание. Это активное, волевое, творческое видение реальности, знание, определенное Спинозой как интуиция, — высшая форма знания; знание, в основе которого лежит подход, который, по мысли Судзуки, «заключается в том, чтобы непосредственно проникнуть в сам объект и увидеть его изнутри таким, каким он является в действительности». Это непосредственное, нерелекторное восприятие мира позволяет реализовать заложенную в каждом из нас и забытую способность творить, быть «художником жизни». «Каждый его (художника) поступок воплощает в себе его оригинальность, его творчество, его непосредственную индивидуальность. Он не знает условностей, конформизма, запретных побуждений... Он не является рабом мелочного и ограниченного эгоцентрического бытия. Он смог вырваться из этой тюрьмы».

Достигшему «зрелости», сумевшему очиститься от «загрязнения аффектами» и избавиться от влияния интеллекции человеку открывается «свободная и спонтанная жизнь, где его не будут стеснять такие чувства, как страх, тревога, ощущение опасности». Упомянутое Судзуки освобождение человека, возникающее в подобном состоянии, коррелирует с психоаналитической концепцией подлинного озарения, от которого ожидается тот же эффект.

Теперь нам необходимо вернуться к вопросу терминологии, на котором я не хотел бы задерживаться надолго, ибо значение его не столь велико. Как я уже отмечал, Судзуки ведет речь о воспитании сознания, но в то же время в другом месте он упоминает и о «воспитании бессознательного, воплощающего в себе все сознательные переживания человека с первых лет его жизни, которые и составляют его сущность». Подобное сосуществование выражений «воспитанная сознательность» и «воспитанная бессознательность» может кому-то показаться неправомерным. Однако мне кажется, что в действительности здесь нет никакого противоречия. Для осуществления трансформации бессознательного в сознательное, достижения полного, непосредственного переживания требуется воспитание в равной мере как сознательного, так и бессознательного. Если сознательное необходимо освободить от порожденных фильтром условностей, то бессознательным нужно научиться управлять, вызывая его из тьмы и обособленности. Конечно, необходимо признать, что мы говорим о воспитании сознательного и бессознательного в переносном смысле. Сознательное, равно как и бессознательное, не существуют как объекты воспитания. В воспитании нуждается сам человек, который должен четко и осознанно преодолевать вытеснение, прибегая к интеллектуальной рефлексии лишь в случае реальной необходимости, и научиться переживать действительность как можно более полноценно.

Это бессознательное Судзуки определяет как космическое. Безусловно, такое выражение имеет право на существование, учитывая его четкое определение автором. Однако мне представляется более подходящим термин «космическое сознание», которым Бэки определял сознание, вновь обретаемое человеком. Этот термин, по моему мнению, выглядит предпочтительнее, так как бессознательное утрачивает свой статус, в случае если оно в той или иной степени становится сознательным (при этом оно не становится рефлексивной интеллекцией). Лишь в той мере, в какой человек не осознает действительность, в той мере, в какой он отчужден от своего космического бессознательного, оно является для него таковым. Все, по отношению к чему человек был бессознательным, исчезает по мере того как он пробуждается и входит в соприкосновение с реальностью. Необходимо также отметить, что термину «сознательное» мы предпочитаем «космическое бессознательное», для того чтобы заострить внимание в первую очередь на функции осознания, нежели на его размещении внутри личности индивида.

К чему же мы приходим в нашем соотнесении дзэн-буддизма и психоанализа?

Цель дзэна заключается в достижении просветленности, т. е. состояния, при котором происходит прямое, нерелекторное постижение реальности, свободное от аффективного загрязнения и интеллектуализации. В этом состоянии воплощается отношение индивида к универсуму. Человек, подобно ребенку, вновь постигает мир непосредственно, не подключая к этому процессу интеллект. Однако происходит это уже на качественно ином уровне. Разница в том, что

сформировавшая индивидуальность человека основывается на завершившем эволюцию разуме и развитом чувстве реальности. Если детское переживание, будучи по своей природе непосредственным и целостным, не утрачивается до момента осуществления субъектно-объектной дифференциации и ощущения индивидом собственной отчужденности, то просветление достигается им уже после того, как он это испытает.

По Фрейду, цель психоанализа заключается в трансформации бессознательного в сознательное или, другими словами, в том, чтобы «я» смогло занять место «оно». Постулируя задачу осознания бессознательного, он определяет содержание последнего по инстинктивным побуждениям раннего детства, которые человек в более зрелом возрасте забывает. Цель анализа как раз и состоит в преодолении вытеснения таких инстинктивных побуждений, что впоследствии, вне связи с теоретическими предпосылками Фрейда, отразилось на терапевтической практике излечения определенного симптома. Выявление бессознательного вне конкретной ситуации возникновения симптома уже не представлялось столь важным. Однако разработанные в последние годы концепции влечений (танатос и эрос), углубление понимания человеческого «я» расширили фрейдовское содержание бессознательного. Область бессознательного, подлежащего трансформации в сознательное, в значительной мере расширилась благодаря разработкам не-фрейдистских школ. Особенная заслуга в этом принадлежит Юнгу, а также Адлеру, Ранку и другим авторам, которых в последнее время стали называть неофрейдистами. Однако масштабы сферы требующего выявления бессознательного, несмотря на столь значительное ее расширение, по-прежнему рассматриваются (за исключением Юнга) лишь как терапевтическая задача излечения какого-либо симптома, какой-либо ненормальности характера человека. Область бессознательного не охватывает всей личности индивида.

Тем не менее, строго придерживаясь первоначальной идеи Фрейда о трансформации бессознательного в сознательное, не следует ограничиваться ориентацией на инстинкты и задачи лечения симптомов. Процесс полной трансформации бессознательного в сознательное требует изучения всего опыта человека и не может сводиться лишь к инстинктам или каким-либо другим переживаниям. Возникает необходимость в преодолении человеком отчуждения и субъектно-объектной дифференциации в восприятии окружающего мира. В таком случае процесс трансформации бессознательного сводится к преодолению аффективного загрязнения и церебрации, избавлению от вытеснения, преодолению внутреннего разделения на универсального и социального индивида, устранению антагонизма между сознательным и бессознательным. Человек должен стать способным непосредственно, без искажений, обусловленных социальной рефлексией, переживать действительность, преодолевать эгоцентризм, избавляться от иллюзий неуязвимости и обособленности своего «я», стремящегося к самовозвеличиванию и самосохранению, как египетские фараоны,

рассчитывавшие увековечить себя путем превращения в мумии. Осознавший бессознательное открыт и отзывчив, он не имеет, но существует.

Не вызывает сомнений, что идея полной трансформации бессознательного в сознательное в сравнении с общей задачей психоанализа является гораздо более радикальной. Причины этого понять несложно. Большинство людей западного мира не готовы пойти на такие затраты усилий, которых требует полное выявление бессознательного. Столь радикальная цель может быть принята лишь теми, кто придерживается определенной философской позиции. Нет смысла заниматься подробным ее описанием. Стоит лишь отметить, что эта позиция формулируется не в негативном аспекте как обеспечение отсутствия болезни, а в позитивном: достижение абсолютной гармонии, прямоты и ясности постижения мира, т. е. благополучия.

Невозможно охарактеризовать эту цель точнее, чем это сделал доктор Судзуки, определивший ее как «искусство жить». Данное понятие, как и другие ему подобные, обусловлено духовной гуманистической направленностью учений Будды, пророков, Иисуса Христа, Майстера Экхарта и таких личностей, как Блейк, Уолт Уитмен, Бэки. Рассматривая понятие «искусство жить» вне этого контекста, мы лишаем его тем самым специфики и отождествляем его с тем, что в наши дни принято называть «счастьем». Гуманистическая направленность этих учений предполагает наличие основных этических установок, в том числе и в дзэн-буддизма. Как ясно показал Судзуки, дзэн ставит перед человеком задачу подавить в себе стремление к стяжательству, жажду славы или самолюбование, иными словами, преодолеть любые проявления алчности. Дзэн подразумевает отказ человека от нарциссического самовосхваления и иллюзорного представления о собственном всемогуществе; с другой стороны, человек должен избавиться от желания подчиняться власти, решающей за него проблемы его бытия. Конечно, такая радикальная цель не является ориентиром для человека, желающего посредством выявления бессознательного избавиться от своего заболевания.

Однако было бы заблуждением считать, что подобная радикальная цель преодоления вытеснения никак не соприкасается с терапевтической задачей. Анализ и изменение характера пациента являются необходимым условием избавления от имеющихся симптомов и профилактики образования новых. Также очевидно и то, что без целостной модификации личности (т. е. более радикальной цели) невозможна коррекция какой-либо особенности невротического характера. Возможно, тот факт, что ставящиеся при лечении невротического характера цели по сути своей недостаточно радикальны, является причиной довольно скромных результатов лечения (что наиболее явным образом было выражено Фрейдом в его работе «Анализ: временно или постоянно?»). Может быть, достижение человеком благополучия, избавление его от тревоги и чувства опасности осуществимо лишь при постановке более глобальных целей. Стоит

признать, что решение ограниченной терапевтической задачи невозможно до тех пор, пока эта задача не рассматривается как более широкая, гуманистическая по своей природе цель. Хотя возможно, что реализация локальной цели требует более ограниченных и менее трудоемких методов, чем достижение цели радикальной — «трансформации», которая оправдывает значительные затраты времени и сил, нужных для длительного анализа. Такое предположение подтверждается высказанной мыслью о том, что самое большее, на что способен человек, не пришедший к творческому состоянию — кульминации сатори, — это замещать свою врожденную предрасположенность к депрессии обыденностью, идолопоклонством, стремлением к разрушению, стяжательством, гордыней и т. п.

В случае если какой-либо из этих компенсационных механизмов перестает функционировать, возникает угроза здоровью. Но человеку достаточно изменить отношение к миру, обретя через разрешение внутреннего конфликта и преодоление отчуждения способность быть отзывчивым, непосредственно и творчески воспринимать действительность, чтобы избавиться от возможного заболевания. Если психоанализ способен помочь в этом человеку, он поможет ему обрести подлинное душевное здоровье. В противном случае он лишь станет основой усовершенствования компенсационных механизмов. Другими словами, человека можно «вылечить» от какого-либо симптома, тогда как «вылечить» его от невротического характера невозможно. Обращаясь с пациентом как с неодушевленным объектом, аналитик неспособен его исцелить, ибо человек не является ни вещью, ни «историей болезни». Будучи связанным с пациентом ситуацией взаимопонимания и единения с ним, аналитик лишь может способствовать его пробуждению.

Но не могут натолкнуться наши рассуждения на возражения? Стоит ли говорить о столь радикальной задаче, как трансформация бессознательного в сознательное в практическом аспекте, если, как я отмечал, ее осуществление столь же затруднительно, как и достижение просветления? Не окажется ли чисто спекулятивной мысль о том, что надежды, возлагаемые на психоаналитическую терапию, могут оправдаться лишь при достижении радикальной цели?

Это возражение было бы уместным в случае, если не существовало бы другого выбора: либо достижение полной просветленности, либо ничто. Однако это не так. В дзэне существует много стадий просветленности, высшей и определяющей среди которых является сатори. Однако, в моем понимании, пусть человек никогда и не достигнет сатори, но любое его переживание, являющееся хоть в какой-то мере шагом в этом направлении, уже само по себе является ценным. Однажды доктор Судзуки так проиллюстрировал этот аспект: если, находясь в совершенно темной комнате, зажечь одну свечу, то темнота исчезнет и станет светлее. Если добавить к ней десять, сто или тысячу свечей, то с каждым разом комната будет становиться все светлее и светлее. Однако

принципиальное изменение внесла первая свеча, которая уничтожила темноту.

Что же происходит при осуществлении аналитического процесса? Человек, приписывавший себе такие качества, как скромность, отвага и любовь, в первый раз в жизни ощущает внутри себя гордыню, трусость и ненависть. Это озарение может вызвать боль, однако оно открывает ему глаза, что делает его способным не наделять других теми качествами, которые он стремится подавить в себе. Далее он продолжает свой путь, ощущая себя сперва младенцем, ребенком, взрослым, преступником, сумасшедшим, святым, художником, мужчиной или женщиной; он все глубже проникает в собственное человеческое начало, в универсальную суть; ему приходится подавлять в себе все меньше переживаний, он раскрепощается, нуждаясь в переносе и церебрации все в меньшей и меньшей степени. Затем ему впервые оказывается доступным переживание того, как он видит свет или катящийся мяч или слышит музыку, проникаясь ею. Мало-помалу он осознает ложность представления о независимости собственного «я», которое он раньше рассматривал как некий объект, требующий охраны, заботы и спасения; это становится возможным благодаря тому, что он начинает ощущать свое единение с другими индивидами. Он поймет, что бесполезно искать ответ на главный вопрос, задаваемый жизнью, в обладании, в то время как следует становиться самим собой и быть им. По своей природе эти переживания всегда спонтанны и неожиданны, они не имеют интеллектуального наполнения. Однако, испытав их, человек ощущает с неведомой ему доселе силой чувство освобождения, собственной силы и умиротворения.

Возвращаясь к разговору о целях, повторю, что возведенная в абсолют идея Фрейда о трансформации бессознательного в сознательное становится созвучной концепции просветления. Расхождения же между психоанализом и дзэном станут прослеживаться наиболее явным образом, если мы станем рассматривать методы достижения их целей. Можно сказать, что метод дзэна сводится к тому, что ученик избавляется от отчуждения в восприятии им действительности посредством сессии, коанов и авторитета наставника. Конечно, упомянутый метод нельзя рассматривать лишь как совокупность технических приемов; он находится в неразрывной связи как с буддистской философией, так и с системой этических ценностей, выражаемых в поведении наставника и ощущающихся в самой атмосфере монастыря. Также необходимо понимать, что дзэн не является занятием «по четыре часа в неделю», а ученик, обращающийся к дзэну, принимает тем самым ответственное решение, что является важнейшим фактором в его последующем обучении.

Методика психоанализа коренным образом отличается от той, что принята в дзэне. Она заключается в том, что внимание пациента заостряется на его искаженном восприятии, его подталкивают к обнаружению собственных заблуждений, обогащают его опыт путем обнаружения вытесненного; таким образом, его сознание готовится к

постижению бессознательного. Аналитический метод по сути своей является опытно-психологическим. Изучая психическую эволюцию человека с первых лет его жизни, аналитик пытается выявить испытанные пациентом в раннем детстве переживания и тем самым определить причины вытеснения. Человек расстается с порожденными его интеллектом заблуждениями, лежащими в основе его отчуждения. Это становится возможным благодаря постепенному обнаружению иллюзорности его представлений о действительности. При этом человек преодолевает как отчуждение от самого себя, так и от того, что его окружает. Он устанавливает контакт со своим внутренним миром, вследствие чего обретает связь и с миром внешним. Ложное сознание исчезает, а вместе с ним и антагонизм сознательного и бессознательного. Появляется новое ощущение реальности, при котором «горы снова становятся горами». Бесспорно, психоанализ является всего лишь методом, подготовкой, но это же относится и к методу дзэна. Уже хотя бы это обстоятельство говорит в пользу того, что успешная реализация задачи психоанализа не может быть гарантирована. Глубинные и неведомые нам, несмотря на все наши практические усилия, аспекты человеческой личности могут встать на пути осуществления этой задачи.

Мною была высказана мысль о том, что доведенный до логического завершения метод выявления бессознательного может приблизить человека к состоянию просветления, выраженного в философском контексте дзэна наиболее радикальным и реалистичным образом. Однако мы сможем судить о возможностях этого метода, лишь получив значительный опыт его практического применения. Высказанная мною идея является гипотезой, требующей проверки, так как предполагает лишь саму возможность достижения упомянутого эффекта.

Во всяком случае гораздо более уверенно можно говорить о том, что изучение дзэна и проявляемый к нему интерес могут повлиять на теорию и практику психоанализа чрезвычайно плодотворным и благоприятным образом, способным прояснить многие его аспекты. В какой бы мере метод дзэна ни отличался от метода психоанализа, он способен привлечь внимание к феномену озарения и прояснить сущность этого явления; заставить нас переосмыслить такие понятия, как видение, творчество, преодоление аффективного загрязнения и порожденных интеллектом ложных посылов. Характерная для дзэна радикальность взглядов в отношении процесса интеллектуализации, подчинения авторитету, возвеличивания собственного «я», а также его настойчивое стремление к гармонии способны углубить и расширить кругозор психоаналитика, подтолкнув его к идее полного и сознательного постижения реальности. Сопоставление дзэна и психоанализа приводит нас к мысли о том, что и психоанализ для изучающего дзэн может иметь большое значение. По моему мнению, психоанализ мог бы помочь ему не впасть в заблуждение относительно ложности просветления, если оно основывается лишь на субъективных ощущениях и обусловлено какими-либо психопатическими или истерическими явлениями, либо представляет собой в

действительности самоинициированный транс. Преодоление иллюзий у изучающего дзэн является необходимым условием достижения просветления и может быть обеспечено благодаря вносимой аналитическим подходом ясности.

Однако, сколь ни велико было бы значение дзэна для психоанализа, я, являясь западным психоаналитиком, чрезвычайно благодарен за эту кладезь восточной мудрости, в первую очередь доктору Судзуки, сумевшему выразить дзэн доступным для западного мышления образом и не опустить при этом ни одного существенного его аспекта; благодаря этому западный человек при определенном усердии оказывается способным постичь это учение в той мере, в какой оно в принципе может быть ему доступно. Исходя из того, что «Будда есть в каждом из нас», что человек и его бытие являются категориями универсальными, в то время как прямое постижение действительности, пробуждение и просветление представляют собой универсальные переживания, такое понимание дзэна западным человеком вполне возможно.

