



купить на ОЗОНЕ <http://www.ozon.ru/context/detail/id/1514191/>

Рудигер Дальке, Торвальд Детлефсен

БОЛЕЗНЬ КАК ПУТЬ. ЗНАЧЕНИЕ И ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ БОЛЕЗНЕЙ

Krankheit Als Weg. Deutung und Be-Deutung der Krankheitsbilder

Серия: Исцеление души и тела

Издательство: ИГ "Весь", 2004 г.

Мягкая обложка, 320 стр.

ISBN 5-9573-0332-1

ОТ ИЗДАТЕЛЯ

Все болезни имеют глубокий смысл: они передают ценнейшие послания психики. Психолог Торвальд Детлефсен и врач Рудигер Дальке помогают нам понять, о чем свидетельствуют инфекционные заболевания, головные боли, несчастные случаи, сердечные приступы и желудочные колики, а также рак и СПИД. Если вы осознаете картину собственной болезни, то сможете найти новый, прямой путь к самому себе.

Для широкого круга читателей.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Чтение этой книги нельзя назвать приятным времяпрепровождением, поскольку она лишает человека такого мощного оправдания своих нерешенных проблем, как болезнь. Мы хотим показать, что больной человек — отнюдь не невинная жертва несовершенства природы, он сам несет ответственность за все, с ним происходящее. При этом мы не имеем в виду ни вредные вещества, которыми отравлена окружающая среда, ни цивилизацию, ни образ жизни, традиционно считающиеся виновниками заболеваний. Мы хотим выдвинуть на передний план сущностный аспект болезни. С этой точки зрения симптомы представляют собой форму физического выражения психических конфликтов и, следовательно, способны высветить все проблемы пациента. В первой части книги речь идет о теоретических предпосылках и философии болезни.

Мы настоятельно рекомендуем, прежде чем приступить к чтению второй части, внимательно, может быть, даже несколько раз прочитать первую часть.

Наиболее распространенные симптомы болезней рассматриваются во второй части двояко: как символы, которые нужно научиться понимать, и как формы выражения психических проблем. Перечень наиболее распространенных проявлений симптомов, предлагаемый в конце книги, даст вам возможность в случае необходимости быстро найти нужные страницы. Но основная наша цель — раскрыть перед читателями новые горизонты познания, научить их самостоятельно распознавать и интерпретировать различные симптомы-символы, делая соответствующие выводы.

Кроме того, мы использовали разговор о болезни как повод поговорить с читателем о некоторых мировоззренческих проблемах, выходящих за узкие рамки обозначенной нами темы. Эта книга — несложная, но при этом не настолько простая и банальная, как может показаться тому, кто не понимает сути нашей концепции. Это не «научная книга», поскольку в ней отсутствует «научное изложение». Она написана для тех, кто готов идти вперед, вместо того чтобы сидеть на обочине, пытаясь бесцельно жонглировать не связанными между собой разрозненными предметами. У людей, стремящихся к просветлению, нет времени на науку — им нужны знания. У книги будет много противников — но, тем не менее, мы надеемся, что она попадет в руки и к таким людям (сколько бы их ни оказалось), которые поймут, что она в состоянии оказать им реальную помощь, и захотят использовать полученную информацию. Именно для них мы ее и писали.

Мюнхен, февраль 1983 г.

Авторы

ЧАСТЬ 1
ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ДЛЯ ОСОЗНАНИЯ БО-
ЛЕЗНИ И МЕТОДОВ ЕЕ ЛЕЧЕНИЯ

1. БОЛЕЗНЬ И СИМПТОМЫ

Человеческий разум

Не в состоянии охватить истинные наставления.

Но если вы сомневаетесь

И не понимаете,

Пожалуйста, можете вступить со мной

В дискуссию.

Йока Даиши, «Шодока»

Мы живем в такое время, когда медицина постоянно предъявляет нам, восторженным дилетантам, свидетельства своего граничащего с чудом могущества. Но в хоре, прославляющем науку, все громче звучат голоса скептиков. Многие предпочитают доверить свое здоровье не академической медицине, а знахарям и гомеопатам. Поводов для критики у скептиков достаточно: негативные побочные эффекты приема лекарств, изменение симптоматики (когда одни проявления болезни как бы стираются, а другие ведут себя «нетипично». — *Прим. ред.*), негуманный подход, дороговизна и многое другое.

Интересны не столько аргументы критики, сколько сам факт ее существования, ведь прежде чем стать конструктивной, она должна была пройти эмоциональный этап, этап возникновения ощущения, что не все в порядке, что проторенный путь, хотя и приближает к заветной цели, никогда не приведет к ней. Подобное непочтительное отношение к медицине объединяет многих, в том числе и некоторых молодых врачей. Одни видят выход в замене химических препаратов натуральными растительными средствами, другие — в исследовании излучения Земли на организм человека. Кто-то преклоняется перед гомеопатией. Сторонники акупунктуры требуют при изучении организма отойти от его *физического* строения и обратиться к *энергетическому*. Если собрать все нетрадиционные методы и точки зрения, то можно говорить об общем стремлении не терять из виду *человека в целом*, рассматривая его как телесно-душевное единство. Сейчас уже всем ясно, что академическая медицина не рассматривает *самого человека*. *Философии медицины*, как и раньше, уделяется очень мало внимания. Безусловно, медицина должна существовать прежде всего в виде конкретных практических действий, но в любом действии — вольно или невольно — отражается лежащая в его основе философия. Современная медицина терпит фиаско не из-за

недостатка действий, а из-за отсутствия общей картины мира и человека в нем, которая помогла бы сделать эти действия осмысленными. Медицинские действия до сих пор были ориентированы только на принцип действенности и эффективности, отсутствие же содержательного аспекта привело к тому, что ее стали критиковать за «бесчеловечность».

В своей книге мы хотим *по-новому* подойти к проблеме болезни и ее лечения, оставив в стороне все привычные, считающиеся незыблемыми ценности и наработки в этой области. Такая позиция делает наши намерения, можно сказать, опасными, потому что нам придется переступить через многие запреты и табу, наложенные обществом. Мы прекрасно отдаем себе отчет в том, что делаем шаг, который развивающаяся в совершенно ином направлении *сегодняшняя* медицина за нами повторять не будет.

Поэтому мы обращаемся, прежде всего, не к медицине в целом, а к тем отдельным людям, чьи личные взгляды предвосхищают коллективное (увы, несколько заторможенное) развитие.

Событие само по себе не имеет никакого смысла. Смысл его становится ясным только при анализе, позволяющем осознать, *почему* и, главное, *зачем* оно произошло. Так, например, увеличение столбика ртути в стеклянной трубочке само по себе ни о чем не говорит, но если рассматривать его как следствие повышения температуры, оно приобретет значение и смысл. Если люди не будут правильно истолковывать события, происходящие в мире и в собственной судьбе, их жизнь тоже станет совершенно бессмысленной и не имеющей никакого значения. Чтобы иметь возможность что-то объяснить себе и другим, необходима определенная «система координат», позволяющая увидеть то, *что именно* следует осознать. И лишь когда видимый мир форм «превратится в уравнение» (Гете), он наполнится для людей значением и смыслом.

Подобно тому, как буквы и цифры являются формальными носителями скрывающихся за ними идей, все видимое, конкретное и функциональное представляет собой выражение некоей идеи и является посредником на пути к невидимому. Упрощенно эти две области можно обозначить как форму и содержание. Содержание находит свое воплощение в форме, которая только тогда и приобретает значение. Ярче и образнее всего это проявляется в искусстве. Ценность картины определяется не стоимостью полотна и красок, но материальные составляющие картины являются посредниками и носителями внутренней идеи художника. Холст и краски дают возможность увидеть невидимое и представляют, таким образом, физическое выражение внутреннего, метафизического содержания.

Мы приводим такие простые примеры, пытаюсь перекинуть мостик к методам, используемым в данной книге при рассмотрении проблемы болезни и лечения. Сознательно и целенаправленно мы покидаем область, занятую «научной медициной», не претендуя на «научность», поскольку у нас совсем другие точки отсчета. Именно поэтому наше видение и понимание болезни не могут опровергнуть ни научная аргументация, ни критика. Мы *намеренно* выходим за научные рамки, потому что они *ограничены* функциональным уровнем и препятствуют постижению смысла. Предлагаемый нами способ не годится прирожденным рационалистам и материалистам, он рассчитан на тех людей, которые готовы идти непроторенными (и не всегда логичными) тропами. Хорошими помощниками в подобном путешествии по человеческой душе могут стать образное мышление, фантазия, ассоциации, ирония и способность понимать то, о чем говорится между строк. На этом пути не в последнюю очередь вам понадобится способность воспринимать парадоксы явлений и не стремиться к однозначности трактовок чего-либо.

И язык официальной медицины, и обыденная речь говорят о *разнообразных заболеваниях*. Эта ошибка ярко демонстрирует непонимание самого понятия «болезнь». Слово «болезнь» можно использовать только в единственном числе — множественное число так же бессмысленно, как и множественное число слова «здоровье» («здоровья»). И болезнь, и здоровье — явления, связанные с формой состояния *человека в целом*, а не отдельных *органов и частей тела*, как это принято в современном языке. Тело как физическая субстанция не может быть больным или здоровым, поскольку в нем всегда находит выражение информация из сознания. Оно ничего не делает само по себе, в этом можно убедиться, посмотрев на труп. Функционирование тела живого человека возможно только благодаря тем нематериальным явлениям, которые мы чаще всего называем сознанием (душой) и жизнью (духом). Сознание — это информация, которая отражается в теле и становится видимой. Оно относится к телу так же, как радиопрограмма к приемнику. Поскольку сознание имеет самостоятельную нематериальную природу, то оно, естественно, не является продуктом тела и не зависит от его существования.

То, что в любой момент происходит в организме живого существа, есть выражение соответствующей информации или проявление соответствующей картины (по-гречески картина называется *Eidolon* и, следовательно, соответствует понятию «идея»). Пульс и сердце следуют определенному ритму, температура тела есть величина постоянная, железы вырабатывают гормоны, образуются антигены. Все эти функции невозможно объяснить только существованием материи, они зависят от соответствующей информации, источником которой является сознание. Если физические функции правильно взаимодействуют друг с другом, то возникает вариант, воспринимаемый нами как гармоничный. Его мы называем здоровьем. Если же одна из функций дает сбой, то гар-

мония в большей или меньшей степени нарушается, и мы говорим о болезни.

Болезнь — это отсутствие гармонии, сбой в ранее установленном, хорошо сбалансированном порядке. Позже мы увидим, что под другим углом зрения болезнь — это, собственно говоря, попытка восстановить нарушенное равновесие.

Разрушение гармонии происходит в сознании на уровне информации и только потом проявляется в теле. Значит, *тело* представляет собой уровень проявления всех процессов и изменений, происходящих *в сознании*. Так же, как материальный мир является лишь сценой, на которой происходит игра идей-символов духовного мира, «превращающихся в уравнение», материальное тело является сценой для образов сознания. Если в нем господствует какой-то дисбаланс, он все время будет выражаться в виде телесных симптомов. Поэтому ошибочно утверждать, что болеет тело — *болеть может только человек*, но это болезненное состояние проявляется в теле по-разному. Болезнь можно сравнить с трагедией, а тело — с подмостками, на которых она исполняется.

Симптомов может быть много, но все они — выражение одного и того же процесса, который происходит в сознании и который мы называем болезнью. Тело не может существовать без сознания, но без него оно не может и заболеть. Нужно иметь в виду, что мы не говорим об общепринятом делении болезней на соматические, физические и душевные. Такая концепция только мешает понять, что такое болезнь.

Противопоставление «соматическое—физическое» абсолютно не пригодно для определения причины возникновения болезни, а древнее понятие «душевная болезнь» только вводит в заблуждение, потому что дух заболеть не может — в данном случае речь идет о симптомах на психическом уровне, то есть в сознании человека.

В этой книге мы попытаемся представить *единую картину болезни*, при которой противопоставление «соматическое—психическое» затрагивает, в лучшем случае, уровень более частого проявления симптома.

Наше противопоставление понятий «болезнь» (характеристика состояния сознания) и «симптом» (характеристика состояния тела) отходит от анализа того, что происходит в теле, приближаясь к пока еще непривычному в этом смысле изучению уровня психического. Врач похож на театрального критика, который, ругая не понравившуюся ему постановку, чаще всего обрушивается на слабую режиссуру, плохие декорации или актерскую игру. Мы же, выступая здесь скорее как теоретики драмы, интересуемся исключительно содержанием и качеством пьесы.

Если в теле человека проявляется какой-то симптом, он в большей или меньшей степени привлекает к себе внимание и нарушает непрерывность жизненного пути. Симптом — это сигнал, на который направлены интерес и энергия человека и из-за которого нарушается привычный ход событий. Хотим мы того или нет, но к симптому мы относимся уважительно. Рассматриваем это, пришедшее якобы извне изменение как помеху и стараемся его устранить. Человек не хочет, чтобы ему мешали, поэтому он начинает активную борьбу с симптомом. Так симптом практически всегда добивается того, чего хотел, — чтобы им занимались.

Со времен Гиппократов медицина пытается убедить больного, что возникновение симптома — это событие в большей или меньшей степени случайное, его причины следует искать в процессах работы организма. Именно их и изучает официальная медицина. Она делает все возможное, чтобы избежать необходимости объяснять эти симптомы, превращая, таким образом, и симптом, и саму болезнь в нечто незначительное. Но ведь симптом, посылаемый сознанием как сигнал, несущий какую-то важную

информацию, перестает при этом выполнять свою основную функцию.

Для наглядности обратимся к такому примеру. На передней панели автомобиля находится множество контрольных лампочек, они загораются, когда в работе какой-нибудь важной системы автомобиля происходит сбой. Если во время движения загорается одна из лампочек, мы, как правило, не испытываем от этого никакого удовольствия, понимая, что придется остановиться. Несмотря на вполне понятное чувство досады, никто не обижается на лампочку: ведь она только сообщает нам о неполадке в работе машины. Загоревшуюся лампочку мы воспринимаем как сообщение о необходимости обратиться к автомеханику и устранить неполадку, чтобы можно было спокойно ехать дальше. Но представьте, как бы мы рассердились, если бы приехавший автомеханик просто вывернул эту лампочку, хотя, обращаясь к нему, мы именно того и хотели — чтобы она больше не горела. В данном случае мы твердо понимаем: важнее устранение причины возникновения сигнала, а не его отсутствие.

Симптом тоже играет роль контрольной лампочки, являясь видимым выражением незримого процесса. Он подает сигнал о необходимости прервать намеченный путь и выяснить, что же не в порядке. Сердиться на него не менее глупо, чем обижаться на лампочку, стремиться же «вывинтить» его — просто абсурдно. Не нужно пытаться помешать его появлению, нужно сделать так, чтобы он просто не понадобился. Следует отвести свой взгляд от симптома и попытаться заглянуть глубже, научиться понимать, на что же он указывает.

Основная проблема академической медицины заключается в неспособности сделать этот шаг, поэтому она отождествляет симптом с болезнью, не умея отделить форму от содержания.

С большой помпой, используя многочисленные технические приспособления, *мы лечим органы и части тела — но не самого заболевшего человека.* Мы стремимся в конце концов научиться предотвращать возникновение симптомов, не задаваясь вопросом, насколько это возможно и необходимо. Удивительно, как мало объективная реальность влияет на этот процесс. С момента появления так называемой современной научной медицины количество больных не уменьшилось и на долю процента. Изменились только симптомы. Этот факт, способный, казалось бы, отрезвить любого, старательно затушевывается с помощью статистических данных. Так, например, мы гордо оповещаем о победе над инфекционными заболеваниями, ни словом не упоминая, что других симптомов за это время стало гораздо больше.

Честной статистика станет только в том случае, если будет принимать в расчет не исчезновение тех или иных симптомов, а соотношение процента больных и здоровых людей. А оно в целом не изменилось и не собирается меняться в ближайшем будущем. В человеческом бытии болезнь укоренилась так же глубоко, как смерть, — ее не уничтожить парой безобидных медицинских трюков. Если бы мы смогли почувствовать все величие болезни и смерти, то, наверное, поняли бы, насколько смешны наши попытки справиться с ними с помощью таблеток и процедур. Но ведь, с другой стороны, можно спасать и свои иллюзии, принижая болезнь и смерть, низводя их до чисто функционального состояния, наполняясь, таким образом, верой в собственное величие и могущество.

Хотелось бы еще раз подчеркнуть, что болезнь есть состояние человека, которое указывает на то, что его сознание не в порядке, что нарушена гармония. Эта потеря внутреннего равновесия проявляется в теле в виде симптомов. Симптом является сигналом, который прерывает устоявшееся течение жизни и за-

ставляет обратить на себя внимание, чтобы донести информацию о том, что человек болен, что у него нарушен баланс внутренних душевных сил, что с ним что-то произошло.

«Что с вами произошло?» — спрашивали раньше больного. Ответ же всегда касался не причин, а следствия: «Мне больно». Сегодня упростился и вопрос: «Что у вас болит?» Сугубо разные по сути вопросы: «Что произошло?» и «Что болит?» — очень показательны. И тот, и другой обращены к больному. С больным что-то произошло, точнее говоря, что-то произошло с его сознанием — если бы не это, он был бы здоров, то есть совершенен. Если для совершенства ему чего-то не хватает — он нездоров. Это состояние и проявляется в виде симптомов, свидетельствующих о нехватке чего-то важного на уровне сознания.

Если человек осознал разницу между болезнью и симптомом, его отношение к болезни резко меняется, так же как и поведение. Симптом перестает быть для него заклятым врагом, которого необходимо победить и уничтожить. Он превращается в партнера, способного помочь найти то, чего так не хватает для полного выздоровления, становится учителем, развивающим сознание человека и проявляющим беспощадность, если тот недостаточно уважительно относится к высшим законам. У болезни всего одна цель — помочь нам стать здоровыми.

Симптомы могут подсказать, чего нам не хватает на пути к выздоровлению, но только при том условии, что мы научимся понимать их язык. Задача этой книги — помочь *вспомнить*, о чем они говорят. Мы сознательно используем глагол «вспомнить», потому что язык этот существует давным-давно и изобретать здесь абсолютно нечего. Язык, на котором мы говорим о симптомах, «психосоматичен»: ему прекрасно известно о взаимосвязи тела и психики. Если мы вспомним об этой взаимосвязи, услышим и то, о чем с нами говорят симптомы. А они могут сказать *больше*, чем

люди, и их информация будет значительно важнее, ведь это наши самые интимные партнеры. Они знают нас лучше, чем кто бы то ни было.

Эти партнеры общаются с нами столь честно, что не обижаться на их суждения довольно тяжело. Самый лучший друг никогда не отважится высказать слишком неприглядную правду прямо в лицо. Симптомы же делают это постоянно. Поэтому не удивительно, что мы разучились воспринимать их язык, — приятнее жить, заткнув уши и закрыв глаза, чем слушать о себе гадости! Но даже если мы предпочитаем быть глухими и слепыми, симптомы никуда не исчезают, мы всегда с ними связаны.

Если мы осмелимся прислушаться к их голосам и начнем с ними общаться, они смогут стать нашими проводниками на пути к полному выздоровлению. Они скажут, чего нам действительно не хватает, произнесут вслух то, о чем мы только неосознанно подозревали, и дадут шанс научиться существовать так, чтобы в дальнейшем они больше никогда не понадобились.

Это имеет свое выражение и на уровне языка. Когда мы говорим, что человек *исцелился*, подразумеваем, что он стал *цельным*, совершенным. Лечение (путь к исцелению) есть приближение к состоянию здорового человека, к цельности его сознания, которое называется просветлением. Лечение состоит в присоединении того, чего человеку не хватает, оно невозможно без расширения сознания. Болезнь и исцеление — слова, обозначающие два полюса состояния *сознания*. Они не могут применяться по отношению к телу. Тело, как мы уже говорили, не может быть ни больным, ни здоровым. В нем только отражаются соответствующие состояния нашего сознания.

Уже в этом пункте можно критиковать академическую медицину. Она говорит о выздоровлении, игнорируя тот единственный уровень, на котором оно возможно. Мы не хотим ни кри-

тиковать медицинскую практику, ни считать ее панацеей от всех бед. Практика ограничивается мероприятиями, которые сами по себе не являются ни хорошими, ни плохими. Это вмешательство только на материальном уровне. А на этом уровне медицина на удивление хороша; полностью отрицать ее методы можно только до тех пор, пока они касаются лично вас, говорить за других ни в коем случае нельзя. Каждый должен решать для себя сам, насколько он верит в то, что мир можно изменить чисто практическими методами. Если человек понимает, что такой подход — иллюзия, игра разгадана, и продолжать ее необязательно. Но никто не имеет права запрещать играть другим, ведь сосуществование с иллюзиями — тоже способ развития!

Итак, для нас важно не столько то, что делают врачи, сколько степень *осознанности* этого действия. Если вы поняли нашу точку зрения, то вам ясно, что критика касается в равной степени и академической, и нетрадиционной медицины, которая использует более естественные и менее вредные методы, но страдает тем же отсутствием философской концепции. Путь человека — это путь от нездоровья к здоровью, который проходит через выздоровление. Болезнь не является неприятной помехой на этом пути, ибо она сама — путь. Чем сознательнее мы к ней относимся, тем лучше она выполняет свои задачи. Наша цель — *не борьба с болезнью, а ее использование*. Чтобы этому научиться, нужно начать издавна.

2. ПОЛЯРНОСТЬ

Иисус сказал им:

«Если вы двое станете одним, и если вы превратите внутреннее во внешнее, а внешнее во внутреннее, сделав верх низом, если мужское и женское станет одним, если мужское перестанет быть мужским, а женское женским, если вы будете смотреть на мир одними глазами и оставлять на земле одни следы, то тогда вы попадете в царство Божие».

Евангелие от Фомы, лог. 22

Мы вынуждены обратиться к несколько сложной для восприятия теме, к теме полярности, ибо это — важная предпосылка к пониманию всей книги. Разговор о полярности никогда не бывает лишним, потому что это центральная проблема бытия.

Говоря «Я», человек ограничивает себя от всего, что он воспринимает как «не Я», то есть «Они». Таким образом, он автоматически становится пленником полярности. «Я» связывает его с миром противоположностей, который распадается не только на «Я» и «не Я», но еще и на внутреннее и внешнее, мужское и женское, правильное и неправильное и т. д. Это человека не дает ему возможности в какой бы то ни было форме воспринимать, осознавать или представлять себе единое и целостное. Сознание раскладывает все сущее на пары противоположностей, которые при соответствующих условиях начинают восприниматься как конфликты. Они вынуждают нас проводить различия и принимать решения. Разум постоянно оказывается занят тем, что раскладывает действительность на все более мелкие детали и проводит между ними различия. Для абсолютного здоровья необходимо, чтобы *ничто не отсутствовало*. Поэтому, говоря чему-то «да», а чему-то противоположному — «нет» (то есть, исключая нечто), мы тем самым закрепляем свое нездоровье. Можно использовать еще

более точную формулировку: болезнь есть полярность, а выздоровление — преодоление ее.

За противоположностями, которые кажутся нам несовместимыми, скрывается единство, *Нечто*, в котором они не различаются. Эту область бытия называют Космосом, который охватывает все, поэтому вне Космоса, вне этого единства не может быть ничего. В единстве нет ни изменений, ни переходов, ни развития, потому что оно существует вне времени и пространства. Всеобщее единство находится в вечном покое, это Бытие в чистом виде, оно бесформенно и бездейственно. Может быть, вам бросилось в глаза, что все высказывания, касающиеся единства, содержат отрицание: *вне* времени, *вне* пространства, *без* изменений, *без* границ.

Любое высказывание без отрицания касается нашего делимого на части мира и не может относиться к единству. С этой точки зрения, для нашего состоящего из одних противоположностей сознания единство является Ничем. Такая формулировка на самом деле абсолютно верна, но нередко вызывает у людей негативные ассоциации. Особенно часто разочарованными оказываются жители западных стран, стоит им только узнать, что, например, нирвана (идеальное состояние сознания в восточной философии) означает «ничто» (буквально — «загасить»). «Я» человека всегда стремится иметь что-нибудь, находящееся вне его, и плохо реагирует на необходимость «угаснуть» для того, чтобы стать «единым с чем-то целым». В единстве Космоса *Все* и *Ничто* совпадают. Ничто отказывается от формы и самовыражения, лишаясь, таким образом, полярности. Основа Бытия — Ничто. Это единственное, что действительно существует, без начала и без конца, от Вечности к Вечности.

На единство можно ссылаться, но трудно представить, если не развить в себе способность хотя бы на короткое время

преодолевать полярность сознания специальными упражнениями, используя технику медитации. Описать его словами невозможно, не поддается оно и мыслительному анализу, потому что такая предпосылка, как наличие противоположностей, необходима для нашего мышления. Познание немислимо без полярности, без деления на субъект и объект, на познающего и познаваемое. В единстве же нет познания, есть только Бытие, в нем затухают все стремления и желания, гаснет движение, потому что нет ничего внешнего, к чему можно было бы тянуться. Это древний парадокс, согласно которому полным может быть только Ничто.

Наше же сознание полярно, и именно оно наделяет полярностью мир, чтобы сделать его доступным своему пониманию.

Законы полярности можно рассмотреть на конкретном примере дыхания. Именно оно дарит нам первый опыт полярности. Вдох и выдох постоянно, в определенном ритме сменяют друг друга. Ритм — это постоянная смена двух полюсов, основной образец самой жизни. Физика утверждает, что любой процесс можно свести к колебанию. Разрушая ритм, мы разрушаем саму жизнь. Не сделав выдоха, вы не сможете сделать вдох. Вдыхаемый поток существует за счет выдыхаемого.

Ничто не может существовать без своей противоположности, один полюс возможен только при наличии другого. Другой элементарный пример — электричество. Оно образуется за счет напряжения, возникающего между двумя полюсами. Уберите один из полюсов, и электричества не будет.

Обратите внимание на старое, хорошо известное изображение. Оно прекрасно иллюстрирует, что такое полярность: передний план — задний план, или еще более конкретно: лица — ваза. Что вы увидите, зависит от того, какой цвет будете воспринимать в качестве заднего плана, черный или белый. Если в каче-

стве заднего плана вы выбираете черное поле, белое автоматически выступает вперед, и вы видите вазу. Но восприятие изменяется, стоит только принять в качестве заднего плана белое поле. На переднем плане появляются два черных профиля. Это оптическая шутка, которая наглядно демонстрирует, что происходит с нами при изменении угла восприятия. Оба элемента (лица и ваза) равноправны, но требуют от наблюдателя решения «или — или». Мы видим или вазу, или лица. Воспринимать оба аспекта одновременно невозможно или, по крайней мере, очень трудно.

Данный фокус — хороший мостик для понимания полярности. Черное поле зависит от белого, и наоборот. Если убрать один из полюсов (неважно, черный или белый), то пропадут оба аспекта, а с ними и вся картинка. Черное существует за счет белого, передний план — за счет заднего, точно так же, как вдох за счет выдоха или положительный полюс электричества за счет отрицательного. Такой высокий уровень взаимозависимости противоположностей говорит о том, что за полярностью скрывается единство, которое мы *не в состоянии воспринимать в его одно-временности*, а потому вынуждены рассматривать его полюса по отдельности.

Именно здесь и рождается Время — вечный обманщик, существующий только благодаря полярности нашего сознания.

Итак, полярности есть не что иное, как два аспекта одного и того же реально существующего единства. Рассматривать их одновременно мы не можем, и только от нас самих зависит, какую сторону медали мы захотим увидеть.

Но противоположности немыслимы друг без друга. Пример тому — природа светового луча, по поводу которой некогда существовали две, казалось бы, взаимоисключающие точки зрения. Одна из них базировалась на волновой теории, другая — на корпускулярной. Если свет состоит из волн, то он не может состо-

ять из частиц, и наоборот. Или — или. Но теперь нам известно, что это неправильно: свет — это и волна, и поток атомов. Или, говоря по-другому, это не только волна и не только поток атомов. Свет представлен в своем единстве и недоступен для полярного сознания человека.

Полярность подобна двери, с одной стороны которой написано «Вход», а с другой — «Выход». Дверь — одна и та же, но она меняет свое назначение в соответствии с тем, с какой стороны вы к ней подходите. Для нас в любой момент актуален лишь один аспект ее бытия. Из-за необходимости раскладывать единство на аспекты и рассматривать их *по очереди* возникает *время*.

Одномоментность бытия превращается в последовательность при восприятии единства полярным сознанием. Но, так же, как за полярностью скрыто Единство, за временем скрывается Вечность. При этом следует иметь в виду, что Вечность мы рассматриваем как *отсутствие времени*, а не как длительный, никогда не кончающийся его поток.

Если обратиться к исторической грамматике разных языков, можно увидеть, как сознание, стремясь к познанию, делит на противоположности первоначальное единство. Представители древних культур лучше нас видели скрытое за полярностью единство. (На это обратил внимание Зигмунд Фрейд в своей работе «Противоположный смысл древних слов».)

Латинское слово *altus* одновременно означает «высокий» и «глубокий». В древнегреческом языке *pharmakon* — это и «яд», и «лекарство». Полярность хорошо видна в английском слове *without* («без»), которое имеет два корня: «с чем-то» и «без чего-то», хотя в современном языке актуальность сохранило только одно из значений. В немецком языке характерным примером полярного значения однокоренных слов являются *boese* («злой»), *bass* («хороший» — в древневерхненемецком), *Busse* («покая-

ние») и buessen («каяться»). Подобный языковой феномен, заключающийся в том, что раньше для противоположных понятий (например, «хороший» и «плохой») существовало только одно слово, наглядно демонстрирует общность, скрытую за полярностью (в русском языке ярким примером этого может служить исторически общий корень в словах *конец* и *начало*. — *Прим. ред.*).

Полярность сознания субъективно ощущается и за счет постоянной смены двух его состояний, имеющих четкие различия — сна и бодрствования. Мы воспринимаем их как внутреннее соответствие внешней полярности (день — ночь). Поэтому так часто говорится о «дневном» и «ночном» сознании или о «дневной» и «ночной» сторонах души. Тесно связано с полярностью и противопоставление **надсознательного и бессознательного**. Ту область сознания, которая проявляет себя ночью, выходя из наших снов, мы воспринимаем как бессознательное. Строго говоря, это не совсем удачное слово. Приставка «без» обозначает «отсутствие» (ср. безнравственный, безвкусный). Но «бессознательность» — это совсем не «отсутствие сознания». Во сне активизируется другое сознание. А говорить о сознании, которого нет, вообще бессмысленно. Но почему же мы идентифицируем себя с дневным сознанием?

С тех пор как психология глубинных процессов получила достаточно широкое распространение, мы привыкли делить свое сознание на уровни, выделяя надсознательное и отграничивая его от подсознательного и бессознательного.

Деление на верх и низ соответствует символическому восприятию пространства, когда небо и свет ощущаются как верхний полюс, а земля и тьма — как нижний. Если мы представим эту модель графически, то получим следующую фигуру:

1. ограниченное
2. субъективное
3. «Надсознание»
4. «Подсознание»
5. «Неосознанное»
6. объективное
7. неограниченное

Круг символизирует всеобъемлющее сознание, которое безгранично и вечно. Окружность — это не граница, она символизирует то, что сознание является всеобъемлющим. Человек же ограничен своим «Я», поэтому возникает субъективное, ограниченное надсознание. У него нет доступа к космическому сознанию — оно неосознанно (этот уровень Юнг называет «коллективным бессознательным»). Разделительная линия между человеческим «Я» и всем остальным «морем сознания» не абсолютна — скорее ее можно назвать проницаемой с обеих сторон мембраной. Эта мембрана соответствует подсознанию. Здесь находится все то, что *опускается* из надсознания (забытое), и то, что *поднимается* из бессознательного, например, предчувствия, мечты, интуитивные ощущения, видения.

Если человек отождествляет свою личность только с надсознанием, проницаемость со стороны бессознательного становится очень низкой. Все бессознательное начинает рождать страх. Если же, наоборот, эта проницаемость высока, то она может привести к состоянию медиума. Но состояния просветления или космического сознания можно достичь только в том случае, когда человек отказывается от всяких границ, объединяя тем самым надсознание и неосознанное. Этот шаг означает уничтожение

собственного Я. В христианской терминологии это звучит так: «Я (надсознательное) и Отец мой (бессознательное) едины».

Свое физическое выражение человеческое сознание приобретает в деятельности мозга, причем характерные только для человека способности проводить различия и иметь суждения связаны с работой коры головного мозга.

Полярность человеческого сознания находит свое отражение и в строении головного мозга. Как известно, мозг состоит из двух полушарий, связанных между собой так называемым мозолистым телом. Когда-то медицина пыталась бороться с некоторыми симптомами, например, с эпилепсией или сильной головной болью, делая хирургический надрез мозолистого тела, чтобы нарушить связь между полушариями.

Каким бы жестоким ни казалось подобное хирургическое вмешательство, практически никакой атрофии не происходило: выяснилось, что полушария представляют собой, по сути дела, два самостоятельных мозга, которые способны функционировать независимо. Проводилось тестирование пациентов, которым было проведено разделение полушарий. Оказалось, что полушария сильно отличаются друг от друга. Как известно, нервные пути располагаются перекрестно, так что правая часть тела человека связана с левым полушарием, и наоборот. Эксперимент показал следующее. Если тестируемому пациенту завязать глаза и дать в левую руку, скажем, штопор, то он не сможет сказать, как называется этот предмет, то есть он не в состоянии найти вербального соответствия предмету. В то же время для него не составляет труда использовать этот штопор. Ситуация принципиально меняется, если штопор дать в правую руку: пациент прекрасно знает, как называется предмет, но не в состоянии его использовать.

Подобно рукам, с противоположным полушарием связаны уши и глаза. В ходе одного из экспериментов пациентке с раз-

деленными полушариями показывали различные геометрические фигуры, потом на поле зрения левого глаза (оно воспринималось только правым полушарием) проецировали изображение обнаженной фигуры. Пациентка краснела и хихикала, но на вопрос, что же она видит, ответила: «Ничего, кроме луча света». При этом она продолжала хихикать. Воспринимаемая правым полушарием картина вызвала определенную реакцию, которая не была сформулирована ни мысленно, ни вербально. Если запах воспринимается только левой частью носа, то происходит аналогичная реакция: определить характер запаха пациент не в состоянии. Еще одному пациенту показывали написанные слова, например «футбол», при этом левым глазом он видел одну часть слова, а правым другую. Пациент читал «бол», потому что правым полушарием не мог проанализировать графическое изображение «фут».

В дальнейшем эксперименты становились более сложными и совершенными, они привели к выводам, которые можно сформулировать следующим образом: полушария сильно различаются по своим функциям и возможностям. Левое полушарие можно назвать «вербальным», потому что оно отвечает за логику и структуру языка, за чтение и письмо. Все раздражители, существующие в этом мире, оно воспринимает аналитически и рационально. Оно воспринимает также и цифры, то есть отвечает за счет. С этим же полушарием связано и ощущение времени.

Для правого полушария характерны полярные левому способности: не анализ, а целостное восприятие комплексных связей, образцов и структур. Благодаря этому полушарию мы воспринимаем целостность, то есть образ, на основе его небольшой части (синтез). Оно отвечает за классификацию абстрактных понятий и обобщений, которых не существует на уровне осязаемых предметов. На передний план выступают аналогии и символы.

Правая половина мозга отвечает за картины и сны. Для нее недоступно восприятие времени.

В зависимости от того, каким видом деятельности занят в данный момент человек, доминирует левое или правое полушарие. Логическое мышление, чтение, письмо, решение математических задач активизируют левое полушарие. А слушание музыки, мечтания, воображение и медитация — правое. Здоровый человек получает информацию одновременно из обоих полушарий, поскольку через мозолистое тело происходит постоянный активный информационный обмен. Полярная специализация левого и правого полушарий полностью соответствует древнему эзотерическому учению. В даосизме это называется принципом единого Дао, который распадается на ян (мужское начало) и инь (женское начало). Герметическая* традиция использует символы «Солнце» (мужское начало) и «Луна» (женское начало). Ян и Солнце символизируют активный, позитивный, мужской принцип, соответствующий психологической области дневного сознания. Инь и Луна отражают негативный, женский, пассивный принцип и соответствуют бессознательному.

Эти классические полярности легко переносятся на данные исследований мозга. Левое полушарие — ян, мужское, активное, надсознательное, ему соответствуют Солнце и «дневная» сторона души человека. Оно управляет правой, мужской стороной тела. А правое полушарие — инь, негативное, женское. Оно соответствует Луне, то есть «ночной» стороне души, и управляет левой стороной тела. Чтобы представить все сказанное более наглядно, давайте рассмотрим небольшую таблицу.

Современные течения в психологии уже начали разворачивать на 90° старую горизонтальную топографию сознания (по

* Традиция Гермеса Трисмегиста.

Фрейду) и заменили понятия надсознания и бессознания терминами «левое и правое полушария». Но это чисто формальный вопрос, который не меняет сути проблемы. И горизонтальная, и вертикальная топография есть иллюстрация древнего китайского символа «тай ши». Символ этот, называемый также «мандала инь-ян», представляет собой круг (целостность, единство), разделенный на белую и черную каплевидные формы, в каждой из которых присутствует точка противоположного цвета. В нашем сознании единое раскладывается на полярности, которые дополняют друг друга.

1. левое
2. ян
3. мозолистое тело
4. правое
5. инь

	ЛЕВОЕ	ПРАВОЕ
	логика	образное мышление
ление	язык (грамматика, синтаксис)	целостное мыш-
ние		пространственное мышле-
мы		архаичные языковые фор-
	чтение	музыка
	письмо	запахи
	счет	образцы

перечисление	
дробление окружающей действительности	целостная
картина мира	
способность к математическим действиям	мышление
аналогиями	
линейное мышление	символика
зависимость от времени	вневременность
анализ	логические объемы
интеллект	интуиция
_____	_____
_____	_____
_____	_____
ЯН	ИНЬ
+	-
Солнце	Луна
мужское начало	женское начало
день	ночь
сознательное	бессознательное
жизнь	смерть
ЛЕВОЕ	ПРАВОЕ
активность	пассивность
электрическое	магнетическое
кислое	щелочное
правая половина тела	левая половина тела
правая рука	левая рука

Легко представить себе, насколько нездоров был бы человек, если бы у него имелось всего одно полушарие. Точно так же нездорова и привычная, называемая научной картина мира,

принятая в наше время, потому что это картина мира, типичная для левого полушария. Судя по ней, существует только рациональное, разумное, аналитически-конкретное восприятие мира, проявляющееся лишь в рамках причинно-следственных связей и времени. Но такой рационально устроенный мир — лишь половина правды. Это взгляд, обусловленный одной половиной нашего сознания, одной половиной мозга. А все то, что мы называем иррациональным, нерасчетливым, оккультным и фантастическим — на самом деле способы человека оценивать мир, относящиеся к противоположному полюсу.

1. ограниченное
2. субъективное
3. «надсознание»
4. «подсознание»
5. «бессознательное»
6. объективное
7. неограниченное

Горизонтальная топография сознания

1. левое
2. ян
3. мозолистое тело
4. правое
5. инь

ВЕРТИКАЛЬНАЯ ТОПОГРАФИЯ СОЗНАНИЯ

Насколько по-разному люди оценивают эти взаимодополняющие позиции, видно хотя бы из того факта, что при изучении различных возможностей одного и другого полушария быстро были выявлены и описаны способности левого полушария, в то время как свойства правого долгое время оставались загадкой. Казалось, что оно не способно ни на что полезное. Но на самом деле природа намного выше оценивает возможности правой, нерациональной части мозга, потому что в опасных ситуациях, связанных с угрозой для жизни, автоматически происходит переключение правого, а не левого полушария в доминантное состояние. Стрессовую ситуацию невозможно адекватно и быстро оценить на аналитическом уровне, разлагая ее на составляющие. Если же доминантным оказывается правое полушарие, то появляется возможность восприятия ситуации в целом и, следовательно, спокойной реакции, ориентированной на существующее положение. Именно с этим переключением связан и известный с древних времен феномен, который можно назвать «кадр длиной в жизнь». Перед смертью человек как бы прокручивает свою жизнь, заново переживая все, что когда-либо с ним происходило. Это очень хороший пример того, что мы назвали отсутствием временных рамок, характерным для правого полушария.

Нам кажется, что теория полушарий блестяще иллюстрирует то, насколько однобока и несовершенна предлагаемая наукой и существовавшая до сих пор картина мира. Благодаря ей наука может признать необходимость и второго способа рассмотрения общей картины мира. Она может осознать, что закон полярности — основной закон мироздания.

На примере функционирования полушарий мозга в очередной раз проявляется все тот же закон: в человеческом сознании единое распадается на полярности. Полюса дополняют (компенсируют) друг друга, для существования каждого из них необходим противоположный. Рассматривать их одновременно невозможно, приходится использовать очередность. При этом возникают такие феномены, как «ритм», «время» и «пространство». Если полярное сознание пытается описать единство при помощи слов, оно вынуждено использовать парадоксы. У полярности есть огромное достоинство: только благодаря ей мы обладаем способностью познания. Цель полярного сознания — *преодолеть обусловленное временем нездоровье и выздороветь, то есть вернуть свою целостность.*

Любой путь к выздоровлению — это путь от полярности к единству, радикальное, качественное изменение, представить которое обыденному сознанию не под силу. Все философские концепции, религии и эзотерические школы учат преодолевать раздвоенность на пути к единству и ставят во главу угла не усовершенствование мира, а «уход» из него.

Иисус говорил про путь от раздвоенности к единству — но даже апостолы (за исключением Иоанна) понимали его не до конца. Иисус называл раздвоенность «этим миром», а единство — «царством Небесным», «Домом Моего Отца» и просто «Отцом». Он подчеркивал, что Его царство находится не в этом мире, и учил, как найти путь к нему. Но все слова Христа воспринимались чересчур конкретно, только на материальном уровне. В Евангелии от Иоанна последовательно, глава за главой, описываются примеры подобного непонимания. Иисус говорит о Храме, который хочет построить за три дня, — апостолы думают о храме в Иерусалиме, он же имеет в виду Тело свое. Иисус беседует с Никодимом о возрождении Духа, а тот подразумевает рождение ребенка.

Женщине у колодца Иисус рассказывает о Воде Жизни, она же имеет в виду простую питьевую воду. Продолжать можно долго: ведь у Иисуса и апостолов — разные точки отсчета. Он пытается обратить внимание людей на важную роль Единого, а его слушатели судорожно и испуганно цепляются за полярный мир. Нам неизвестно ни одного предложения Иисуса *по усовершенствованию этого мира*, но в любом из его высказываний звучит призыв осмелиться и *сделать первый шаг на пути к выздоровлению*.

Этот путь сначала всегда вызывает страх, ведь он проходит через страдания. Мир можно преодолеть, только приняв его на себя, а мир — это всегда страдание.

Эзотерические науки учат не проклинать мир, а *преодолеть его*. Преодолеть мир значит преодолеть его полярность, то есть отказаться от своего «Я», от Эго. Целостности достигает только тот, кто не отграничивается от бытия собственным «Я». Его мотивация должна заключаться не в надежде на «лучшую жизнь в другом мире» или на то, что «за все страдания воздастся на том свете», а в уверенности, что конкретный мир, в котором мы живем, обретет смысл, если появится новая, лежащая вне его точка отсчета.

Когда человек посещает учебное заведение без цели и без конкретного срока его окончания, а учится только для того, чтобы учиться, сама учеба становится бессмысленной. Учебное заведение и обучение в нем приобретают смысл, только если существует точка отсчета, лежащая вовне. Точно так же жизнь и этот мир получают содержательное измерение, если нашей целью становится их преодоление. Смысл лестницы заключен не в возможности пребывания на ней, а в ее использовании для преодоления высоты.

С потерей такой внешней точки отсчета жизнь в наше время стала во многом бессмысленной. Единственный оставшийся

нам идеал — это прогресс. Но ведь смысл прогресса заключен в еще большем прогрессе. Таким образом, путь превратился в замкнутый круг.

Для понимания природы болезни и выздоровления важно понять: мы подразумеваем под словом «выздоровление» максимальное приближение к состоянию здоровья, то есть единства. Попытки искать его внутри полярности заранее обречены на неудачу. Еще раз перенеся свое понимание единства как связи противоположностей на полушария мозга, мы поймем, что преодоление их полярности заключается в окончании переменного доминирования одного из них. Противопоставление «или — или» должно превратиться в «как — так и», «поочередность» должна стать «одновременностью».

Мозолистое тело между полушариями должно стать настолько проницаемым, чтобы из «двух мозгов» получился один. Одновременное использование потенциалов обоих полушарий мозга оказалось бы физической формой просветления. Этот процесс изображен на нашей горизонтальной модели сознания, показывающей: единство будет достигнуто, когда субъективное надсознание сольется с объективным бессознательным в единое целое.

Мы постоянно встречаемся с различными формами проявления универсального знания о движении от полярности к единству. Уже упоминалось китайское философское учение даосизм, в котором две мировые силы получили названия ян и инь. Герметизм говорил о Солнце и Луне или о свадьбе Огня и Воды. Тайну слияния противоположностей они описывали следующим парадоксом: «Твердое необходимо превратить в жидкое, а жидкое — в твердое». Древний символ герметизма, кадуцей* (caduceus),

* Жезл Гермеса.

выражает тот же самый закон: две змеи обозначают полярные силы, которые обвиваются вокруг одного столба. Это же изображение мы находим в индийской философии в виде присутствующих в теле человека двух полярных энергетических потоков — Иды и Пингалы. Если йогу удастся пробудить и вывести наверх змеиную силу (Кундалини) по Среднему каналу (Сушумна), то он достигает состояния единства в своем сознании. Каббалистика изображает эту взаимосвязь в виде трех колонн Древа Жизни, которые диалектики, в свою очередь, называют «теза», «антитеза» и «синтез».

Эти учения возникали и развивались независимо друг от друга, но все они на разных уровнях пытаются описать один и тот же феномен.

Полярность сознания постоянно предлагает нам две возможности действий и вынуждает — если мы не хотим пребывать в апатии — каждый раз делать выбор, ведь мы можем осуществить только одну из них. Противоположная возможность всегда остается неосуществленной. Нельзя одновременно остаться дома и пойти погулять, работать и валяться на диване, копить деньги и тратить их напропалую, застрелить врага и оставить его в живых, заводить детей и предохраняться...

Сложности, связанные с необходимостью делать выбор, встречаются на каждом шагу. Отказ от действия — это тоже решение. А раз уж мы вынуждены принимать решения, нам хочется, чтобы они были правильными и разумными. Для этого необходимы критерии оценки. Если такие критерии есть, выбор оказывается довольно простым: мы заводим детей, потому что они служат продолжению рода; мы стреляем в своих врагов, потому что они представляют собой угрозу нашим детям; мы едим много овощей, потому что это полезно для здоровья; мы даем голодающему кусок хлеба, потому что следует проявлять милосердие.

Эта система великолепно работает и облегчает нам принятие решений: делать следует то, что хорошо и правильно.

Но, к сожалению, представления о мире, в соответствии с которыми мы принимаем решения, не всегда совпадают с представлениями других людей. Кто-то не хочет рожать детей, потому что их уже и так много; кто-то не хочет стрелять в своих врагов, потому что это тоже люди; кто-то ест много мяса, потому что *это* полезно для здоровья; кто-то считает нищих «ленивыми бездельниками» и никогда не подает им.

Каждый считает взгляды, не совпадающие с его собственными, ошибочными и пытается убеждать других в своей правоте. Многие считают, что им доподлинно известно «что такое хорошо и что такое плохо», но у каждого — *своя* правда. Кому же верить? От всего этого можно попросту впасть в отчаяние!

Единственное, что способно прекратить наши метания, — это понимание того, что в рамках полярности не может существовать абсолютных (то есть объективных) категорий Добра и Зла. Поэтому нет ничего абсолютно правильного или абсолютно неправильного. Любая оценка субъективна и зависит от той или иной точки зрения. Мир невозможно поделить на то, что имеет право на существование, то есть является безусловно правильным и хорошим, и на то, чего не должно быть, что непременно нужно победить и стереть с лица земли. Попытки выстроить систему непримиримых противоположностей (правильное—неправильное, добро—зло, Бог—Дьявол) не выводят нас за рамки полярности, а делают ее еще более глубокой.

Решение проблемы находится в третьей точке, пребывая в которой, можно рассматривать все альтернативы, возможности и противоположности как одинаково хорошие и правильные, либо одинаково плохие и неправильные. Они являются частями единого целого и имеют право на существование. Поэтому, говоря о по-

лярности, мы постоянно подчеркиваем, что один полюс существует только за счет другого, а одного-единственного полюса быть не может. Вдох живет за счет выдоха, Добро — за счет Зла, мир — за счет войны, здоровье — за счет болезни. Тот, кто борется против одного из полюсов Универсума, борется против всего Космоса, ведь в каждой части заключено общее (часть от целого). Именно это имел в виду Иисус, говоря: «То, что ты делаешь против самого младшего из моих братьев, ты делаешь против меня!»

Теоретически эта мысль проста, но она натывается на сопротивление человека, идущее из самых глубин его психики. Переход к практике очень труден. Если наша цель — единство, объединяющее противоположности, то человек не может быть здоровым, то есть цельным, пока исключает из своего сознания хоть что-нибудь или отграничивает себя от чего-либо. Говоря: «Больше я никогда не буду так делать, потому что это плохо!», вы препятствуете наступлению совершенства и просветления. В нашем Универсуме нет ничего бесправного, но существует много того, право на существование чего отдельный человек оценить не способен. Все усилия человека на самом деле должны быть направлены к единственной цели: научиться видеть взаимосвязи (мы называем это «стать более сознательным»), а не пытаться исправить или изменить что-нибудь, кроме собственной способности видеть мир.

Человек издавна тешит себя иллюзией, что своими активными действиями способен изменить или исправить мир. Вера в это — не что иное, как оптический обман, основанный на проекции изменений в себе самом. Если кто-то через достаточно большие промежутки времени перечитывает одну и ту же книгу, то каждый раз он по-новому воспринимает ее содержание. Это восприятие связано с его собственным развитием. И если бы он не был на сто процентов убежден в том, что содержание книги не

может меняться, он бы наверняка решил, что развивается именно книга. Такая же иллюзия имеет место при рассуждениях на тему «эволюции» или «развития». Люди верят, что эволюция произрастает из ряда процессов, не понимая, что на самом деле это следование существующему образцу. Эволюция не несет в себе ничего нового, просто люди начинают более осознанно относиться к тому, что было всегда.

Книга — очень удачный пример. Содержание и действие представлены в ней одновременно, но воспринимаются читателем в процессе чтения ступенчато, шаг за шагом, хотя сама она существует, может быть, уже больше тысячи лет. Чтение как таковое не создает содержания, читатель с течением времени интегрирует уже существующий образец.

Меняется не мир — человек постигает поочередно разные его аспекты и уровни. Мудрость, совершенство и осознание означают способность познавать все существующее в его актуальности и уравновешенности. «Осознать порядок» — синоним выражения «быть в порядке». Иллюзия изменения возникает из-за полярности, которая разлагает одновременность на поочередность и вновь заставляет нас выбирать «или — или».

Восточные философы называют мир полярности «май-ей» (обманом). От человека, который стремится к познанию и освобождению, они требуют научиться воспринимать материальный мир как иллюзию, которой в действительности не существует. Но путь к познанию («пробуждению») пролегает через этот полярный мир.

Если полярность противоречит единству в его одновременности, оно будет восстановлено в обход времени. При этом каждый полюс окажется сбалансированным за счет другого. Этот закон мы называем принципом комплиментарности. Как вдох приводит к выдоху, а бодрствование сменяет сон, так реализация од-

ного полюса приводит к проявлению второго. Этот закон обеспечивает их равновесие независимо от того, что человек делает и делает ли он что-нибудь вообще. Мы твердо верим, что время многое изменяет, и эта вера мешает нам видеть, что оно приводит только к повторению одних и тех же образцов. Меняются лишь формы, содержание остается прежним.

Если вы научитесь абстрагироваться от формального, то сможете рассмотреть какие-то исторические события или элементы собственной биографии, исключив из них понятие времени. Тогда станет очевидным, что все кажущиеся столь разнообразными события протекают по одному и тому же образцу.

Для того чтобы мы могли двигаться дальше, важно ощутить нераздельность обоих полюсов. Большая часть действий человека не учитывает этого: мы хотим быть здоровыми и боремся с болезнью, мы хотим сохранить мир, ликвидировав войны, хотим жить, преодолевая смерть. Удивительно: безуспешные усилия, длящиеся уже несколько тысяч лет, не заставили человека усомниться в своей компетенции. По мере нашего приближения к одному из полюсов возрастает напряженность противоположного. В медицине существует замечательный пример: активная борьба за здоровье привела к росту болезней.

Если мы хотим подойти к этой проблеме, вооружившись новыми знаниями, нам необходимо научиться при рассмотрении любого объекта учитывать наличие его противоположности. Внутренний взгляд человека должен «колебаться», тогда он сумеет преодолеть собственную односторонность. Трудно словами описать этот колеблющийся угол обзора, но в специальной литературе есть тексты, в которых такие попытки сделаны. Непревзойденным мастером кратких и точных формулировок является Лао-цзы, который во втором стихе Дао-де-Цзин говорит следующее:

«Говоря: „красиво“,

вы пробуждаете и „некрасиво“.
Говоря: „хорошо“,
вы пробуждаете „нехорошо“.
Существование предопределяет несуществование,
запутанность предопределяет простоту,
высокое обусловлено низким, громкое обусловлено ти-
хим.

Обусловленное обусловлено необусловленным,
„сейчас“ обусловлено „когда-то“.
Итак, пробужденный,
он действует, ничего не делая,
он произносит речи, не говоря.
Он несет в себе
все сущее в его единстве.
Он создает, но не владеет,
он завершает жизнь,
не требуя успеха.
Но так как он ничего не требует,
он никогда не знает потерь».

3. ТЕНЬ

Все сущее пребывает в тебе, а все, что есть в тебе, пребывает также и в сущем. Нет никакой границы между тобой и тем предметом, который находится поблизости от тебя, так же, как нет расстояния между тобой и предметами, находящимися далеко. Все они, самые большие и самые маленькие, самые низкие и самые высокие, представлены в тебе. В отдельном атоме находятся все существующие на Земле элементы. В одном движении духа заключены все законы жизни. В одной капле воды заключены все

тайны бескрайнего океана. В отдельной форме проявления твоего существования заключены все формы существования жизни вообще.

Кахил Гибран

Человек говорит «Я», подразумевая под этим множество своих проявлений: «Я мужчина, немец, отец семейства, учитель. Я активен, динамичен, снисходителен, прилежен, люблю животных, ненавижу войну, пью много чая и с удовольствием готовлю». Подобным определениям предшествовал некий выбор, который вам пришлось сделать, активизируя один полюс и исключая другой. Активизация позиции «Я активен и прилежен» исключает состояние «Я пассивен и ленив». При этом чаще всего появляется и субъективно-убедительное оценочное суждение: «Человек должен быть активен и прилежен, быть пассивным и ленивым нехорошо».

Объективно же — это только один из возможных взглядов на вещи. Что бы мы подумали о розе, заявляющей: «Иметь красные бутоны хорошо и правильно, а голубые — неправильно и опасно»? Отказ от одного из проявлений — всегда свидетельство замыкания в границах своего «Я» (ведь фиалка или колокольчик не считают голубые цветы «неправильными»!).

Любая идентификация, основанная на каком-либо решении, выставляет противоположный полюс за дверь. ***Но все то, чем мы не хотим быть, чего не хотим иметь, с чем не хотим жить и что не хотим допускать в собственную идентификацию, образует нашу тень. Отказ от половины возможностей не заставляет их исчезнуть, а просто исключает из поля зрения.***

Слово «нет» изгоняет один полюс, но не может заставить его прекратить свое существование. С этого момента отвергнутый полюс живет в тени нашего сознания. Маленькие дети твердо верят, что если закрыть глаза, то можно стать невидимым. Точно так же и мы считаем, что можно освободиться от половины своих качеств, не замечая их в себе. Итак, позволяя прилежанию оказаться в луче нашего сознания и отправляя лень в темноту, чтобы ее не было видно, мы приравниваем «не вижу» к «не имею» и верим, что это — одно и то же.

Тенью (термин, введенный Юнгом) мы называем сумму всех отвергнутых областей действительности, которые человек в себе не видит или не желает видеть и поэтому не осознает. Тень представляет собой большую опасность, поскольку, обладая ею, человек не ведает об этом, и зачастую его намерения и усилия приводят к обратным результатам. Все проявления, приходящие из тени, человек приписывает анонимному «мировому Злу», потому что боится обнаружить истинный источник нездоровья в себе самом. Отказ вступать во взаимодействие с частью мира приводит к противоположному эффекту. Отвергнутые области действительности вынуждают человека заниматься ими особенно интенсивно. Ведь изгоняя некий находящийся внутри принцип, человек тем самым высвобождает страх и отрицание, которые появляются всякий раз, когда он сталкивается с этим принципом во внешнем мире.

Чтобы разобраться в этом, важно еще раз вспомнить, что под словом «принципы» мы понимаем те области бытия, которые проявляются в большом количестве конкретных форм. Любое проявление явления есть выражение какого-то содержательного принципа. Например, умножение — это принцип, который может выражаться в разных конкретных проявлениях (3×4 , 8×7 , 49×348 и т. д.).

Мы должны отдавать себе отчет в том, что внешний мир построен на тех же глобальных принципах, что и мир внутренний. Закон резонанса гласит, что в контакт можно вступать только с тем, с чем существует определенный резонанс. Именно с этим связана идентичность внешнего и внутреннего мира. В философии герметизма такая идентичность внешнего и внутреннего мира, то есть человека и Космоса, выражена словами: Микрокосм подобен Макрокосму. (Во второй части нашей книги, в главе, посвященной органам чувств, мы еще раз вернемся к этому вопросу, но рассмотрим его под несколько иным углом зрения.)

Половину сущего мы определяем в качестве внешнего мира, поскольку не хотим принимать его в свой внутренний. Мы уже говорили о том, что именно «Я» отвечает за отграничение от остального Бытия. «Я» предполагает, что в наличии имеется «Ты», которое понимается как нечто внешнее. Но, если тень состоит из тех принципов, которые мы не хотим воспринимать как «Я», то получается, что тень идентична внешнему. Она и осознается человеком как внешнее: найди он ее в себе самом, она давно перестала бы быть тенью. С отринутыми принципами, которые кажутся приходящими извне, мы сражаемся столь же страстно во внешнем мире, как делали это во внутреннем. Мы продолжаем пытаться уничтожить все области, воспринимаемые нами как негативные, но поскольку это невозможно, эти попытки превращаются в бесконечный процесс.

Здесь кроется ироническая закономерность, избежать которой не удастся никому: ***больше всего человек занимается тем, чего не хочет. При этом он настолько приближается к отрицаемому принципу, что начинает им жить!***

Яростное отрицание какого-либо явления приводит к максимальному сближению с ним. Именно поэтому дети, вырастая, приобретают те привычки, которые больше всего ненавидели у

своих родителей. Противники войны частенько со временем становятся воинственными, моралисты — легкомысленными, а сторонники здорового образа жизни тяжело заболевают.

Не стоит забывать, что отрицание и борьба означают, в конце концов, приближение и заинтересованность. Строго говоря, отрицание одной из областей действительности указывает на то, что у человека в ней есть определенные проблемы.

Человек, пытаясь рассмотреть свое тело, сталкивается с тем, что видны ему только передняя часть туловища и кончик носа. Чтобы увидеть лицо или спину, рассмотреть цвет глаз, он должен посмотреться в зеркало. Точно так же в нас заложена частичная слепота по отношению к тому, что называется психикой, и невидимую ее часть, тень, мы можем разглядеть только через проекцию и рефлексию окружающей среды или внешнего мира. На самом деле не существует никакой окружающей среды, которая якобы влияет на нас, формирует или приводит к болезни. Окружающая среда ведет себя подобно зеркалу, в котором мы видим себя и особенно свою тень, в отношении которой в самих себе мы слепы.

Отражение полезно только тому, кто способен узнать в этом зеркале себя, иначе глядеть в него бессмысленно. Рассматривая в зеркале черты лица, но не зная, что глаза эти — именно ваши, вы тратите время неизвестно на что. Если вы живете в этом мире, не понимая, что все происходящее и переживаемое — это вы сами и есть, значит, вы пребываете в иллюзиях и обмане. Этот обман выглядит достаточно убедительно, но ведь и сон кажется явью, пока мы спим. Прежде чем понять, что сон — это сон, мы должны проснуться. То же самое происходит и с «большими снами» нашего бытия: чтобы понять, что пребываешь в мире иллюзий, **нужно проснуться.**

Тень внушает страх. В этом нет ничего удивительного, ведь она состоит из тех граней действительности, с которыми нам не хочется иметь ничего общего, и что, по нашему глубочайшему убеждению, должно быть уничтожено, потому что не имеет право на существование. Но... все происходит с точностью до наоборот: тень вносит содержание во все то, чего не хватает нам для выздоровления, то есть обретения цельности. Тень заставляет нас болеть, потому что именно ее и не хватает для того, чтобы быть здоровым.

Легенда о Святом Граале связана именно с этим. Король Амфортас был безнадежно болен — его ранил копьем черный маг Клингзор (в других вариантах легенды — некто невидимый). Эти фигуры можно прочесть как символы **тени** Амфортаса. Именно **тень** нанесла ему рану. Выздороветь самостоятельно он не может, потому что не осмеливался задать самому себе вопрос об истинной природе Зла. Поскольку король не в состоянии сделать этого, его рана не затягивается. Он ждет спасителя, который может принести ему выздоровление. С этой задачей справляется Парсифаль. Даже его имя* свидетельствует о том, что он всегда проходит по золотой середине, на одинаковом расстоянии от Добра и Зла.

Именно у него нашлось мужество спросить: «Чего же вам не хватает, господин?» Вопрос о Зле, о темной стороне человека всегда имел целебное воздействие. На своем долгом пути Парсифаль не бросался со всех ног прочь от собственной тени, а смело опускался до самых темных ее глубин — до тех пор, пока не начал проклинать Бога.

Тот, кто способен пройти путь сквозь тьму, в конце концов станет истинным целителем и спасителем. Именно поэтому все мифологические герои должны были сами сражаться с чудовища-

* В переводе — «простодушный», «простак».

ми, драконами и демонами, они спускались в подземное царство, если хотели сохранить в себе силы для выздоровления.

Тень приносит болезнь, а вот «очная ставка» с ней — выздоровление! Симптом — это часть тени, спустившаяся на материальный уровень, показывающая, чего не хватает человеку, и дающая ему пережить то, чего он не хочет допускать в сознание. Опясывая тело и вынуждая человека обратить на него внимание, симптом возвращает ему цельность. Он несет ответственность за то, чтобы цельность не пропала окончательно.

Вернемся к аналогии с зеркалом. Тело — зеркало души, оно показывает нам все то, чего душа не в состоянии увидеть без его помощи, без противопоставления. Но что за толк от зеркала, если мы не соотносим увиденное в нем с собой? Нам бы очень хотелось, чтобы эта книга помогла вам научиться распознавать в симптомах самих себя.

Человек всегда считает, что он такой, каким себя видит. Такую самооценку мы называем ложью. При этом мы имеем в виду ложь по отношению к самому себе (а не по отношению к другим людям). Любой обман в этом мире — невинная шутка по сравнению с той нечестностью, которую человек проявляет по отношению к себе самому. Это тень делает человека нечестным. Не лгать самому себе — это одно из самых жестких требований, которые только можно предъявить. Поэтому с древнейших времен все, кто искал истину, говорили: нет ничего труднее самопознания. Самопознание — это поиск и попытка восприятия **целого**. Болезнь оказывает человеку огромную помощь, заставляя его стать честным. В симптоме мы ощущаем то, от чего так упорно бежим и прячемся.

Большинству людей трудно рассказывать кому-нибудь о своих проблемах (даже если они про них знают) — но о симптомах они готовы говорить откровенно и со всеми подробностями, испо-

ведущая перед первым встречным. На самом деле, более точной информации, чем та, которая в них выражена, не существует вообще. Болезнь безжалостно распахивает все тайники души. Честность компенсирует односторонность, возвращая человека к золотой середине. Внезапно исчезают эгоизм и властность, разрушаются иллюзии, весь прошлый опыт ставится под сомнение. У честности есть особая красота, которая ясно видна в больном человеке.

ПОДВЕДЕМ ИТОГИ.

- Человек — микрокосмос, то есть отражение Универсума, он отражает всю совокупность основных принципов бытия.
- Путь человека, пролегающий через раздирающие его противоположности, требует осуществления находящихся в его сознании принципов в виде конкретных действий, для того чтобы эти принципы стали ясно видны.
- Для познания необходимы противоположности, ибо они заставляют человека постоянно принимать решения.
- Любое принятое решение делит явление, всегда имеющее два полюса, на актуализированную часть и отторгаемую. Первая из них проявляется в поведении, используя сознательно. Отторгаемый полюс попадает в тень и требует от человека внимания, возвращаясь к нему якобы извне.
- Самой распространенной и специфической формой проявления этого общего закона является болезнь: теневая сторона возвращается на материальный уровень и проявляется в виде симптома.
- Симптом, материализовавшийся в теле, вынуждает нас осуществить то, от чего мы так долго открещивались, возвращая человеку равновесие.

- Симптом есть соматическое уплотнение того, чего не хватает в нашем сознании. Он делает человека честным, открывая перед ним скрытое содержание.

4. ДОБРО И ЗЛО

Постоянное великолепие свойственно всем мирам и всем созданиям, и Добру, и Злу. Оно и есть истинное единство. Иначе как смогло бы оно включать в себя такие противоположности, как Добро и Зло? Хотя в действительности это не противоположности, ведь Зло — это тот трон, на котором пребывает Добро.

Баал Шем Тоу

Волей-неволей мы приближаемся к самой трудной для человеческого восприятия и наиболее подходящей в качестве почвы для возникновения разнообразных недоразумений теме. Очень опасно время от времени выхватывать из целостной картины бытия один отрезок и смешивать его с другим. Именно вопрос о Добре и Зле вызывает у человека страх, способный покрыть пеленой тумана способность познания. Но мы все-таки рискнем затронуть вопрос, которого так боялся король Амфортас, — вопрос о природе Зла. Осмелимся напомнить, что тень, а вслед за ней и болезнь существуют только благодаря тому, что человек делит все сущее на Добро и Зло, на правильное и неправильное.

В тени содержится все то, что человек ощущает как Зло, — таким образом, сама тень тоже должна быть Злом. С точки зрения этики и морали кажется не только справедливым, но и необходимым бороться с тенью и искоренять ее везде, где и когда бы она ни появилась. Человечество настолько увлекает кажущаяся

очевидной логика борьбы со Злом, что оно совсем не замечает тщетности своих усилий. Думается, тему Добра и Зла полезно рассмотреть еще раз, но под другим углом зрения.

Размышления по поводу полярности приводят к выводу, что Добро и Зло — это два аспекта одного и того же единства, и, следовательно, существование одного из них обусловлено существованием другого. Добро существует за счет Зла, а Зло — за счет Добра. Если вы намеренно приближаетесь к Добру, то Зло автоматически приближается к вам. Такая формулировка кажется ужасной, но ее правдивость, увы, подтверждает практика.

Отношение к Добру и Злу в европейской культуре во многом определено христианством и мнениями корифеев христианской теологии — это касается и тех социальных групп, которые считают себя весьма далекими от религии. Давайте тоже обратимся к религиозным примерам и представлениям, чтобы лучше разобраться в проблеме. Мифологические истории прекрасно подходят для объяснения на их примере сути трудных метафизических проблем. Обращение к примерам, взятым именно из Библии, связано с традициями нашей культуры. Кроме того, здесь мы обнаружим очень важную точку, в которой **христианство приобретает иное, чем во всех религиях мира, толкование Добра и Зла.**

В качестве примера возьмем историю грехопадения, описанную в Ветхом Завете. Во второй главе, посвященной Сотворению мира, речь идет о том, как первый человек, Адам, был перенесен в прекрасные сады Эдема, где среди прочих деревьев росли два особых: древо Жизни и древо Познания Добра и Зла. Для дальнейшего понимания этой мифологической истории важно принять во внимание, что Адам был не мужчиной, а **андрогином**. Андрогин — это человек, не подверженный полярности, не разделенный на пару противоположностей. Он един — это космическое состояние описано как райское. Но хотя Адам существует в един-

стве своего сознания, тема полярности уже представлена наличием двух деревьев.

Тема раздвоения изначально присутствует в истории Сотворения мира, потому что само Сотворение осуществляется путем раздвоения. В первой главе говорится только о поляризации: Свет — Тьма, Солнце — Луна, Суша — Вода и т. д. И только о человеке мы узнаем, что он был создан как «и мужчина, и женщина». В ходе рассказа тема полярности актуализируется все больше: у Адама появляется желание отделить часть своей сущности и сделать ее формально самостоятельной. Подобный шаг свидетельствует о потере единого сознания. Не случайно в Библии есть указание, что он впадает в сон. Бог берет от единого и здорового Адама часть и делает из нее нечто самостоятельное.

Слово, которое было переведено как «ребро», звучит в арамейском оригинале как *tselah* («сторона», «бок»). Оно имеет тот же корень, что и *tseI* («тень»). Единый здоровый человек был разделен на два формальных аспекта, названных «мужчина» и «женщина». Это разделение поначалу не коснулось сознания людей, все еще пребывавших в единстве рая. Но формальное разделение — это предпосылка того, о чем нашептывает Змей, который обещает женщине (наиболее восприимчивой части человека), что яблоко с древа Познания даст возможность различать Добро и Зло.

Змей сдержал свое обещание. Люди научились различать Добро и Зло, мужчину и женщину. Сделав этот шаг, они потеряли цельность (космическое сознание), а взамен получили полярность (способность познания). Поэтому они вынуждены были покинуть рай, то есть сады единства, и попали в полярный мир материальных форм.

Такова история грехопадения. Человек попал из единства в полярность. В мифах разных народов представлена эта цен-

тральная тема человеческого бытия, которая описывается примерно одинаково. Грех человека заключался в отделении себя от единства. В греческом языке глагол «грешить» (*hamartanein*) означает «не попасть в цель», «промахнуться». Цель — это символ единого. Сначала она представляется человеку недостижимой и недоступной, потому что у нее нет ни места, ни пространства. Полярное сознание не способно попасть в цель, и это грех. Таким образом, библейское понятие «первородный грех» обретает новый смысл.

Человек имеет полярное сознание — он грешен. С точки зрения причинно-следственных связей повода для этого нет. Полярность вынуждает человека прокладывать свой путь сквозь противоположности. И так будет до тех пор, пока он не научится всему и не воспримет все, чтобы «снова стать совершенным настолько, насколько совершенен его Отец на небесах». Путь сквозь полярности включает в себя и понятие вины. «Первородный грех» свидетельствует о том, что сам грех не имеет ничего общего с поведением человека. Очень важно принять это во внимание, потому что в ходе человеческой истории церковь начала по-другому толковать понятие греха. Она убедила людей, что грех — творить зло, а избежать греха можно, лишь совершая правильные и хорошие поступки. Но грех — это не один полюс какой-то шкалы, грех — это сама полярность. Следовательно, избежать греха невозможно, любое действие человека греховно само по себе.

Центральная тема древнегреческой трагедии состоит в том, что человек постоянно вынужден выбирать одну из двух существующих возможностей, но, независимо от сделанного выбора, всегда остается виноватым. Для истории христианства неправильное понимание греха оказалось роковым. Постоянные попытки верующего не совершить никакого греха и избежать Зла привели

к исключению из жизни очень многого, воспринимаемого как это самое Зло, и к образованию сильной тени.

Христианство превратилось в самую нетерпимую религию, принесшую с собой инквизицию, уничтожение ведьм и целых народов. Неактуализированный полюс никуда не исчезает. Он настигает самые благородные души, чаще всего тогда, когда этого никто не ожидает.

Поляризация Добра и Зла привела также к не типичному для других религий противопоставлению Бога и Дьявола как представителей Добра и Зла. Превратив Дьявола в противника Бога, незаметно для себя люди втянули в поляризацию и самого Бога. Но ведь таким образом он теряет свою святость! Бог един, в нем объединены и неразрывно связаны все, включая Добро и Зло. Дьявол же суть полярность, Владыка раздвоения, или, как сказал Иисус: «Владыка этого мира». Дьявол, полноправный господин полярности, всегда изображается с символами полярности или двойственности: с рогами, раздвоенными копытами, вилами, его пентаграмма содержит два острия, направленные вверх, и т. д. Используя христианскую терминологию, этот мир можно назвать дьявольским, то есть грешным. Нет никакой возможности его изменить, поэтому все Учителя и говорят о том, как его покинуть.

Истинная религия никогда не совершала попыток превратить мир в Рай, но всегда показывала путь в мир единства. Истинной философии известно, что в полярном мире невозможно реализовать только один полюс — радости уравновешены страданиями.

С этой точки зрения, наука, например, тоже явление «дьявольское», потому что занимается поляризацией действительности и умножает разнообразие. В любом практическом использовании человеческих возможностей всегда присутствует нечто дьявольское, потому что оно привязывает энергию к одной из

противоположностей и препятствует образованию единства. В этом и заключен смысл искушений Иисуса в пустыне: Дьявол только предлагает ему использовать свои возможности для осуществления безобидных и даже полезных изменений.

Стоит подчеркнуть, что, характеризуя что-либо словом «дьявольский», мы ни в коей мере не выражаем положительное или отрицательное отношение, а пытаемся соотнести такие понятия, как «грех», «вина», «Дьявол», с существованием полярных понятий. Что бы ни делал человек, он всегда будет виновен, то есть грешен. Важно научиться жить с **таким** сознанием греховности, иначе он окажется нечестным по отношению к себе самому. Спасение от греха заключается в достижении единства. Но можно ли его достичь, пытаясь избежать половины реально существующей действительности?

В Евангелии постоянно идет речь о неправильном понимании греха: фарисеи выражают церковную мысль о том, что сохранить душу можно, только следуя заповедям и избегая Зла. Иисус развенчивает это убеждение, говоря: «Кто из вас без греха, пусть первым бросит камень». В Нагорной проповеди он поправляет закон Моисея, который воспринимался слишком буквально. Он высказывает идею о том, что мысль имеет тот же вес, что и внешнее проявление. Нельзя пройти мимо того факта, что толкование заповедей в Нагорной проповеди не заостряет их значение, а пытается разоблачить иллюзию о том, что в условиях полярности можно избежать греха. Но истинное учение Христа уже две тысячи лет назад было настолько неудобным, что об этом стали умалчивать. Истина всегда неприятна, из чьих бы уст она ни исходила. Она разрушает иллюзии, в которые пытается убежать наше «Я», она сложна и резка и мало подходит для сентиментальных мечтаний и морального самообмана.

В Сандокаи, одном из основополагающих текстов дзен-буддизма, говорится следующее:

Свет и Тьма
стоят друг напротив друга.
Одно зависит от другого,
как шаг правой ноги
зависит от шага левой.

В «Истинной книге об источнике основы» мы можем прочитать следующее «предупреждение о добрых делах». Янь Дшу говорит: «Тот, кто делает Добро, поступает так не ради славы, но она будет преследовать его. Слава не имеет ничего общего с выигрышем, но и выигрыш будет преследовать его. Выигрыш не имеет ничего общего со спором, но спор получит от него свою выгоду. Поэтому, благородный человек, остерегайся совершать Добро».

Мы знаем, сколь вызывающим считается сомнение в непреложном требовании делать Добро, избегая Зла. Мы знаем, какой страх вызывает само обсуждение этой темы — страх, который останется до тех пор, пока человек судорожно цепляется за нормы христианской морали.

Описанное выше неправильное понимание греха вызвало в христианской культуре прочно укоренившуюся систему ценностей, в которой человек увяз больше, чем ему хотелось бы. В других религиях никогда не было столь серьезных трудностей с решением этой проблемы. В индуизме существует божественная триада: Брахма — Вишну — Шива. Шиве отводится роль разрушителя, антагониста Брахмы, который считается созидателем. При таком подходе человеку легче осознать необходимость постоянной смены активных сил. Про Будду существует следующая история: некий молодой человек пришел к нему с просьбой взять его в ученики. Будда спросил: «Ты когда-нибудь воровал?» — «Ни ра-

зу», — прозвучало в ответ. «Тогда пойд и укради, а когда научишься это делать, возвращайся ко мне».

В Шиньдзинмеи, самом древнем и, видимо, самом важном тексте дзен-буддизма, в 22-м стихе сказано: «Если у нас останется хоть малейшее представление о том, что правильно, а что нет, Дух в смятении пропадет». Сомнение, которое раскладывает мир на противоположности, и есть Зло, но это необходимое звено на пути к единству. Познанию всегда необходимы два полюса. Хотя мы не должны застревать в этом противопоставлении, создаваемое им напряжение следует использовать как движущую силу и энергию на пути к единству. Человек грешен, он виновен, но именно эта вина и отличает его, являясь залогом свободы.

Уметь принимать во внимание свою вину, но не позволять ей подавлять себя — вот задача человека. Вина имеет метафизическую природу и вызвана не его поступками, а необходимостью принимать решения и выполнять действия. Признание своей вины освобождает от страха стать виновным. Страх порождает ограниченность, которая больше всего препятствует образованию необходимой открытости. От греха невозможно уйти с помощью стремления совершать Добро, зато всегда приходится оплачивать счета, приходящие с другого полюса.

На пути к единству требуется нечто большее, чем простой уход от чего бы то ни было. Необходимо видеть полярность во всем, не испытывая при этом никакого страха. Необходимо пройти через конфликтность человеческого бытия, чтобы стать способным объединить в себе противоположности. Не бежать от них, а решать проблемы, пропустив их через себя. Для этого нужно постоянно ставить под сомнение нашу незыблемую систему оценок, понимая, что тайна Зла заключается в его отсутствии. Мы уже не раз говорили, что по ту сторону полярности находится единство, которое мы называем Богом или Светом.

Сначала Свет был всеохватывающим единством, являлся всеэнергией. И только при вступлении в полярность явилась Тьма, предназначенная для того, чтобы сделать Свет видимым. Тьма — искусственный продукт полярности, который необходим для того, чтобы Свет воспринимался и на уровне полярного сознания, его «носительщик», о чем свидетельствует и само имя Люцифер*. Если исчезнет полярность, исчезнет и Тьма, потому что у нее нет собственного существования. Поэтому борьбу сил Света с силами Тьмы, о которой так часто говорят, нельзя назвать борьбой в прямом смысле слова, ведь ее исход известен заранее. Тьма не способна нанести вред Свету, она вынуждена избегать его, иначе сразу станет ясно, что ее просто не существует.

Этот закон мы можем проследить и в мире физическом, потому что «как наверху, так и внизу». Предположим, что существует какое-то ярко освещенное помещение, вокруг которого царит темнота. Мы спокойно можем распахнуть все окна и впустить эту темноту в помещение. Темнота не уменьшит количество света, а свет рассеет темноту. Возьмем противоположный пример: мы находимся в помещении с закрытыми наглухо ставнями, а на улице сияет солнце. Если мы откроем окна, темнота исчезнет, и в помещении будет светло.

Зло есть искусственный продукт человеческого сознания, так же, как время и пространство. Зло служит для восприятия Добра, как темнота для обнаружения источника Света. Зло — это не то, что противостоит Добру, а полярность физического мира. Раздвоенный мир не имеет конечной точки, следовательно, не обладает самостоятельным существованием. Та же самая закономерность характерна и для человеческого сознания. Сознательными мы называем аспекты и свойства человека, которые он мо-

* Носитель Света, Светоносный.

жет разглядеть. Тень — это область, не освещенная сознанием. Темные аспекты кажутся злыми и вызывают страх только до тех пор, пока не выносятся на свет. Взгляд, направленный на содержание тени, приносит свет в темноту, его достаточно для того, чтобы превратить бессознательное в сознательное.

«Посмотреть на что-либо» — это волшебная формула, которая окажет неоценимую помощь на пути к самопознанию. Взгляд меняет качество того, на что мы смотрим, потому что приносит во тьму свет (сознание).

Людам всегда хочется изменить существующее, поэтому им трудно понять, что единственное, что от них требуется, это способность видеть. Высшая цель человека — назовем ее мудростью или просветлением — состоит в способности смотреть на все и понять, наконец, что любой предмет хорош сам по себе. Это и есть истинное самопознание. Пока человек ощущает неудобство от наличия какого-то предмета или явления, пока он считает, что существует то, что-то плохое, что требуется изменить, он не сможет достичь самопознания.

Мы должны научиться смотреть на предметы и явления этого мира, не позволяя собственному Эго вызывать чувство симпатии или антипатии к ним. Мы должны научиться спокойно наблюдать за разнообразными играми иллюзий. Именно поэтому в тексте Дзен, выдержки из которого уже приводились, речь идет о том, что любое представление о Добре и Зле приводит Дух в смятение. Оценки, которые мы даем явлениям, связывают нас с миром форм и приводят к несвободе: мы не можем освободиться от страданий, остаемся грешными, нецельными, больными, тоскующими по прекрасному идеальному миру. Думая о несовершенстве мира, человек не замечает, что на самом деле несовершенным является только его собственный взгляд.

Поэтому так важно уметь во всем видеть самих себя и сохранять равновесие духа. Равновесие подразумевает пребывание в золотой середине и наблюдение из этой точки за пульсацией полюсов, не давая им никакой оценки, не используя ни «Да», ни «Нет».

Не следует путать его с равнодушием, являющимся смесью безучастности и отсутствия интереса. Вероятно, именно эти качества имеет в виду Иисус, говоря о «едва теплых людях». Они никогда не ввязываются в конфликты и убеждены, что, отталкивая и отделяясь от них, смогут достичь цельности мира. А это сможет сделать только человек, который много работает, чтобы познать конфликтность бытия, и не боится сознательно идти сквозь полярность, чтобы ее преодолеть, потому что знает, что когда-нибудь противоположности, из которых состоит его «Я», объединятся. Он не боится необходимости принимать решения, даже если понимает, что это делает его виновным. Он старается не застревать на этом пути.

Противоположности не объединяются сами по себе — нужно сначала овладеть ими. Только вобрав в себя оба полюса, мы получаем возможность отыскать среднюю точку, откуда и начнется процесс объединения противоположностей. Бегство от мира и аскетизм — неподходящие способы достижения цели. Мужество человеку необходимо для того, чтобы **сознательно** и без страха воспринимать все требования, предъявляемые жизнью. Сознание дает нам возможность наблюдать за своими действиями и предотвратить потерю самих себя. Важно не то, **что** человек делает, а то, **как**. Противопоставление «хорошо»—«плохо» затрагивает только то, что мы делаем. Но вопрос следует ставить по-другому: «Как он это делает?» Действует ли он сознательно? Заключено ли в его действиях собственное «Я», или он действует без его уча-

ствия? Ответы на эти вопросы помогут решить, связывает ли человек себя со своими действиями.

Заповеди, законы и мораль не приведут человека к совершенству. Послушание — это прекрасно, но его одного явно недостаточно, потому что, как известно, «Дьявол тоже может быть послушным». Заповеди и запреты имеют право на существование только до тех пор, пока человек не повзрослеет и не сможет сам взять ответственность за свои поступки. Запрещение играть спичками имеет смысл, когда речь идет о маленьких детях. Ребенок вырастает, и оно теряет свою актуальность. Находя закон в себе самом, человек освобождается от внешних запретов. Внутренний закон человека состоит в необходимости найти и реализовать себя.

Инструмент, необходимый для объединения противоположностей, называется любовью, которая заключается в том, что человек раскрывается и впускает в себя нечто, раньше считавшееся внешним. Любовь стремится к преодолению раздвоенности. Любовь — это ключ к единению с миром противоположностей, потому что она превращает «Я» в «Ты» и «Ты» в «Я». Любовь — это согласие без ограничений и условий. Она стремится к слиянию со всем Универсумом. Пока нам это не удастся, мы не можем осуществить любовь. Пока она выбирает, она еще не любовь, потому что настоящая любовь не знает разделения, делит только выбор. Истинной любви неведома ревность, потому что она стремится не к обладанию, а к объединению двух потоков.

Символом всеобъемлющей любви является та, которую испытывает Бог по отношению людям. Трудно представить, что Бог испытывает к нам *разную* любовь. Вряд ли кому-нибудь придет в голову испытывать ревность из-за того, что Бог любит кого-то еще. Бог — единое, поэтому он и есть сама любовь. Солнце посылает свои лучи всем людям и не распределяет тепло в зависи-

мости от заслуг. Только человек чувствует себя призванным «первым бросить камень». Почему же он удивляется, когда этот камень попадает в него самого? Любовь не знает границ, любовь не знает препятствий, любовь преображает все. Любите Зло — и оно будет спасено.

5. ЧЕЛОВЕК БОЛЕН

Аскет сидел в пещере и медитировал. Вдруг в пещеру юркнула мышь и вцепилась в его сандалию. Аскет рассердился и открыл глаза: «Почему ты мешаешь мне думать?»

«Я хочу есть», — пропищала мышь.

«Уходи, глупая мышь, — заявил аскет. — Я ищу единства с Богом, как ты посмела мне помешать!»

«Как же ты хочешь стать единым с Богом, если не способен стать единым даже со мной?»

Все предыдущие рассуждения были направлены на то, чтобы осознать, что человек может быть болен, но не может заболеть. В этом заключается основное различие между нашим и медицинским подходом к проблеме болезни. Медицина рассматривает болезнь как «помеху для нормального здорового состояния человека» и, следовательно, пытается не только убрать эту помеху, но и предотвратить болезнь как таковую, стерев ее с лица земли. Мы хотели бы еще раз подчеркнуть, что болезнь — это нечто гораздо большее, чем функциональное несовершенство природы. Она является частью регулирующей системы, стоящей на службе

эволюции. Человек не может освободиться от болезни, так как она необходима здоровью в качестве противоположного полюса.

Болезнь — это выражение греховности, вины и нецельности человека, это микрокосмическое следствие грехопадения. Такое толкование не имеет ничего общего с идеей наказания, оно только подчеркивает, что человек, пока он принадлежит миру противоположностей, несет на себе часть вины, болезни и смерти.

Человек болен, потому что ему не хватает единства. Здорового человека, у которого ничего не болит, можно встретить только в медицинском справочнике по анатомии. В реальной жизни такой экземпляр не известен. Конечно, есть люди, у которых в течение нескольких десятков лет не развиваются никакие серьезные и неприятные симптомы, — но это не меняет того факта, что они больны и смертны.

Быть больным — значит находиться в состоянии несовершенства, уязвимости, ранимости, смертности. Если внимательнее присмотреться, то становится удивительно, чего только нет у тех, кто считается здоровым. В «Учебнике по психосоматической медицине» врач-исследователь Бройтигам пишет, что он «проводил опрос рабочих и служащих, которые считались здоровыми. При более подробном разговоре выяснялось, что физические и душевные проблемы появляются у них не реже, чем у тех, кто находится в больнице». В той же книге Бройтигам опубликовал статистические данные, собранные в ходе исследований Е. Винтера (1959 год).

Жалобы 200 здоровых сотрудников, высказанные в ходе беседы (в процентах)

Плохое настроение —	43,5
Проблемы с желудком —	37,5
Ощущение страха —	26,5
Частое воспаление горла —	22
Головокружения, обмороки —	17,5
Бессонница —	17,5
Нарушение менструального цикла —	15
Запоры —	14,5
Сильное потоотделение —	14
Сердечные боли, частое сердцебиение —	13
Головные боли —	13
Экзема —	9
Ревматические явления —	5,5

Автор книги «Болезнь как кризис и шанс» Эдгар Хайм пишет следующее: «Взрослый человек за 25 лет своей жизни в среднем переносит одно заболевание, связанное с угрозой для жизни, 20 серьезных и около 200 заболеваний средней тяжести».

Не пора ли и нам избавиться от иллюзии, что болезни можно избежать, искоренив ее полностью? Человек — существо конфликтное и поэтому болезненное. Природа следит за тем, чтобы в течение жизни он все глубже погружался в болезнь, которая приведет его к смерти. Цель нашей физической составляющей — органичное бытие. Природа заботится о том, чтобы человек с каждым шагом приближался к этой цели. Болезнь и смерть разрушают фантазии человека о своем величии и исправляют любую его односторонность.

Человек живет, исходя из собственного «Я», которое постоянно стремится к власти. Любое из наших «Мне же хочется!» — выражение этого стремления. «Я» человека постоянно развивается, надевает новые, все более благородные одежды и постепен-

но превращает человека в своего слугу. «Я» существует за счет отграничения, поэтому испытывает страх перед любой самоотдачей, любовью и стремлением к единству. «Я» принимает решение и активизирует один из полюсов, отталкивая возникающую при этом тень во внешний мир, в «не Я». Болезнь компенсирует это, толкая человека с помощью симптомов к противоположной стороне, всегда в той степени, с которой он удаляется от середины. Каждый шаг, который человек делает в угоду заносчивости своего «Я», болезнь уравнивает шагом в сторону униженности и беспомощности. Так же любая способность и любая добродетель человека доступна болезни.

Попытка вести здоровый образ жизни вызывает болезнь. Мы знаем, что такое высказывание не соответствуют духу времени: медицина прилежно трудится, разрабатывая все новые профилактические мероприятия, мы переживаем бум «естественного и здорового образа жизни». Этот бум надо рассматривать как ответ на рьяное использование отнюдь не безвредных «химических» лекарственных препаратов; он, безусловно, имеет право на существование и заслуживает всяческого уважения, но с точки зрения болезни настолько же бесполезен, насколько бесполезны соответствующие мероприятия официальной медицины.

Обе тенденции исходят из концепции защиты от болезни и связаны с верой в некоего **самого по себе здорового человека**, которого определенным способом можно защитить от болезни. Понятно, что любые внушающие надежду новости из этой области воспринимаются с большей верой, чем наше развенчивающее иллюзии заявление о том, что человек болен всегда.

Болезнь соотносится со здоровьем так же, как смерть соотносится с жизнью. Эти слова неприятны, но у них есть то преимущество, что любой человек может убедиться в их правоте, если проведет собственные наблюдения.

В жизни бывает масса разочарований — человека лишают то одной, то другой иллюзии. Так происходит до тех пор, пока он не оказывается в состоянии вынести правду. Таким образом, тот, кто осмелится отнестись к болезни, слабости и смерти как к неизбежности нашего бытия, вскоре поймет, что это знание не ведет к безнадежности. Человек научится испытывать радость, которая поможет найти свой истинный путь.

В реальной жизни мы редко имеем друга, который способен постоянно развенчивать игры нашего «Я» и обращать внимание на тень, не боясь стать врагом. Такого друга любить трудно. То же самое можно сказать о болезни. Она слишком честна для того, чтобы мы ее любили.

Заносчивость заставляет нас ослепнуть и превратиться в голого короля, который носил платье, сотканное из собственных иллюзий. Но симптомы всегда остаются неподкупными. Самим фактом своего существования они дают нам понять, что находится в тени, но хочет реализоваться, в чем именно заключается наша односторонность. Постоянно возвращающиеся симптомы дают нам понять, что проблему невозможно решить разом и быстро, как обычно это представляется.

Болезнь показывает ничтожность и безволие человека, который верит, что своей совершенной властью способен изменить мир. Достаточно пульпита, прострела, гриппа или поноса, чтобы из сияющего победителя превратиться в ничтожного червя. Именно это мы ненавидим в болезни особенно сильно.

Весь мир готов приложить огромные усилия для того, чтобы искоренить болезнь. Наше Эго неустанно нашептывает нам, что болезнь — это досадная мелочь. Такая позиция приводит к слепоте: мы не замечаем, что наши усилия заканчиваются весьма плачевно. Мы уже говорили, что ни профилактика болезни, ни здоровый образ жизни не решают проблему в корне.

Помочь может лишь возвращение к древней мудрости, которую следует воспринимать буквально: «Предотвратить легче, чем вылечить». При этом «предотвратить» подразумевает «быть самостоятельным». Предотвращение возможно только до того, как заниматься проблемой вас заставит болезнь.

Болезнь — поворотный пункт, в котором нездоровье преобразуется в здоровье. Пациент должен вступить в беседу с симптомами, только в этом случае он сможет понять направленное ему послание. Он должен быть готов поставить под сомнение свои взгляды и представления и попытаться осмыслить то, о чем пытаются поведать на физическом уровне симптом. Он должен впустить в свое сознание то, чего ему не хватает. Выздоровление всегда связано с расширением сознания. Если симптом возник из-за того, что часть тени опустилась в тело и проявилась там, то осознание ее ведет к уничтожению причины материального существования симптома, то есть к выздоровлению.

6. ПОИСК ПРИЧИН

Наши склонности обладают странным свойством:
они маскируются под мировоззрение.

Герман Гессе

Наши рассуждения трудно соединить с научными представлениями. Люди готовы полностью или частично связать возникновение симптомов болезни с какими-то психическими процессами. Но как же быть с теми болезнями (а их значительно боль-

ше), причины которых однозначно связывают с причинами физическими?

Здесь мы сталкиваемся с главным изъяном привычного способа мышления: человек привык интерпретировать все воспринимаемые им события на причинно-следственном уровне, конструируя цепочки, в которых причина и следствие взаимно однозначны. Вы можете прочесть эту фразу, потому что мы ее написали, потому что издательство напечатало эту книгу, потому что вам ее продали в магазине и т. д. Такой способ мышления представляется настолько естественным, что большая часть человечества рассматривает его как способ познания. Люди занимаются выявлением причин различных явлений и надеются не только получить максимальную ясность о взаимосвязи вещей, но и создать возможность вмешиваться в причинно-следственные процессы. Что является причиной роста цен, безработицы, молодежной преступности? Почему произошло землетрясение или по какой причине человек заболел? Вопрос за вопросом...

Но дело в том, что причинно-следственные отношения не настолько безусловны и необходимы, как это кажется при поверхностном рассмотрении. Можно даже сказать, что желание человека объяснять мир с помощью причинно-следственных отношений внесло в человеческое познание много противоречий, которые только сейчас, и то очень постепенно, становятся понятными.

Начиная с Аристотеля, мы делим причины на четыре категории: *causa efficiens* (причины движущей силы), *causa materialis* (причины, связанные с материальностью), *causa formalis* (формообразующие причины), *causa finalis* (причины цели).

Продемонстрировать все четыре категории можно на классическом примере строительства дома. Чтобы построить дом, сначала нужно иметь намерение это сделать (*causa finalis*), затем

двигательную силу, то есть энергию, представленную инвестициями и рабочей силой (*causa efficiens*), потом необходимы планы строительства (*causa formalis*) и, наконец, строительные материалы — бетон, кирпич, древесина и т. д. (*causa materiales*). Если не будет хотя бы одной из этих причин, строительство дома вряд ли осуществится.

Но ведь хотелось бы иметь «главную причину». Одни видят ее в цели. Например, строительство нового дома объясняется прежде всего намерением его построить, а работа писателя над текстом — его желанием опубликовать книгу.

Целевое восприятие причинно-следственных отношений стало основой духовных наук.

Естественные науки выбрали главной причиной энергетическую (причину движущей силы).

Эти сильно отличающиеся друг от друга точки зрения до сих пор являются непреодолимой границей между духовными и естественными науками, сторонникам которых трудно понять друг друга. Естественнаучное восприятие причины загоняет ее в прошлое, в то время как целевая модель — соотносит ее с будущим.

Если мы обратим внимание на события повседневной жизни, то увидим, что многие энергетические причины относятся к прошлому («Ваза упала и разбилась, потому что я ее столкнул»), а многие причины цели — к будущему («Я иду в магазин сегодня, потому что завтра он не работает»). Можно представить себе и двойственный подход к рассмотрению причинно-следственных связей. Так, причиной того, что во время семейного скандала была перебита посуда, можно считать и то, что она упала на пол, и то, что один из супругов хотел обидеть другого.

Эти примеры помогают понять, что энергетическое и целевое представления о причинности (каузальности) рассматрива-

ют разные уровни событий, но оба имеют право на существование. Энергетический вариант дает возможность выявить механическую связь и соотносится, таким образом, с материальным уровнем, целевая же каузальность имеет дело с мотивами и намерениями, которые соотносятся с психикой. В этом проявляется специфическая форма следующих полярностей:

causa efficiens — causa finalis;
прошлое — будущее;
материя — дух;
тело — психика.

Здесь было бы полезно применить на практике то, что мы говорили о парах противоположностей. Тогда мы смогли бы заменить «или — или» на «не только, но и», поняв, что эти способы толкования не исключают, а дополняют друг друга. Если из сигаретного автомата выпадает пачка сигарет, то причину можно увидеть и в том, что вы бросили в автомат монету, и в том, что вам захотелось покурить. Более того, без потребности курильщиков в табаке таких автоматов вообще бы не возникло.

Пример с сигаретным автоматом показался вам слишком примитивным? Тогда давайте порассуждаем о причинах эволюции. Здесь сложностей так много, что все книги, посвященные их анализу, могут составить огромную библиотеку. Следует ли искать причину возникновения человека в материальной причинно-следственной цепи далекого прошлого? Является ли он случайным результатом некоего скачка в процессе развития и селекционной деятельности природы на уровне атома водорода, в результате которого появился человеческий мозг? Или необходим еще и целевой аспект, который оказывает свое воздействие из будущего и

ведет эволюцию по пути, соответствующему некоему высшему плану?

Ученым, занимающимся естественными науками, второй аспект кажется «чересчур громоздким, чересчур гипотетичным», а тем, кто интересуется проблемами духа, первый аспект представляется «слишком маленьким и убогим», но если мы захотим поближе рассмотреть мелкие и не очень заметные этапы развития человека, то нам понадобятся оба аспекта.

Одних только технологий недостаточно для создания самолета, необходимо, чтобы в человеческом сознании была представлена идея полета как такового. Точно так же эволюция не может быть результатом случайных решений и путей развития, это материальное и биологическое воплощение какого-то вечного образца. С одной стороны, проблему «выталкивают на свет» материальные процессы, с другой — притягивает конечный образ, чтобы на одинаковом расстоянии между ними она смогла актуализироваться.

Так мы добрались до следующей темы. Для причины в качестве предпосылки необходима линейность, с помощью которой мы можем отметить «раньше» и «потом» как составляющие одного и того же действия. Но предпосылкой линейности является время, которого в реальной действительности не существует. Мы уже говорили о том, что время возникает в сознании из-за полярности, которая вынуждает нас раскладывать одновременность единства на последовательности. Время — это феномен нашего сознания, который мы проецируем наружу, постепенно начиная верить, что оно существует независимо от нас и движется только в одном направлении — **от прошлого к будущему**. При этом мы не принимаем во внимание, что в точке, которую мы называем **настоящим**, ни прошлого, ни будущего нет.

Аналогия поможет сделать эту точку более наглядной. Время мы воспринимаем в виде прямой, которая с одной стороны уходит в прошлое, а другим концом устремлена в будущее.

1. Настоящее
2. Прошлое
3. Будущее

Неевклидова геометрия гласит, что из-за искривления пространства любая прямая, продолженная до бесконечности, образует круг. Таким образом, любая прямая есть отрезок дуги. Если мы перенесем эти сведения на ось времени, то увидим, что когда-нибудь прошлое и будущее встретятся в некоторой точке круга.

1. Прошлое
2. Будущее
3. Настоящее

Значит, как ни парадоксально это звучит, **наше прошлое определяется будущим в той же степени, в какой будущее определяется прошлым.** Если мы применим по отношению к этой модели свои представления о причинно-следственных связях, проблема, о которой мы так много говорили, сразу станет понятной: «главная причина» течет в обоих направлениях к некоей точке, точно так же, как это делает время. Такая точка зрения может показаться непривычной, но осознать ее не сложнее, чем представить себе, что, совершая полет вокруг Земли, мы прибли-

жаемся к той самой точке, откуда начинали движение, хотя все время удалялись от нее.

В двадцатые годы XX века русский эзотерик П. Д. Успенский в своей пророческой работе, посвященной рассмотрению 14-й карты таро («Умеренность»), указывал на проблему, связанную со временем. Говорил он буквально следующее: «Имя Ангела — Время, — сказал голос, — на лбу у него круг, символ вечности и символ жизни. В руках у Ангела две кружки, серебряная и золотая. Одна кружка — это прошлое, другая — будущее. Радужный поток между ними — это настоящее. Ты видишь, что оно течет в обоих направлениях. Это время в особом, недоступном человеку аспекте. Люди считают, что все непрерывно течет в одном направлении. Они не видят, что в вечности все встречается, одно приходит из прошлого, а другое из будущего, что время — это множество кругов, которые вращаются в обоих направлениях. Постигни эту тайну и научись различать разнонаправленные течения в радужном потоке настоящего» (Успенский, «Новая модель вселенной»).

Герман Гессе тоже постоянно возвращается в своих произведениях к этой теме. В своей самой поэтичной повести «Сиддхартха» писатель неоднократно возвращается к вопросу об отсутствии времени как такового: «„Научила ли тебя, — спросил он однажды, — своей тайне река? Ты понял, что времени нет?“ Лицо Васудевы осветила ясная улыбка: „Да, Сиддхартха, — сказал он. — Я понимаю, что ты имеешь в виду. Река везде одновременно, и в устье, и в истоке, у водопада и на переправе, у быстрины и в море, в горах и везде. Для нее существует только настоящее, у нее нет ни тени прошлого, ни тени будущего“. — „Да, это так, — ответил Сиддхартха. — Когда я это понял, я посмотрел на свою жизнь, которая тоже есть река. Мальчик Сиддхартха отделен от мужчины Сиддхартхи и старика Сиддхартхи только те-

нию, но не реальностью. Предыдущие рождения Сиддхартхи не были прошлым, а его смерть и возвращение к Будде не есть будущее. Не было ничего, и ничего не будет — все только есть, все имеет сущность и настоящее»».

Если постепенно мы поймем, что ни время, ни линейность не существуют вне нашего сознания, то причинно-следственная модель познания сама рассыплется, как карточный домик. Ведь причинность — это всего лишь определенная субъективная форма восприятия человека или, как сказал Дэвид Хьюм, «потребность души».

Собственно говоря, нет никакого повода рассматривать мир только на уровне причинно-следственных связей. В каждом отдельном случае следует смотреть, подходит этот способ или нет.

Тогда станет ясно, что причинно-следственный способ восприятия подходит для рассмотрения предметов и явлений гораздо реже, чем мы им пользуемся.

Везде, где мы имеем дело с **относительно маленькими отрезками мира** и способны видеть **предмет или событие целиком**, использование времени, линейности и причинности помогает создать о них адекватные представления.

Но если пространство увеличивается или требуется представление более высокого уровня, каузальный подход оказывается несостоятельным. Коль скоро **любое событие** определено какой-то причиной, стало быть, не только можно, но и должно выяснить и причину этой причины. **Первопричину** же найти невозможно. Мы или прекращаем поиск в произвольной точке, или принимаем как догму утверждение, смысла в котором не больше, чем в принятии решения, что яйцо было раньше курицы.

Мы хотим показать, что каузальная концепция хороша лишь на бытовом уровне, поскольку направляет мыслительные процессы на практический аспект. Но ее абсолютно недостаточно,

и она не может использоваться в качестве инструмента для исследования более сложных взаимосвязей. Уверенность в том, что у каждого следствия есть причина, ошибочна, ибо основана на признании линейности времени.

Если же относиться к причинности как к ***одному из возможных субъективных способов рассмотрения действительности отдельным человеком***, то она приобретает адекватную значимость и приносит практическую пользу.

Квантовой физике удалось преодолеть причинно-следственную картину мира, поставив ее под сомнение. Так, Вернер Хайсенберг сказал, что «в области малых пространственно-временных форм, то есть форм высшего порядка элементарных частиц, пространство и время стираются настолько, что становится невозможным правильно определить даже такие понятия, как „раньше“ и „позже“. В больших формах невозможно изменить что-либо в пространственно-временной структуре, но не следует исключать возможности того, что эксперименты в области малых форм продемонстрируют нам протекание определенных процессов во встречном потоке времени, не соответствующем каузальной последовательности».

Хайсенберг дает ясные, но осторожные формулировки, потому что, будучи физиком, он ограничивается только тем, что может наблюдать. Однако его наблюдения дают ту картину мира, о которой с незапамятных времен говорят мудрецы. Изучение элементарных частиц происходит на самой границе нашего обусловленного временем и пространством мира — мы находимся «в точке рождения материи». Здесь размыты границы времени и пространства. «Раньше» и «потом» становятся более четкими по мере приближения к грубым и объемным структурам материи.

Если же продвигаться в обратном направлении, грань между временем и пространством, между «раньше» и «теперь»

постепенно стирается. Мы попадаем в царство единого и неделимого, где нет ни времени, ни пространства. Тут господствуют вечные «Здесь» и «Сейчас». Это та точка, которая содержит все, но, тем не менее, называется «Ничто». Время и пространство — оси координат, которые годятся только для мира иллюзий.

Поиск причин — это способ мышления, характерный для левого полушария. Правое полушарие думает на уровне аналогий. Аналогии — второй, противоположный поиску причин способ рассмотрения мира. Только единство причинности и аналогий способно создать систему координат, в которой мы сможем осмысленно интерпретировать мир.

Причинность позволяет видеть горизонтальные взаимоотношения, аналогия пронизывает все уровни своего проявления принципом вертикальности. Аналогия не требует взаимосвязанности, она ориентирована на идентичность содержания, выраженного в различных формах, и существует за счет синхронности, выраженной соотношением «всегда — если — тогда». Причинность ведет к увеличению дифференциации, аналогия же сводит все многообразие явлений к некоторым цельным образцам.

Неспособность науки думать на уровне аналогий вынуждает ее снова и снова выявлять на разных уровнях одни и те же закономерности. Наука не умеет и поэтому боится довести обнаруженную закономерность до такого уровня абстракции, чтобы она представляла собой некий принцип, аналогичный для всех уровней. Например, наука каждый раз заново исследует принцип полярности, если он касается различных форм проявления: электричества, атома, кислотно-щелочного баланса, полушарий мозга и тысячи других случаев. Аналогия же сдвигает угол восприятия на 90° и приводит самые разнообразные формы к единому содержанию, обнаруживая во всех этих формах проявление одного и того же принципа. Таким образом, левое полушарие, положитель-

ный электрический полюс, Солнце, огонь и китайский ян проявляют нечто общее, хотя между ними не существует причинно-следственных взаимоотношений. Аналогия выводит для всех перечисленных форм общих изначальный образец мужского, активного начала.

Используя аналогии, можно обнаружить их на всех уровнях. Поэтому необходимо научиться использовать метод аналогий, которые приоткрывают совсем другую сторону мира, дают возможность увидеть взаимосвязи и образцы, недоступные пониманию на причинном уровне. Левое полушарие, оперирующее причинно-следственным методом, способно разложить на составляющие и проанализировать многое, но не способно воспринимать мир как единое целое. Правому полушарию не удается выявить отдельные процессы, существующие в этом мире, но зато оно может воспринять мир в его единстве и, следовательно, познать его смысл. Смысл лежит вне цели и логики или, как сказал Лао-цзы:

Смысл, который можно сформулировать словами,
Это не вечный смысл.

Имя, которое можно назвать,
Это не вечное имя.

«Небытием» назову я начало Неба
И Земли.

«Бытием» назову я мать отдельной сущности.

Поэтому направление на небытие
Ведет к чудесной сущности,
Направление на бытие
ведет к пространственной ограниченности.

И то, и другое едины в своем основном принципе,
Они различаются только по имени.

В своем единстве они называются тайной.

А тайна тайны

Есть врата, через которые входит все чудесное.

7. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Вся жизнь — не что иное, чем совокупность облаченных в форму вопросов, которые несут в себе зерно ответа, — и ответов, беременных вопросами. А тот, кто видит в ней что-нибудь другое, тот просто дурак.

Густав Майринк, «Голем»

Мы приближаемся ко второй части нашей книги, где обещали рассказать вам о значении основных симптомов. Но сначала давайте поговорим о некоторых методах исследования.

Заметьте, мы не собираемся превращать книгу в этакий справочник толкований симптомов, с помощью которого читатель сможет ознакомиться на нужной странице с интерпретацией своего недуга, а затем согласно кивнуть головой или равнодушно пожать плечами. Такой способ работы с книгой будет ошибочным и не сможет оказать вам реальной помощи. Нам хотелось бы научить вас смотреть на проявления собственных и чужих заболеваний по-новому и изменить к ним свое отношение.

Во второй части книги приводится достаточно большое количество конкретных примеров, которые, надеемся, подскажут вам, как правильно обращаться с аналогиями и символами (которых, увы, большинство просто не замечает), помогут разрушить устоявшиеся стереотипы восприятия фактов, научат вдумываться в суть явлений и видеть их по-другому. Уметь давать явлениям

адекватное толкование очень важно, потому что каждая ошибка наносит изрядный вред.

Для чего, по-вашему, предназначен сонник? Нам думается, для того, чтобы прочитавший его человек научился **ТОЛКОВАТЬ** свои сны, а не хвататься за него спросонок как за справочник.

На страницах этой книги мы постарались показать максимальное разнообразие физических и органических проявлений болезни, чтобы вы тоже научились распознавать их. Но все-таки на полноту справочника эта книга не может, да и не должна претендовать. Нам хотелось дать вам в руки удобный инструмент, получив навыки работы с которым, вы **САМОСТОЯТЕЛЬНО** сможете выяснять причины появления тех или иных симптомов болезни.

Поэтому, оставив на время мировоззренческие и философские основы, давайте поговорим о наиболее важных аспектах и правилах, которые помогут вам правильно работать в этом направлении.

КАУЗАЛЬНОСТЬ В МЕДИЦИНЕ

Проблема каузальности имеет большое значение: медицина и знахарство, психология и социология отчаянно соревнуются в попытках выяснить истинные причины тех или иных проявлений болезни и вылечить пациента путем их устранения. Одни причины они связывают с возбудителями болезни, другие — с событиями раннего детства, методами воспитания или условиями труда. Источниками болезни считается что угодно — от содержания свинца в воздухе до социальных проблем.

Нам кажется, что такой подход заводит в тупик и медицину, и психологию. Конечно, ответов на вопрос «почему?» можно найти сколько угодно, но, поставив его во главу угла и сделав самоцелью, мы должны признать: найденные причины ничем не

лучше и не хуже других, ибо любая из них — звено в бесконечной цепочке. Например, возникновение инфекции можно связать с ее **возбудителем**, но тогда встает вопрос о том, **что** его активизировало (и, кстати, почему именно **это?**). Может быть, все дело в **слабости защитной системы организма**? Но **чем** тогда **обусловлена** эта слабость?.. Игру можно продолжать сколько угодно, потому что любая «главная причина» всегда только заостряет вопрос о том, что ее пробудило к жизни, то есть о «причине причины»...

На практике врач или знахарь останавливается в любой произвольно взятой точке и делает вид, что «мир берет начало здесь»; возвращается назад к ничего не значащим собирательным фразам о «пониженной сопротивляемости», «плохой наследственности», «слабости внутренних органов» и т. д.

Но по какому праву мы произвольно обрываем цепь и назначаем крайнее звено обрыва «главным»? Ведь яснее ясного, что таким образом выяснить что-либо невозможно...

Приблизиться к пониманию проблемы можно с помощью концепции, о которой мы уже говорили. Основной постулат ее сводится к тому, что болезнь обусловлена не только прошлым, но и будущим. При таком подходе отчетливо проявляется и второй аспект болезни — ее цель и смысл.

Почему на бумаге возникает написанная фраза? Потому что на столе лежали бумага и авторучка? Потому что на свете есть алфавит? Или все-таки потому, что автор написанной фразы имел вполне конкретную цель: передать информацию? Думается, ответ очевиден...

Нетрудно понять: из-за того, что мы ограничиваемся одними материальными процессами и событиями прошлого, теряется нечто значимое. Любое явление имеет форму и содержание, состоит из частей и заключено в некий образ. Любое явление оп-

ределено как прошлым, так и будущим. Болезнь не является исключением. За каждым симптомом скрывается намерение, содержание, которое использует любую возможность, чтобы осуществиться на уровне формы. Поэтому болезнь может использовать любые причины. Именно в этом пункте рабочая методика медицины терпит фиаско. Она считает, что, устранив причину, устранил и саму болезнь, не учитывая того, что болезнь хитра, изворотлива и способна найти новые причины, чтобы проявляться дальше.

Судите сами: если у кого-то есть острая нужда построить дом, вряд ли его остановит тот факт, что кто-то украл привезенные на стройку кирпичи, — он сделает дом из бревен. Человек откажется от намерения создать жилище только тогда, когда поймет, что все добываемые им материалы методично разворачиваются. Но на уровне болезни «этот номер не пройдет»: ведь для того, чтобы болезнь больше не нашла себе «строительного материала», придется просто лишиться пациента тела.

В своей книге мы занимаемся финальными (то есть целевыми) причинами болезни и пытаемся дополнить традиционный подход за счет недостающего второго полюса.

Необходимо подчеркнуть, что мы не отрицаем сущности изученных и описанных медициной материальных процессов, но не согласны с мнением, что они являются единственной причиной болезни.

Как уже говорилось, болезнь имеет цель, которую мы до сих пор описывали в ее абсолютной и общей форме как возвращение человеку цельности. Если мы разложим болезнь на множество симптоматических форм выражения, которые представляют собой последовательность шагов на пути к цели, **каждый из симптомов можно будет исследовать на предмет его цели и содержащейся в нем информации**, чтобы понять, какой из шагов в данный момент реализуется. Такой вопрос нужно задавать

себе при изучении любого симптома. Содержательное значение, так же как и функциональную обусловленность, можно обнаружить всегда.

Итак, **первое отличие** нашего подхода от классического подхода к изучению психосоматики **состоит в отказе от выбора симптомов**. Мы считаем, что значение имеет каждый, без исключений.

Второе отличие — отказ от принятой в классической психосоматике модели, ориентированной на поиск причины заболевания в прошлом. Для нас второстепенны причины болезни, связанные с прошлым, будь то бактерии или злая мама. Их, как вы понимаете, может быть сколь угодно много, и все они одинаково важны или одинаково неважны. Наш подход можно описать с помощью «финальной причинности» или, еще лучше, с вневременной концепцией аналогий.

Человек обладает независимым от времени бытием, которое в течение времени он должен осуществить и сделать осознанным. Такой внутренний образец мы называем «Я есть». Жизненный путь человека — путь к самому себе, к этому «Я есть», что и является символом цельности. Человеку нужно время, чтобы найти **самого себя**, — ту цельность, которая присутствует с самого начала... Такой путь мы называем «эволюцией». Эволюция есть сознательная реализация **всегда (то есть вне времени) существующего образца**.

На пути к самопознанию встречаются ошибки и трудности, когда человек не может — или не хочет — видеть определенные части своего образца (тьень). В симптомах болезни тень демонстрирует свое присутствие и материализуется. Пространство и время только мешают понять ее смысл: человек, вместо того чтобы осмысливать значение симптомов, начинает искать причины в прошлом и перекладывать на них вину.

Если мы изучим симптом с точки зрения его значения, то сможем увидеть часть своего собственного образца. Если же будем ориентироваться только на прошлое, то и там, безусловно, найдем самые разнообразные формы выражения этого образца: вчера и сегодня — это параллельные, адекватные формы выражения одного и того же круга проблем.

Для осуществления своих проблем ребенок постоянно использует родителей, братьев, сестер, учителей. Взрослые — своего партнера, детей, сослуживцев. Внешние условия не приводят к болезни, но человек использует любую возможность, чтобы поставить их на службу своей болезни. Человек сам превращает явления в причины болезни.

Больной — это преступник и жертва в одном лице. Он страдает от того, что не может осознать себя. Это простая констатация факта, в нем нет никакой оценки ни в чей адрес, потому что тень есть у каждого из нас (кроме «посвященных»). Хотелось бы предостеречь вас от попытки воспринимать события, отводя себе роль жертвы. Взяв на себя эту роль, вы лишаете себя возможности измениться.

Болезнь вызывают не бактерии и не излучение Земли. Сам человек использует и то, и другое в качестве инструмента для реализации своей болезни. (Так же, как живописное полотно создают не краски, а человек, использующий их как вспомогательные средства.)

Теперь нужно сформулировать первое из важных правил, которые нам понадобятся во второй части книги. Итак,

Правило № 1: при толковании симптомов следует отказаться от причинно-следственных взаимосвязей на физическом уровне. Их всегда можно найти, это правда. Но они только затрудняют толкование. Мы имеем дело с самим симптомом в его качественном и субъективном виде, и нам не важно, какие физио-

логические, морфологические, химические, неврологические и прочие цепочки были использованы для его проявления. Для анализа содержания важно, что **нечто существует**, важно, **в каком виде**, но совершенно не важно, что послужило возможной причиной.

ТЕМПОРАЛЬНОЕ (ВРЕМЕННОЕ) КАЧЕСТВО СИМПТОМАТИКИ

Насколько неинтересно для нас прошлое в целом, настолько **важно все, что связано со временем возникновения того или иного симптома**. Точный момент, когда проявляется симптом, может дать важную информацию о круге проблем, которые данный симптом выражает. Все события, происходящие одновременно с проявлением симптома, образуют «рамку симптоматики» и тоже должны быть рассмотрены.

При этом следует принимать во внимание не только внешние события, но и внутренние процессы. Какие мысли, темы и фантазии волновали меня в тот момент, когда появился этот симптом? В каком я был настроении? Не было ли каких-нибудь новостей или изменений? Чаще всего важными оказываются те события, которые в реальной жизни считаются незначительными. Поскольку в симптоме проявляется находящееся в тени, то связанные с ним события также считаются неважными, их попросту не замечают или воспринимают не очень осознанно.

Но эти мелкие, безобидные происшествия в повседневной жизни обычно и являются выразителями загнанных в угол проблем. Острые симптомы (простуда, тошнота, понос, изжога, головные боли, травмы) проявляются практически сразу. Поэтому имеет смысл задать себе вопрос, что в этот момент вы делали, думали, о чем фантазировали? Наиболее внимательно следует отне-

стись к самой первой, спонтанной идее. Не нужно отвергать ее как несерьезную.

Для этого нужны некоторая тренировка и изрядная доля честности по отношению к самому себе или — лучше сказать — **недоверие** по отношению к себе. Тот, кто считает, что знает себя очень хорошо и поэтому сразу может решить, что подходит, а что нет, никогда не добьется особого успеха в познании самого себя. На правильном пути находится скорее тот, кто полагает, что может лучше оценить случайно встреченную на дороге собаку, чем самого себя.

Правило № 2: проанализируйте время наступления симптома. Обратите внимание на ситуацию, мысли, фантазии, мечты, события, полученные известия, образующие **временные рамки симптома**.

АНАЛОГИЯ И СИМВОЛИКА СИМПТОМА

Теперь мы подошли к основной технике толкования, которую очень сложно описать словами и тем более изучить. Прежде всего, необходимо развить в себе внимательное отношение к языку и научиться осознанно слушать. Язык — это великолепное средство для исследования глубинных взаимосвязей. Язык обладает собственной мудростью, которая доступна только тем, кто умеет прислушиваться. Для нашего времени характерно небрежное отношение к языку, из-за которого теряется доступность истинного значения тех или иных понятий. Поскольку язык тоже является частью полярности мира, почти все понятия двузначны и двусмысленны. Нужно вернуть себе способность воспринимать слово на всех уровнях одновременно.

Практически каждое предложение во второй части нашей книги относится, по крайней мере, к двум уровням — если некоторые из высказываний покажутся вам банальными, значит,

вы не заметили второго уровня, двузначность прошла мимо вас. Мы попытаемся кавычками, тире и курсивом обратить ваше внимание на особенно важные места. Но это только попытка открыть другое измерение в языке. Лингвистический слух развить так же трудно, как и слух музыкальный.

Наш язык психосоматичен изначально. Почти все формулировки, которыми выражается психическое состояние, связаны с телесным опытом. Это тема, на которую следовало бы говорить очень долго, но мы попробуем сформулировать просто: для приобретения опыта и развития сознания человеку нужна физическая основа. Это приводит к некоторой связанности, по отношению к которой мы испытываем страх. Но без нее мы никогда не доберемся до уровня взаимосвязей.

Давайте вернемся к вопросу о значении языка. Если вы научитесь воспринимать психосоматическую двузначность языка, то с удивлением обнаружите, что больной рассказывает все о своей психической проблеме, говоря о симптомах соматических. Один видит настолько плохо, что не может ничего разглядеть; другой простыл и уже дышать не может; третий не в состоянии прогнуться, потому что у него болит спина. Кто-то не может ничего проглотить; кто-то не способен ничего сохранить в собственной памяти; еще один ничего не слышит; некто испытывает такой сильный зуд, что готов выпрыгнуть из кожи. Здесь все так просто, что и толковать практически нечего. Вам достаточно только кивать головой, понимая, что «болезнь делает человека честным». (Называя болезни латинскими наименованиями, официальная медицина пытается завуалировать истинное значение болезни!)

Во всех этих случаях тело переживает то, что мы боимся признать в собственной душе. Человек не осмеливается признать самому себе, что мечтает «выпрыгнуть из кожи», то есть переступить привычные границы, — таким образом, неосознанное же-

ление проявляется у него на уровне организма, используя в качестве симптома экзему. Имея в качестве официальной причины экзему, человек, наконец, решается громко высказать свое желание: «Иногда мне хочется выпрыгнуть из собственной кожи!» Ведь у него имеется физическое алиби, а к этому сегодня все относится достаточно серьезно. Сотрудница фирмы не решается признаться ни самой себе, ни своему начальнику, что она уже просто дышать не может от всего, что там творится, и ей хотелось бы на пару дней взять отгул. Но на физическом уровне это принимается во внимание, воплощается в насморк и приводит к желательному исходу.

Наряду со способностью воспринимать второй смысл важно научиться мыслить аналогиями. Даже двусмысленность языка основана на аналогиях. Говоря о бессердечном человеке, никому не придет в голову представить некоего гражданина, у которого отсутствует этот орган. И желание выпрыгнуть из собственной кожи ни один человек не воспринимает буквально. В подобных случаях мы используем понятия на уровне аналогий, при которых нечто конкретное замещает абстрактный принцип. Под словом «бессердечный» подразумевается отсутствие способности к состраданию, которая на основе символики изначальных образов находится в отношениях аналогии с сердцем. Тот же принцип используется, когда говорят о солнце или золоте.

Мышление аналогиями развивает способность **абстрагироваться**, потому что приходится **узнавать в конкретном явлении выраженный в нем принцип** и переносить его на другой уровень. Так, например, человеческая кожа берет на себя функцию отграничения от внешнего мира. Если кто-нибудь хочет «выскочить из собственной кожи», это означает, что он хочет разрушить и преодолеть некие границы. Возникает аналогия между кожей и, скажем, моральными нормами, выполняющими на психиче-

ском уровне ту же функцию, что на соматическом — кожа. Появится аналогия принципа. Мы еще будем говорить о том, что накопленные в теле токсины (яды) соответствуют загнанным в глубину сознания конфликтам. Эта аналогия не подразумевает, что токсины вызывают конфликты или, наоборот, конфликты приводят к накоплению токсинов. Но и то, и другое — суть аналогия на разных уровнях.

Любое содержание нашего сознания имеет соматическое соответствие и наоборот. В этом смысле симптомом является все. Любовь к прогулкам и тонкие губы — такие же симптомы, как и воспаленные миндалины. Обычный симптом превращается в симптом болезни при сопротивлении ему. Сопротивление и дает понять, что человек столкнулся с неким участком **тени** — потому что те симптомы, которые соответствуют «проявленным» участкам души, мы холим и лелеем, принимая их за проявление нашей личности.

Старый спор о границе между болезнью и здоровьем, между нормальным и ненормальным может быть закончен только на уровне субъективной оценки — или совсем не может быть закончен. Если мы, рассматривая соматические симптомы, будем толковать их на психическом уровне, взгляд наш сфокусируется на том, чему до сих пор уделялось слишком мало внимания: **на соматическом уровне проявляется то, что происходит на уровне психическом, — «как внизу, так и наверху»**. Речь не идет о том, что необходимо немедленно что-то менять или устранять. Наоборот, словом «нет» вы снова отправите какое-то явление в тень.

Осознать что-либо можно, только обратив на это внимание. Осознание само по себе вызывает какое-то изменение. А вот любое намерение что-нибудь изменить приводит к обратному эффекту. Например, намерение быстро заснуть — гарантированное

средство познакомиться с бессонницей. Но вас всенепременно потянет в сон там, где нужно проявить повышенное внимание.

Отсутствие намерения — это точная середина между желанием предотвратить и создать. Это покой золотой середины, которая дает возможность происходить новому. Тот, кто все время борется, никогда не достигнет цели. Если, интерпретируя картину болезни, вы воспринимаете ее толкование как негативное и, более того, опасное, значит, вы являетесь пленником своих ощущений. Слова, события и явления не могут быть хорошими или плохими, их оценка возникает только в нашем сознании.

В симптомах болезни проявляется все то, что индивидуальным и коллективным сознанием воспринимается как резко негативное, а потому сознательно отвергается или не рассматривается вообще. Чаще всего мы сталкиваемся с негативной оценкой обществом агрессивности и сексуальности, поэтому реализация этих областей связана с поиском обходных путей. Указание на то, что за неким симптомом стоит чистая агрессия, ни в коем случае не должно восприниматься как оправдание, это лишь попытка помочь ее обнаружить. В ответ на испуганный вопрос о том, что произойдет, если мы признаем наличие агрессии, можно сказать, что она не станет от этого больше и ужаснее, и уж точно не исчезнет от наших попыток ее не замечать. Пока агрессия (как и любой другой импульс) находится в тени, она неподвластна нашему сознанию и поэтому еще более опасна.

Правило № 3: абстрагируйтесь от симптоматических проявлений, выявите скрывающийся за ними **принцип** и перенесите его на психический уровень. Ключом для этого могут служить словесные формулировки, потому что, как мы уже говорили, наш язык психосоматичен.

ВЫНУЖДЕННЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ

Почти все симптомы вынуждают нас менять свое поведение. Изменения могут быть двух видов: с одной стороны, симптомы не позволяют нам делать вещи, которые мы бы с удовольствием делали; с другой стороны, заставляют делать то, чего мы не хотим. Например, грипп лишает нас возможности пойти в гости и заставляет лежать в постели. Сломанная нога не дает возможности заниматься спортом и принуждает к покою. Если мы не будем забывать, что у болезни есть своя цель, то именно изменение поведения может дать ключ к выяснению ее истинных намерений. Вынужденное изменение поведения — это вынужденная коррекция, к ней нужно относиться очень серьезно. Больному свойственно изо всех сил сопротивляться подобной коррекции, он старается как можно быстрее вернуться к обычному ритму жизни.

Необходимо изменить собственное отношение к симптомам и дать помехам возможность помешать вам как следует. Они всегда направлены на устранение односторонности: слишком активный человек вынужден отдохнуть, слишком подвижный — побыть в состоянии покоя, любитель пообщаться — побыть наедине с самим собой. Симптом активизирует незадействованный полюс. На это следует обращать самое серьезное внимание, добровольно отказываться от привычного образа жизни и спокойно соглашаться на коррекцию своего поведения. Болезнь — всегда кризис, а любой кризис хочет развиваться. Попытка вернуться к состоянию, которое было до болезни, абсолютно неверна. Болезнь хочет вести вас дальше — к новым, неизвестным, необжитым берегам. Если вы следуете этому призыву, то кризис приобретет смысл.

Правило № 4: ответы на вопросы «Чему препятствует симптом?» и «Что он вынуждает делать?» дают ключ к осознанию смысла болезни.

ОБЩНОСТЬ СИМПТОМОВ, ОТНОСЯЩИХСЯ К ПРОТИВОПОЛОЖНЫМ ПОЛЮСАМ

Обсуждая тему соотношения противоположностей, мы выяснили, что за любой их парой стоит единство. С этим связана и симптоматика, внешне принадлежащая к противоположным полюсам. Нет никакого противоречия в том, что и понос, и запор связаны с темой «высвобождения». И повышенное, и пониженное давление выражают стремление человека избегать конфликтов. Радость может найти свое выражение как в смехе, так и в слезах. От страха человек может оцепенеть, а может помчаться со всех ног прочь. Любая проблема может проявиться в противоположных симптомах.

Следует сказать и о том, что интенсивная форма проявления в поведении человека определенных наклонностей отнюдь не является свидетельством того, что человек не имеет в этой области проблем. Высокий уровень агрессии не говорит о том, что у человека нет никаких страхов, а демонстративная сексуальность не доказывает отсутствия сексуальных проблем. В этом случае очень полезен полярный взгляд. Любое свойство, доведенное до экстремального уровня, как правило, свидетельствует о наличии в соответствующей области определенных проблем. Хвастунам явно не хватает уверенности в себе. Отчаянные задиры испытывают сильный страх. Отсутствие проблем — это пребывание на одинаковом расстоянии между двумя крайностями. Если теме уделяется повышенное внимание, значит, имеются нерешенные проблемы.

Определенная тема или проблема может найти выражение через различные органы и их системы. Не существует твердого и четкого соответствия, которое вынуждало бы проблемы проявляться через определенные симптомы. Подвижность в выборе форм может привести как к успеху, так и к неудаче в борьбе с симптомами. Мы уже неоднократно говорили, что симптом можно

победить на функциональном уровне или даже предотвратить его появление профилактическими мероприятиями, но тогда нерешенная проблема выберет другую форму своего проявления. Этот процесс известен как «сдвиг симптомов». Например, если проблема человека состоит в том, что он находится под чьим-то сильным давлением, то она может проявляться в гипертонии, высоком мышечном тоне, повышенном глазном давлении (глаукома), абсцессе (воспалительный процесс), попытках подавления других людей. У каждого из этих вариантов своя специфическая окраска, но все они рассказывают об одном и том же. Если вы рассмотрите историю болезни человека под этим углом зрения, то быстро обнаружите основную нить, на которую сам больной давно должен был обратить внимание.

СТУПЕНИ ЭСКАЛАЦИИ

Симптом возвращает человеку цельность, осуществляя то, чего ему не хватает, но решить проблему окончательно он не способен. В своем сознании человек останется нецельным (больным) до тех пор, пока не признает тень. Телесный симптом — путь, но еще не выход из тупика. Только в своем сознании человек может учиться, созреть, набираться опыта. Даже если в теле существуют необходимые для этого предпосылки, все равно следует признать, что процесс восприятия и обработки происходит только в сознании.

Например, боль мы ощущаем не столько телом, сколько сознанием. Тело лишь играет роль медиума, передающего информацию сознанию. (Доказательством того, что боль воспринимается сознанием, являются так называемые фантомные боли*.)

* Фантомные боли — боли в ампутированной конечности.

Несмотря на то, что сознание и тело взаимодействуют, принципиально важно уметь мысленно разделять эти инстанции, если мы хотим научиться понимать свою болезнь. Говоря образно, тело — это то место, где приходящие сверху процессы достигают самой глубокой точки и поэтому начинают двигаться в обратном направлении, то есть снова вверх. Падающему вниз мячу необходимо сопротивление пола, чтобы получить возможность снова подскочить вверх. Используя аналогию «вверх—вниз», можно сказать, что речь идет о процессах сознания, «падающих» в телесное для того, чтобы сменить полюс и подняться назад, в сферу сознания.

Чтобы быть понятым и освоенным, любому явлению необходимо уплотниться до телесного, материального уровня. Приобретая опыт, мы снова расстаемся с физическим уровнем, поднимаясь на уровень сознания. Симптом не способен решить проблему на телесном уровне, но может создать предпосылки для очередного шага в процессе познания себя.

Насколько этот опыт укоренится в нашем сознании, заранее сказать нельзя. Здесь действуют те же законы, что и в процессе обучения. Безусловно, решая математический пример, ребенок чему-то учится. Но пока он не осознает скрывающийся за примером алгоритм решения, каждый новый пример будет восприниматься им как источник очередных страданий от непонимания того, что нужно делать.

Так и симптом предъявляет требование и дает возможность осознать скрывающуюся за ним проблему. Если вы этого не делаете, потому что рассматриваете симптом как случайную помеху, обусловленную внешними причинами, необходимость осознания происходящего не только не исчезает, но становится еще более острой.

Переход от мягкого требования к жесткому давлению мы называем «ступенями эскалации». Каждая следующая ступень отличается повышенным по сравнению с предыдущим уровнем интенсивности проявления симптома, посредством которого судьба обращается к человеку с требованием поставить под сомнение привычный способ мышления и осознанно принять то, на что раньше он не обращал никакого внимания. Чем сильнее будет ваше сопротивление, тем сильнее окажется давление симптома.

Мы составили иерархический ряд ступеней эскалации. Такое деление не является догмой, это скорее попытка наглядно представить саму идею эскалации.

1. Психическое выражение (мысли, желания, фантазии).
2. Функциональные нарушения.
3. Острые физические нарушения (воспаления, повреждения, мелкие несчастные случаи).
4. Хронические нарушения.
5. Неизлечимые процессы, изменения на уровне целых органов, рак.
6. Смерть (из-за болезни или несчастного случая).
7. Врожденные нарушения (карма).

Прежде чем некая проблема находит свое выражение в теле в виде симптома, она проявляется в психике как тема, идея, желание или фантазия. Чем более открытым и доступным для импульсов на уровне бессознательного является человек, чем выше его готовность признать право этих импульсов на собственное пространство, тем более живым и не ортодоксальным будет его жизненный путь. Если же человек находится в плену собственных установок и норм общественной морали, ему не удастся справиться с импульсами бессознательного, потому что они ставят под со-

мнение все существующее и расставляют новые приоритеты. Такой человек блокирует в себе источник возникновения импульсов и живет в уверенности, что «эти проблемы» ему незнакомы.

Попытка стать нечувствительным на психическом уровне вызывает появление первого эскалационного шага: человек приобретает симптом — маленький, безвредный, но постоянный. В такой форме находит себе лазейку импульс, который человек пытался задержать.

Любой импульс, которому отказано в признании, возвращается к нам, якобы, извне.

После появления функциональных нарушений, с которыми сначала пытаются бороться, а потом привыкают, наступает очередь острых симптомов. В зависимости от характера проблемы они могут проявиться в любом месте вашего организма. Любой воспалительный процесс — это проявленное требование что-то понять; он стремится сделать видимым неосознаваемый вами конфликт.

Если это ему не удастся, острые воспалительные процессы превращаются в хронические заболевания. Не хочет человек осознавать необходимость изменений — у него появляется симптом, который будет твердить об этом постоянно.

Хронические процессы, в свою очередь, имеют обыкновение приводить к физическим изменениям, которые мы привыкли называть неизлечимыми болезнями.

Раньше или позже такой алгоритм развития симптома приводит к смерти. Конечно, вы можете возразить, что любая жизнь заканчивается смертью, и, следовательно, смерть нельзя рассматривать как эскалационный шаг. Но не забывайте, что смерть всегда информативна. Она самым радикальным способом дает человеку возможность осознать простую истину: всякое материальное бытие имеет начало и конец, поэтому не стоит цеп-

ляться за него изо всех сил. Требование смерти всегда звучит следующим образом: отпусти! Освободись от иллюзии времени и от иллюзии собственного «Я»! Смерть — тоже симптом, потому что выражает полярность. И, как любой симптом, она излечима, для этого нужно просто стать цельным и единым.

За счет последнего эскалационного шага (врожденные недостатки) конец нашей прямой возвращается к ее началу. Потому что все, что человек не понял вплоть до самой смерти, возвращается в следующей инкарнации. Мы затронули тему, которая непривычна для европейской культуры.

Нам хотелось бы высказать свое мнение по этому вопросу, иначе логика изложения сущности болезни и исцеления будет нарушена.

Содержательная концепция детских и врожденных симптомов многим кажется не имеющей никакой практической пользы. Осознать, что это не так, вам поможет учение о реинкарнации. Но, встав на эту точку зрения, вы подвергаетесь опасности считать причинами всех своих неудач события, происходившие в предыдущих жизнях. Это может привести к многочисленным ошибкам. Мы видели, что наше сознание использует линейность и время, чтобы рассматривать события на уровне полярности. В этом смысле идея о «предыдущих жизнях» — необходимый способ для изучения пройденного человеком пути познания.

Представьте себе такой пример. В одно прекрасное утро человек просыпается. Для него наступил новый день, и он собирается провести его сообразно своим желаниям. Вдруг появляется судебный исполнитель и требует вернуть деньги, хотя сегодня наш герой еще не истратил ни копейки. Как он отреагирует, зависит от того, готов ли он нести ответственность за все предыдущие минуты, дни, месяцы и годы своего существования или же воспринимает только себя сегодняшнего. В первом случае он не уди-

вится ни тому, что «все тело ломит после вчерашнего», ни тому, что пришел судебный исполнитель. Он поймет, что ему не удастся провести день так, как хотелось, потому что предыдущие события (хоть и прерванные ночным сном) определяют то, что ему придется делать сегодня. Если же во сне он забудет все, что было раньше, приход судебного исполнителя будет им рассматриваться как высшая несправедливость.

Заменив в этом примере день на жизнь, вы поймете, что такое отрицание реинкарнации. Реинкарнация расширяет наше видение, позволяет заглянуть гораздо дальше и, следовательно, внимательнее рассмотреть существующую ситуацию. Если же использовать идею реинкарнации только для того, чтобы оправдывать свои поступки прошлым и не видеть истинных причин того, что с нами случается, ни к чему хорошему это не приведет. Поняв, что наша теперешняя жизнь есть крошечный отрезок на бесконечном пути, вы сможете постичь и то, что **разнообразие исходных позиций**, с которыми люди приходят в этот мир, **есть справедливость**. Если вы полагаете, что любая жизнь возникает только как результат случайного сцепления генов, **понять и принять это невозможно**.

В нашем контексте достаточно осознать, что человек приходит в этот мир с новым телом, но со старым сознанием. Это сознание включает в себя весь его предыдущий опыт. Человек приносит в мир свои специфические проблемы и стремится их разрешить. Возникли эти проблемы не в теперешней жизни, но зримыми стали только сейчас. Кстати, возможно, что они появились и не в предыдущей жизни, потому что проблемы возникают отнюдь не в области материального. Проблемы и конфликты, так же, как вина и грех, есть неизбежные формы выражения полярности и, следовательно, существуют всегда.

В эзотерической литературе нам встретилось такое определение: «Вина — это несовершенство неспелого плода». Ребенок погружается в проблемы и конфликты точно так же, как взрослый. Но у детей, как правило, лучше контакт с неосознанным, поэтому они обладают смелостью для спонтанного осуществления импульсов (если, конечно, «мудрые» взрослые дают им такую возможность). Становясь старше, они теряют связь с неосознанным и погружаются в нечестность. Поэтому с возрастом увеличивается подверженность симптомам болезни. Чем ниже уровень способности к разделению и, соответственно, меньше погружение в полярность, тем меньше и склонность к болезни, и наоборот.

Ступени эскалации болезни показывают, как постепенно требование измениться увеличивает свой нажим. Серьезные заболевания и несчастные случаи не возникают, как гром среди ясного неба, в их появлении виновны люди, которые слишком долго верили в ясное безоблачное небо, не обращая внимания на тучи. Но тот, кто не был очарован, тот не сможет и разочароваться!

СОБСТВЕННАЯ БЛИЗОРУКОСТЬ

Когда вы начнете читать про разнообразные проявления болезни, будет очень полезно мысленно поискать те или иные симптомы у своих знакомых, друзей и родственников: у вас появится возможность проверить наличие взаимосвязей, о которых мы говорили, на собственном опыте. Кроме того, подобное занятие помогает лучше узнать людей.

Но все это вы должны делать *мысленно*, ни в коем случае не приставая к людям с собственными диагнозами. В конце концов, вас абсолютно не касаются ни чужие симптомы, ни чужие проблемы. Любое замечание, которое вы делаете, когда об этом никто не просит, — никому не нужное вмешательство. **Человек в**

состоянии позаботиться о себе сам — больше он ничего не сможет сделать для совершенствования Универсума.

Если мы советуем вам изучить симптомы других людей, то лишь затем, чтобы у вас была возможность убедиться в правильности предложенной методики. Дело в том, что при исследовании собственных симптомов вы, вероятнее всего, придете к выводу, что «в вашем, совершенно особом случае» предложенная трактовка совершенно не подходит, и дело обстоит как-то иначе.

Самая большая проблема, с которой неоднократно сталкивались авторы данной книги, заключается в том, что «соринка бывает только в чужом глазу».

Теоретически собственная слепота объясняется легко. В симптоме заключен принцип, отсутствующий в вашем сознании, — наше толкование указывает на этот принцип и демонстрирует то, что находится в тени. Читатель сравнивает это с тем, что он **осознает** внутри себя, и убеждается, что «это не так». Значит, предложенное толкование ему абсолютно не подходит. При этом он как-то забывает, что речь как раз и идет о **неосознаваемой** проблеме! Принять это можно только после определенной, достаточно сложной и длительной работы над самим собой.

Если, например, симптом связан с агрессивностью, то появился он у человека именно потому, что тот все время неосознанно подавлял ее. Узнав, что у него есть симптом агрессивности, человек замашет руками, так как всегда обходил этот вопрос стороной — иначе агрессивность не оказалась бы в его тени.

Отсюда следует правило: по степени неприятия можно сделать вывод, насколько точна трактовка симптома. Если «диагноз» поставлен правильно, всегда возникают недовольство, страх и отрицание. Очень полезно было бы иметь честного партнера или друга, к которому можно обратиться с вопросом, зная, что у того

достаточно мужества, чтобы открыто поговорить о ваших слабостях.

Правило № 5: если трактовка правильна, то примите ее во внимание!

РЕЗЮМЕ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ

1. Человеческое сознание полярно. С одной стороны, это приводит к появлению способности познания, с другой стороны, делает нас **нецельными** и **несовершенными**.

2. Человек болен. Болезнь есть выражение его несовершенства, от нее не избавиться внутри полярности.

3. Болезнь выражается в симптомах. Симптомы — это спустившиеся на материальный уровень части тени сознания.

4. Человек, то есть микрокосмос, хранит в своем сознании в скрытом виде все принципы макрокосмоса. В силу привычки всегда делать выбор он идентифицирует только половину этих принципов. Вторая половина попадает в тень, то есть не осознается.

5. Неосознанный принцип через физические симптомы добивается права на существование, реализует то, чего человек не хочет воспринимать. Так компенсируется односторонность.

6. Симптом делает человека честным.

7. С помощью симптома человек получает все то, что отсутствует в его сознании.

8. Выздоровление возможно только благодаря тому, что человек осознает скрытую в симптоме часть тени и осознанно примет ее. Если человек находит то, чего ему не хватает, симптом оказывается ненужным.

9. Выздоровление направлено на восстановление цельности и единства. Человек становится цельным, если находит свое

собственное «Я» и становится единым целым с тем, чем он, не ведая того, был изначально.

10. Болезнь вынуждает человека не сворачивать с пути к единству, поэтому болезнь есть путь к совершенству.

ЧАСТЬ 2

КАРТИНЫ БОЛЕЗНИ И ИХ ЗНАЧЕНИЕ

Ты сказал:

«О, дервиш, что есть знак пути?»

«Послушай меня.

А пока будешь слушать, размышляй!

Вот знак для тебя:

Хотя ты и идешь вперед,

Ты видишь, как увеличивается твое страдание».

Фаридуддин Аттар

1.ИНФЕКЦИЯ

Инфекция представляет собой одну из наиболее распространенных причин болезнетворных процессов в человеческом организме. Большинство острых симптомов является воспалениями, начиная от простуды и заканчивая холерой и оспой. В латинских названиях суффикс -ит указывает на то, что речь идет о воспалительных процессах (колит, гепатит и т. д.). В области лечения инфекционных заболеваний официальная медицина достигла больших успехов благодаря открытию антибиотиков (например

пенициллина) и введению прививок. Если раньше большинство инфекционных заболеваний было связано с летальным исходом, то сейчас в развитых странах это, скорее, исключительные случаи. Данный факт отнюдь не означает, что мы стали менее восприимчивы к инфекциям. Просто для борьбы с ними у нас появилось **эффективное оружие**.

Если подобная терминология покажется вам чересчур воинственной, то имейте в виду, что при воспалительном процессе в организме на самом деле идет настоящая война. Власть захватили ставшие опасными интервенты — возбудители (бактерии, вирусы, токсины), которых атакуют защитные силы организма. Это противостояние проявляется через такие симптомы, как опухоль, покраснение, боль и температура. Когда организму удастся одержать победу, инфекции наступает конец. Если победа остается за возбудителями, пациент умирает. Аналогия между воспалением и войной очевидна. Она подразумевает, что и война, и воспаление обладают одинаковой внутренней структурой, в них осуществляется один и тот же принцип, правда, на разных уровнях.

Язык хорошо осведомлен об этой внутренней взаимосвязи. Однокоренными для слова «воспаление» являются «запал», «палить», «подпалить», то есть его можно связать с той «запальной искрой», которая приводит к взрыву пороховой бочки. Соответствующее английское слово буквально можно перевести как «возгорание» (inflammation). Таким образом, мы оказываемся среди сплошной военной лексики, которая часто используется для описания силовых конфликтов: «затихнувший конфликт разгорается снова», «огонь подносят к фитилю», «в дом бросают горящий факел», «в Европе разгорается пламя войны» и т. д. При таком количестве взрывчатых веществ рано или поздно происходит взрыв. В результате в этом взрыве исчезает все накопленное, все то, что мы можем увидеть не только в ходе военных действий, но

и в собственном организме, выдавливают ли нам небольшой прыщик или вскрывают обширный абсцесс.

Для построения дальнейших рассуждений необходимо принять во внимание и аналогию другого уровня — психики. «Взорваться» может и человек. Но при этом имеется в виду не абсцесс, а эмоциональная реакция, в которой прорывается внутренний конфликт. В дальнейшем мы будем синхронно рассматривать эти три уровня: «психика — тело — военные действия», чтобы научиться видеть четкую аналогию между конфликтом, воспалением и сражением. Эта аналогия дает ключ к пониманию болезни.

Полярность сознания постоянно приводит нас к необходимости постоянно принимать решения. Мы вынуждаем себя отказаться от одной из возможностей — и утрачиваем ее. А нехватка чего бы то ни было всегда ведет к нездоровью.

Слава тому, кто может признаться самому себе в том, что внутренняя напряженность, конфликтность действительно существуют в человеке, тому, кто знает о наивной склонности людей верить в то, что все невидимое и неосязаемое просто отсутствует. Так ведут себя маленькие дети, которые закрывают глаза в надежде стать невидимками.

Конфликты нисколько не интересуются тем, видят ли их на самом деле, — они всегда с нами. Если человек не готов сознательно воспринимать конфликты и относиться к ним так, чтобы постепенно найти способ их разрешить, они опускаются на телесный уровень и проявляются в виде воспаления. **Любая инфекция — это конфликт, получивший материальное воплощение.** Если вы не хотите разбираться со своими проблемами на уровне сознания (поскольку это неприятно и опасно), вам придется делать это на уровне телесном, «разбираясь» с воспалительным процессом.

Рассмотрим развитие этого процесса на телесном и психическом уровнях, применяя аналогию с военным конфликтом.

1. Раздражение: появляются возбудители. Речь может идти о бактериях, вирусах или ядах (токсинах). Этот процесс зависит не столько **от самих возбудителей** (как считают дилетанты), сколько **от готовности организма их впустить**. Врачи называют это положение плохой иммунной ситуацией.

Итак, инфекция связана не с наличием возбудителей (как полагают фанатичные сторонники антисептиков), а со способностью с ними сосуществовать. То же самое происходит и на уровне сознания, потому что и здесь главную роль играет не то, что человек живет в бесконфликтном мире, а то, что он способен сосуществовать со своими конфликтами. Понятно, что иммунная система зависит от психики напрямую. Сейчас этой связи начали уделять большое внимание и в кругах академической науки (исследование стрессов и т. д.).

Гораздо большее впечатление производит возможность понаблюдать за этой взаимосвязью в самом себе. Если человек не хочет открыть свое сознание для того конфликта, который способен его сильно задеть, ему приходится открывать свое тело для возбудителей. Эти возбудители размещаются в определенных слабых местах организма, которые называются «местами пониженной сопротивляемости» и рассматриваются официальной медициной как врожденные, наследственные недостатки, что, казалось бы, не дает возможности для дальнейшей интерпретации.

Но психосимптоматика всегда обращала внимание на то, что определенный круг психических проблем связан с определенными органами, хотя это противоречит официальной медицинской теории. Такое кажущееся противоречие можно разрешить, если посмотреть на проблему несколько по-другому.

Тело — это видимое выражение сознания, так же, как дом — видимое воплощение архитектурного замысла. Идея и ее воплощение соответствуют друг другу, как фотографии соответствует ее негатив. Любая часть тела и любой орган соответствуют определенному психическому содержанию, определенной эмоции и определенному кругу проблем. На подобных соответствиях основаны физиогномика, биоэнергетика и т. п.

Человек приходит в мир с сознанием, состояние которого определяется тем, чему он до сих пор научился.

Вместе с тем он приносит с собой определенный набор проблем, постепенное проявление которых и необходимость их решать определяют его судьбу.

Судьба — это сумма характера и времени. Характер не передается по наследству и не зависит от окружающей среды. Человек приходит в этот мир со своим характером, — это самовыражение вновь воплотившегося сознания.

Но, если тело является выражением сознания, то и в нем представлен тот же самый образец. Это значит, что определенный круг проблем имеет свое физическое (или органическое) соответствие в определенной предрасположенности. Эту связь использует иридодиагностика*, которая, тем не менее, до сих пор не обращает внимания на психологическое соответствие.

Место пониженной сопротивляемости — это тот орган, который берет на себя ответственность за процесс «обучения» на уровне тела, если человек не способен осознанно воспринимать соответствующую этому органу психическую проблему. Соответствие тех или иных органов тем или иным проблемам мы покажем на страницах нашей книги.

* Диагностика заболеваний по состоянию радужной оболочки глаза.

Если мы рассмотрим, как протекает воспалительный процесс, абстрагируясь от места его локализации, то увидим, что в первой фазе (возбуждение) бактерии или вирусы проникают в тело. На психическом уровне этот процесс соответствует проявлению проблемы. Импульс, с которым мы еще не «выяснили отношения», проникает в наше сознание, минуя защитную систему, и возбуждает нас. Он **воспалляет** (читай: воспламеняет) напряжение полярности, которое мы воспринимаем как конфликт.

Чем лучше работают механизмы психологической защиты (такие, например, как проекция или вытеснение), тем меньше у импульса шансов достучаться до нашего сознания, обогатить его и дать возможность развиваться.

Здесь проявляется принцип полярности «или—или»: отказавшись от защиты на уровне сознания, не вытесняя проблему и не перенося вину за ее появление на кого-либо другого, мы даем включиться другому механизму защиты — иммунной системе нашего организма.

Если же механизмы психологической защиты включены «на полную мощность» от проникновения новых импульсов, беззащитным к возбудителям оказывается иммунитет. От вторжения импульса нам в любом случае не уйти, но мы можем выбрать уровень, на котором он проявится.

В военном деле первая фаза соответствует проникновению врага на территорию страны (нарушение границы). Нападение привлекает внимание военных и политиков к завоевателям — все становятся очень активными, направляют всю свою энергию на новую проблему, мобилизуют войска, ищут союзников, короче говоря, стягивают силы к очагу напряженности. Если подобный процесс происходит в организме, то его называют *фазой экссудации*: возбудители закрепились на своих позициях и образовали очаг воспаления. Со всех сторон к этому месту стекается тканевая

жидкость, на соответствующем участке тела появляется припухлость, ощущается некоторое напряжение. На второй фазе психического конфликта тоже можно отметить рост напряженности. Все внимание направлено на новую проблему — мы не можем думать ни о чем другом. Проблема не отпускает нас ни днем, ни ночью. Мы даже не говорим ни о чем другом. Все наши мысли крутятся только вокруг нее. Таким образом, практически вся психическая энергия перетекает в этот конфликт, мы приближаемся к нему и раздуваем до тех пор, пока он не увеличивается до огромных размеров и не предстает перед нами в виде непреодолимой преграды. Конфликт мобилизовал все наши психические силы и оттянул их на себя.

2. *Защитная реакция.* На основе возбудителей организм вырабатывает специфические антитела, которые образуются в крови и костном мозге. Лимфоциты и гранулоциты образуют стенку вокруг возбудителей, а макрофаги начинают их пожирать. Итак, на телесном уровне война в полном разгаре: враги окружены, атака началась.

3. Если конфликт не удастся разрешить на локальном уровне (локальная война), то проводится *всеобщая мобилизация*: весь народ оказывается втянутым в войну и проявляет повышенную активность. В организме мы воспринимаем эту ситуацию, как лихорадочное состояние: защитные силы громят возбудителей, высвобождающиеся при этом яды вызывают лихорадку. На местное воспаление организм отвечает общим повышением температуры. При повышении ее всего на 1° уровень обмена веществ увеличивается вдвое (заметьте, насколько повышенная температура полезна для защитного процесса). Уровень лихорадки соответствует скорости протекания болезни. Понижать температуру искусственным путем нужно только в том случае, когда она становится опасной.

На психическом уровне в этой фазе конфликт поглощает всю нашу жизнь и всю нашу энергию. Схожесть физической лихорадки и психического возбуждения бросается в глаза. Мы говорим, что мозг «лихорадочно работает», а человек находится «в лихорадочном возбуждении». От возбуждения нам становится жарко, повышается сердцебиение, человек краснеет, потеет или дрожит. Все это не очень приятно, но зато полезно для здоровья. Полезна не лихорадка, а разрешение конфликта — и, тем не менее, мы почему-то пытаемся подавить в зародыше и повышенную температуру, и конфликты. Да еще гордимся своим умением их подавлять. (Какое может быть **удовольствие** от **подавления**?)

4. Лизис* (разрешение). Предположим, что защитные силы действовали успешно, они оттеснили чужеродные тела, частично поглотив их. Затем происходит распад и защитных тел, и возбудителей, в результате чего образуется желтый гной — потери с обеих сторон! Возбудители в измененной форме покидают организм. Но изменения произошли и в самом организме, теперь у него: а) есть информация о возбудителях, которую называют «специфическим иммунитетом»; б) натренированы и закалены защитные силы, что называется «неспецифическим иммунитетом». Несмотря на потери, одна из воюющих сторон одержала победу, выйдя из схватки более сильной, чем раньше, и досконально изучившей противника.

Смерть: может случиться так, что победителями окажутся возбудители. Это приведет к смерти пациента. Такое разрешение конфликта мы с вами считаем несчастьем, но только потому, что в данном вопросе не можем быть беспристрастными. Ситуация аналогична футбольному матчу: все зависит от того, за какую команду ты болеешь. Объективно победа есть победа, неважно, в

* *Лизис* (от греч. lisis — растворение) — медицинский термин, обозначающий постепенное — в противоположность кризису — снижение температуры и исчезновение симптоматики.

чей актив она записана. Война закончена в любом случае, вот только праздник происходит на другой улице.

5. *Хроническая инфекция:* если ни одной из сторон не удастся одержать победу, возникает компромисс между возбудителями и защитными силами. Возбудители остаются в организме, не празднуя победу (смерть), но и не чувствуя себя побежденными (выздоровление). Перед нами картина хронической инфекции. Симптоматически это выражается в постоянно повышенном уровне лимфоцитов, гранулоцитов, антител, в несколько повышенной реакции оседания эритроцитов (РОЭ) и в немного повышенной температуре. Такая ситуация приводит к образованию очага, постоянно оттягивающего на себя энергию, столь необходимую для организма. Пациент чувствует себя разбитым, усталым, апатичным. Он не болен, и не здоров — это не война и не мир — это компромисс. Он инертен, как и все компромиссы этого мира.

Иисус сказал: «Нужно быть или горячим, или холодным». А компромисс — это высшая цель трусов, «едва теплых людей». Такие люди всегда опасаются последствий своих действий и той ответственности, которую им приходится брать на себя. Но компромисс не может быть решением, поскольку не приводит к равновесию между полюсами и не способствует объединению. Компромисс означает длительное противостояние равных сил и, следовательно, застой.

С военной точки зрения, это очаговая война (ср. — первая мировая война), для которой требуется много энергии и материалов и которая ослабляет все остальные области жизни, включая экономику и культуру. На психическом уровне хронической инфекции соответствует затяжной конфликт. Люди застревают в своем конфликте, у них не хватает ни мужества, ни сил принять какое-нибудь решение, ведь в любом случае чем-то придется жертвовать. Необходимость жертв внушает страх. Так, многие лю-

ди пребывают в эпицентре своего конфликта, потому что не способны помочь одному или другому полюсу добиться победы. Они все время пытаются выяснить, какое решение будет правильным, а какое нет, и никак не могут понять, что в абстрактном смысле не существует правильного и неправильного, потому что нам нужны оба полюса. Без них мы не можем выздороветь, но осуществить их одновременно в условиях полярности нельзя. Итак, как это ни парадоксально, после долгих разговоров о том, что любой выбор — ошибка, мы приходим к тому, что отказ от выбора — ошибка еще большая!

Любое принятое решение несет свободу. Затяжные конфликты оттягивают на себя энергию и приводят к апатии, пассивности, безропотности. Если вам удастся пробиться к одному из полюсов конфликта, вы сразу ощутите прилив высвободившейся энергии. Так же, как инфекция укрепляет организм, психика выходит из конфликта более сильной и крепкой, потому что разрешение конфликта преподнесло ей хороший урок, приблизило к противоположным полюсам одного и того же явления, расширило ее границы и сделало более сознательной. Из пережитого конфликта вы выходите с выигрышем: теперь у вас есть информация, аналогичная специфическому иммунитету, которая поможет в будущем решать похожие проблемы, исходя из приобретенного опыта.

Каждый пережитый конфликт учит нас лучше и смелее встречать новые. Это соответствует неспецифическому иммунитету в организме. На телесном уровне любое решение требует жертв. Точно так же психика вынуждена приносить немалые жертвы: нам приходится расставаться с собственными взглядами и мнениями, отказываться от любимых привычек. Но ведь появление нового всегда предполагает отказ от старого! После больших очагов воспаления на теле часто остаются шрамы. Аналогично

возникают психологические шрамы, которые спустя некоторое время мы называем воспоминаниями.

В прежние времена всем родителям было известно, что ребенок, перенесший детскую болезнь (а все детские болезни являются инфекционными), делает большой скачок в умственном и физическом развитии. После болезни ребенок уже не такой, как раньше. Болезнь изменила его, сделав более зрелым.

На самом деле такой эффект дают не только детские болезни. Пережив инфекционное заболевание, человек становится более зрелым, а его организм — более крепким. Повышенные требования делают человека сильнее и прилежнее. Все великие культуры возникли благодаря повышению требований к человеку, и даже Чарльз Дарвин (сторонниками которого в целом мы не являемся) связывал развитие биологических видов с успешным преодолением неблагоприятных условий окружающей среды.

«Война есть отец всего», — сказал Гераклит. В этом высказывании заключена одна из фундаментальнейших мудростей человечества. Война, конфликт, напряжение между полюсами снабжают нас жизненной энергией, обеспечивая, таким образом, и развитие, и прогресс. Конечно, такие заявления бывают очень опасны, когда волки рядятся в овечьи шкуры и используют высокие слова для удовлетворения собственной агрессивности.

Мы специально сравнили воспалительный процесс с войной, стараясь подчеркнуть присущую теме остроту. Может быть, теперь вы не будете равнодушно пробегать глазами по строчкам, согласно и лениво кивая головой. Сегодняшняя европейская ментальность диктует нам отрицание любых конфликтов и поиск компромисса. Мы на любом уровне стараемся избежать трений и противоречий, не замечая, насколько это мешает осознанному восприятию чего бы то ни было. **В условиях полярного мира человек не может избежать конфликтов.** Такие попыт-

ки приводят к еще более сложным сдвигам нагрузки и переносу ее на другие уровни. Инфекционное заболевание — лучший тому пример.

Итак, воспаление — это конфликт на материальном уровне. Постарайтесь не совершить ошибки, считая, что у вас нет «никаких конфликтов». Невнимание к ним ведет к заболеванию. Чтобы выяснить суть конфликта, вам понадобится честность по отношению к самому себе, которая иногда бывает настолько же неприятна для психики, насколько неприятна инфекция для организма.

Да, конфликты всегда болезненны, на каком бы уровне их не переживали. В них нет ничего хорошего, будь то война, внутреннее сопротивление или болезнь. Но «хороший» и «нехороший» — это не те аргументы, которые можно принимать всерьез. Стоит нам один раз признаться самим себе, что избежать никогда ничего не удастся, и этот вопрос больше не возникнет.

Если вы считаете «психические взрывы» неприемлемыми для себя, то тем самым делаете все возможное, чтобы подобный взрыв произошел в вашем теле (абсцесс). Неужели и после этого вас будет волновать вопрос о том, что лучше или приличнее?

Обладают ли честностью расхваливаемые усилия нашего времени избегать конфликтов на любом уровне? Подумав над тем, о чем говорилось в этой главе, вы можете увидеть «успешные мероприятия по защите от инфекционных заболеваний» в новом свете. Борьба против инфекций — это борьба против конфликтов на материальном уровне. Имя основного «борца» с ними — антибиотик. Слово состоит из двух латинских корней: анти — «против» и био — «жизнь». Итак, антибиотики — это вещества, направленные против жизни. Вот это и есть настоящая честность!

Заявление о вреде антибиотиков верно на двух уровнях. Если мы вспомним, что конфликт является двигателем развития, то есть жизни, то получается, что подавление конфликта есть вмешательство в динамику самой жизни.

Но антибиотики вредны и с медицинской точки зрения. Воспаление — острое, быстрое и актуальное решение проблемы. В ходе воспаления с гноем из организма выводятся токсины. Это своеобразный процесс чистки организма. Если процесс оказывается прерванным антибиотиками, все вредные вещества остаются в организме (чаще всего — в соединительной ткани). При определенных условиях это может привести к раковым образованиям. Возникает своеобразный «эффект мусорного ведра»: из него нужно или часто выбрасывать мусор (инфекция), или собирать отходы так долго, пока самостоятельная жизнь, зародившаяся в нем, не начнет оказывать влияние на весь дом (рак). Антибиотики — это чужеродные вещества, которые не были выработаны самим организмом, поэтому болезнь не сможет достичь своей истинной цели: чему-нибудь научить человека.

С этой точки зрения можно посмотреть и на прививки. Нам известны два основных вида прививок — активные и пассивные. При пассивной прививке вводятся защитные вещества, которые вырабатываются другими организмами. Такие виды прививок используют, если болезнь уже началась (например, прививки против столбняка). На психическом уровне эта прививка соответствует готовому решению проблемы, следованию заповедям, нормам и предписаниям. Человек использует чужие рецепты, лишая себя тем самым возможности приобрести опыт. Нечего сказать, удобный способ «движения вперед», при котором человек остается стоять на месте.

При активных прививках в организм человека вводятся ослабленные возбудители, так что на основе этого раздражителя

организм самостоятельно может вырабатывать необходимые антитела. К этой форме относятся все профилактические прививки. На психическом уровне такой метод соответствует попыткам разрешить некоторые гипотетические конфликты (аналогия из военной практики — «маневры»). Сюда можно отнести большинство форм групповой психотерапии. Человек приобретает опыт разрешения конфликтов в несложных ситуациях, изучает стратегии, которые помогут ему более осознанно подойти к решению серьезных проблем.

Не стоит относиться к этим размышлениям как к рецептам. Речь не идет о том, нужно ли делать прививки и можно ли принимать антибиотики. **На самом деле абсолютно неважно, что вы делаете. Но только до тех пор, пока вы знаете, что делаете!** Мы обращаемся к вашему сознанию и не предлагаем вам готовых заповедей, проповедей и запретов.

Возникает вопрос: в какой мере физическая болезнь способна заменить психический процесс? Ответить на него нелегко, потому что мысленное разделение психики и тела — это только теоретическое вспомогательное средство, в реальности же разделение никогда не бывает столь однозначным. Все, что происходит в организме, мы переживаем в своем сознании. Ударив молотком по пальцу, мы говорим, что палец болит. Но боль находится в сознании, а не в пальце.

Так как боль — это феномен, относящийся к сознанию, мы можем на нее влиять: с помощью отвлекающих занятий, гипноза, наркоза, акупунктуры. (Если вы считаете, что это не совсем так, то вспомните еще раз про фантомные боли!) Все наше переживание физической болезни и связанных с этим страданий происходит исключительно в сознании. Различие между «психическим» и «соматическим» связано только с плоскостью проекции. Тот, кто заболел от любви, проецирует свои ощущения на нечто

нематериальное (любовь), а тот, кто заболел ангиной, — на горло. Но страдать и тот, и другой могут только на уровне сознания. Материя, и тело в том числе, служит проекционной плоскостью, а не местом, где можно разрешить какие-либо проблемы. Тело — идеальный «сборник задач и упражнений», но решения к нему способно найти только сознание. Таким образом, ход течения физической болезни представляет собой символическую обработку проблемы, результаты которой будут полезны для сознания. Это — одна из причин того, почему перенесенное заболевание приводит к развитию.

Между физической и психической обработкой проблемы возникает своеобразный ритм. Если проблема не может быть решена только на уровне сознания, тело используется в качестве материального вспомогательного средства, которое представляет нерешенную проблему в символической форме. Полученный эффект после перенесенного заболевания попадает в психику. Но если психике, несмотря на приобретенный опыт, не удастся уловить суть проблемы, то она снова погружается в материю, чтобы получить больше практического опыта. Смена уровней будет повторяться до тех пор, пока накопленный опыт не даст сознанию возможность разрешить проблему или конфликт окончательно.

Этот процесс можно представить более наглядно с помощью следующего примера. Ученик должен научиться считать в уме. Мы ставим перед ним эту задачу. Если он не может сосчитать пример в уме, даем ему в руки материальный предмет — счеты. Свою задачу он проецирует на счеты и получает возможность решить пример (тоже в уме). Тогда мы даем ему еще один пример, который он должен решить уже без вспомогательных средств. Если ему опять это не удастся, он снова получит счеты. Это будет длиться до тех пор, пока он не научится обходиться без них и выполнять вычисления в уме. Согласитесь, в данном случае перенос

проблемы на видимый уровень на нужном этапе делает процесс обучения более легким.

Понять взаимосвязь тела и сознания крайне важно. Трудно осознать, что тело — это вообще не то место, где могут разрешаться конфликты. Официальная медицина с этим не согласна. Все с пристрастием смотрят на то, что происходит в организме, и пытаются справиться с болезнью на соматическом уровне. ***Но на этом уровне абсолютно нечего решать!***

Вернемся к примеру с устным счетом. Согласитесь, что взрослые, которые при возникновении у ребенка затруднений с примерами вместо того, чтобы помочь ему, со всех ног бросались бы чистить и полировать зеркало в надежде на то, что он, наконец, отразится там совершеннейшим умником, выглядели бы... по меньшей мере, странно. Нам тоже пора прекратить искать причины всех проблем в зеркале. Его следует использовать для того, чтобы познать самого себя. Итак,

ИНФЕКЦИЯ — ЭТО КОНФЛИКТ НА МАТЕРИАЛЬНОМ УРОВНЕ.

Тот, кто склонен к воспалительным процессам, пытается избегать конфликтов.

При инфекционном заболевании стоит задать себе следующие вопросы.

1. *Какой же конфликт в моей жизни я не замечаю?*
2. *От какого конфликта я стараюсь уклониться?*
3. *В наличии какого конфликта я боюсь себе признаться?*

Чтобы выяснить, с чем может быть связан конфликт, обратите внимание на символику затронутого органа или части тела.

1. ЗАЩИТНАЯ СИСТЕМА

Защищать означает «никого не впускать». Противоположным полюсом защиты является любовь. Любовь можно рассматривать по-разному, но в любом случае ее можно свести к процессу впускания. В любви человек открывает границы своего «Я» (Эго) и впускает то, что до сих пор находилось **вне его** и воспринималось как «не-Я». Любящий человек снимает защиту, чтобы впустить «Ты» и объединить его со своим «Я». Где мы возводим границы, там любви нет. Начиная с Фрейда, мы используем слова «защитный механизм» для обозначения тех процессов в сознании, которые должны предотвратить вмешательство опасного содержания, находящегося в подсознании.

Важно не терять из виду деление на макро- и микрокосмос, потому что любое неприятие какого бы то ни было явления окружающей среды — это всегда выражение защитных процессов. Защита укрепляет Эго, потому что «держит границы на замке». Человеку приятнее сказать «нет», чем «да». Любое «нет» позволяет нам ощутить бастионы своих границ, свое «Я». Если же вы вдруг выражаете согласие — границы расплываются, и вы пере-

стаете их ощущать. Достаточно трудно объяснить, что такое защитные механизмы. Лучше всего их изучать не на себе, а на других. Защитные механизмы — это сумма того, что мешает нам стать совершенными! Теоретически довольно просто сформулировать путь к просветлению: хорошо все, что существует. Будь согласен со всем, что существует, — и ты будешь един со всем, что существует. Это путь любви.

Любое произнесенное нами «Да, но...» — это **тоже** защита. Оно **тоже** мешает объединению со всем сущим. Здесь начинаются разнообразные игры Эго, которое готово ставить самые благочестивые и благородные теории на службу своей ограниченности. Это, увы, вечная игра, которая будет существовать до тех пор, пока существует мир.

Хитроумные теологи могут возразить, что если хорошо все сущее, то, значит, защита — это тоже хорошо. Это совершенно справедливо, потому что защита помогает нам ощущать в полярном мире такое количество трения, чтобы можно было идти вперед по пути познания. Но дело в том, что защита — лишь вспомогательное средство, конечная цель которого — достижение такой ситуации, при которой **никакая защитная система не нужна**.

Психическая защита направлена против внутреннего содержания нашего сознания, которое воспринимается как опасное и поэтому не должно быть допущено на уровень осмысления. А физическая защита направлена против «внешних врагов», которых мы называем возбудителями или ядовитыми веществами.

Мы настолько привыкли в любой ситуации использовать собственную систему оценок, что чаще всего и сами верим, что принятый нами масштаб абсолютен. На самом же деле не существует других врагов, кроме тех, которых мы назначили сами.

У некоторых людей враги настолько оригинальны, что мы готовы признать это болезнью. Речь идет об аллергиях. Ал-

лергией называется острая реакция на какое-то вещество, воспринимаемое организмом как враждебное. С точки зрения его способности к выживанию, защитная система поступает совершенно правильно. Иммунитет начинает вырабатывать антигены против аллергенов, чтобы защититься против «вражеских интервентов». Но вот беда: у аллергиков эти защитные мероприятия оказываются чересчур активными. Организм занимается «гонкой вооружений» и втягивает в зону борьбы все большие участки. Врагами объявляются все новые и новые вещества, значит, и вооружения требуется все больше. Подобно тому, как в военных кругах гонка вооружений есть свидетельство повышенной агрессивности, аллергия есть также выражение сильной агрессивности и сильных защитных механизмов. У аллергиков **всегда существуют проблемы с агрессивностью**, которую они в себе не замечают. (Поскольку речь идет о подавленном психическом аспекте, не ощущаемом на уровне сознания, это качество может вообще не проявляться!)

При аллергии агрессия опускается из сознания в тело и начинает там буквально неистовствовать. Осуществляется все, что угодно: и защита, и нападение, и борьба, и победа. Но чтобы настолько увлекательное занятие не закончилось раньше времени из-за недостатка противников, врагами объявляются самые безобидные вещества: цветочная пыльца, кошачья шерсть, конский пот, пыль, стиральные порошки, дым, клубника, собаки и помидоры. Выбор практически не ограничен: аллергик не останавливается ни перед чем — он борется со всем вокруг, но и у него существуют свои фавориты, которым он явно отдает предпочтение.

Всем известно, насколько тесно агрессия связана со страхом. Если внимательно изучить основные аллергены, сразу станет понятно, какие аспекты жизни внушают человеку столь сильный страх, что он начинает вести борьбу с их символически-

ми представителями. На первом месте здесь находится шерсть животных, в основном кошек. С **кошачьей шерстью** человек подсознательно ассоциирует **лесть и ласку**: они мягкие, теплые, к ним приятно прикоснуться, но в то же время в них есть что-то «звериное». Это **символ любви**, он имеет **сексуальный оттенок** (вспомните мягкие игрушки, с которыми дети ложатся спать). То же самое можно сказать и о шерсти кролика. У **лошади** больше выражен компонент **влечения**, у **собак** — **агрессии**. Но эти различия слишком тонкие, незначительные, потому что у символа никогда не бывает четких границ.

Ту же самую область жизни символизирует и цветочная пыльца — излюбленный аллерген всех, кто страдает от сенной лихорадки. Цветочная пыльца есть символ оплодотворения и размножения, не случайно именно поздняя весна — самое неприятное время для тех, у кого сенная лихорадка. Такие аллергены, как шерсть и цветочная пыльца, ясно дают понять, что «любовь», «сексуальность», «влечение» и «продолжение рода» — темы, которые вызывают сильный страх. Поэтому они воспринимаются как агрессивные, и защитные системы делают все возможное, чтобы не пропустить их.

То же самое можно сказать о страхе перед любой грязью, который проявляется в аллергии на домашнюю пыль. (Вспомните выражения: «грязные шутки», «копаться в грязном белье», «вести чистую жизнь» и т. д.) Пытаясь избежать аллергенов, аллергик тем самым пытается избежать тех явлений жизни, которые внушают ему наибольший страх. А медицина и окружающая среда ему с удовольствием помогают. Чего только не делают люди: отдают в чужие руки домашних животных, запрещают курить рядом с собой и т. д. Тирания окружающих, аллергики находят себе отлично замаскированное поле деятельности и получают

возможность проявить свою подавленную агрессию так, чтобы этого никто не заметил.

Метод «десенсибилизации» (то есть привыкания к аллергену) сам по себе хорош, но применять его лучше было бы не на физическом, а на психическом уровне. Тогда можно было бы говорить о настоящем успехе. Аллергик сможет вылечиться, только если научится **осознанно воспринимать то, что он стремится подавить**. Ему необходимо впустить это в сознание и ассимилировать. Поддерживая попытки аллергика найти защиту от тех веществ, которые вызывают аллергическую реакцию, вы на самом деле оказываете ему плохую услугу. Он должен **примириться со своими врагами и научиться их любить**. Аллергены оказывают на аллергика символическое, но никак не вещественно-химическое воздействие. Этот факт должен стать понятным даже самому закоренелому материалисту, если он узнает, что для проявления аллергической реакции необходимо подключение сознания. Под наркозом нет и не может быть аллергии. Точно так же всякая аллергия пропадает во время психоза. А вот обратная реакция иногда бывает: фотография кошки или пускающий клубы дыма паровоз в фильме способны вызвать у астматика приступ. Аллергическая реакция не зависит напрямую от аллергена.

Большинство аллергенов символизируют жизнь. Сексуальность, любовь, продолжение рода, агрессия, грязь — все это и есть проявления жизни в ее наиболее активных формах. Но именно эти проявления реальной жизни вызывают у аллергиков основной страх, ибо аллергик **не любит жизнь**. Его идеалами являются стерильность, бесплодность, отсутствие влечений и агрессия. Это состояние, видимо, уже и не заслуживает того, чтобы его называли жизнью. Поэтому нет ничего удивительного в том, что аллергия иногда может перейти в болезнь аутоагрессивности (агрессивности, направленной на себя самого), связанную с угрозой

для жизни. При аутоагрессивности организм человека так долго борется с самим собой, что у него заканчиваются силы. Потому что защита, отграничение и отгораживание себя достигли такого высокого уровня, что их идеалом является камера, в которой нет никаких аллергенов — гроб.

АЛЛЕРГИЯ — ЭТО АГРЕССИЯ НА МАТЕРИАЛЬНОМ УРОВНЕ.

Аллергик должен задать себе следующие вопросы.

- 1. Почему я не воспринимаю свою агрессию в своем сознании, а заставляю ее проявляться в организме?*
- 2. Чего же в жизни я так боюсь, от чего пытаюсь убежать?*
- 3. С какой темой связаны мои аллергены (сексуальность, влечение, агрессия, продолжение рода, грязь как темные стороны жизни)?*
- 4. Насколько я использую собственную аллергию для манипуляций окружающими?*
- 5. Как у меня обстоят дела с любовью, способен ли я впустить кого-то в мир собственного «Я»?*

1. ДЫХАНИЕ

Дыхание — это ритмичный процесс, который состоит из двух фаз — вдоха и выдоха. Это великолепный пример проявления закона полярности: два полюса — вдох и выдох — постоянно сменяя друг друга, вместе образуют ритм. При этом один полюс зависит от другого: сначала вдох, потом выдох и так далее. Полюса дыхания можно также назвать напряжением и релаксацией. Их взаимосвязь (вдох — напряжение и выдох — релаксация) четко видна при вздохе.

Перейдя на уровень тела, можно сказать, что дыхание — это процесс обмена. При вдохе содержащийся в воздухе кислород поступает к красным кровяным тельцам, в процессе выдоха мы возвращаем в воздух диоксид углерода. Дыхание есть полярность по принципу «взять и отдать». Таким образом, мы с вами нашли основную символику дыхания. Гете сформулировал ее следующим образом:

Дыхание — это двойное счастье.

Мы получаем воздух и возвращаем его.

Одно наполняет, второе освобождает.

Вот как причудливо смешана жизнь.

Во всех древних языках одно и то же слово обозначает и дыхание, и душу или дух. В латинском языке *spirare* обозначает «дышать», а *spiritus* — «дух». Греческое *psyche* обозначает и «вдох», и «душа». В Индии человека, достигшего совершенства, называют *Mahatma*, что буквально переводится как «Большая душа» или «Большое дыхание». Из индийского учения мы также знаем, что дыхание является носителем жизненной силы, которую в Индии называют *prana*. В библейской истории о сотворении ми-

ра говорится: «И создал Господь Бог человека из праха земного, и вдунул в лице его дыхание жизни, и стал человек душою живою».

Эта картина красочно описывает, как некое материальное тело, предмет, имеющий форму, получает от Бога его дыхание, то есть нечто нерукотворное. И только этот вдох способен превратить человека в живое существо, имеющее душу.

Мы с вами уже приближаемся к тайне дыхания. Дело в том, что оно **не является нашей составляющей, но принадлежит нам**. Дыхание не находится в нас — это мы находимся в дыхании. Дыхание связывает нас с тем, что пребывает по ту сторону творения, по ту сторону формы. Дыхание обеспечивает неразрывную связь с царством метафизики.

Мы существуем в дыхании, как в материнском чреве, которое простирается далеко за наше маленькое ограниченное бытие — это сама жизнь, ее последняя, великая тайна, которую нельзя ни описать, ни объяснить, а можно только познать, пропустив через самого себя. Дыхание — та пуповина, через которую к нам поступает жизнь. Оно обеспечивает неразрывность этой связи с жизнью.

В этом и заключается его значение: **оно препятствует тому, чтобы человек закрылся полностью, чтобы граница его «Я» стала непроницаемой**. Как бы ни хотелось человеку закрыться в своем Эго, дыхание мешает это сделать, оно заставляет сохранить связь с «не-Я».

Необходимо понять, что мы дышим тем же самым воздухом, который вдыхает и выдыхает наш враг, которым дышат растения и животные. Человек не может полностью замкнуться в границах «Я», потому что воздух, необходимый для дыхания, соединяет нас друг с другом и со всем сущим, хотим мы этого или нет.

Дыхание можно назвать «контактом» между тем, что приходит к нам извне, и нашим материальным телом. Площадь

легких составляет примерно 70 квадратных метров (для сравнения: поверхность кожи составляет 1,5—2 квадратных метра). Легкие — это самый большой из наших контактных органов.

Кожный контакт — тесный и непосредственный. Он интенсивнее контакта легких и полностью подчинен нашей воле. Мы можем дотронуться до кого-нибудь, **если захотим**. Контакт, осуществляемый через легкие, — обязательный, хотя и опосредованный. Мы не можем ничего поделать даже в том случае, когда не хотим ощущать чей-то запах.

Симптом болезни может сдвигаться от одного контактного органа (легких) к другому (коже) и наоборот. Подавленная кожная сыпь может проявиться в виде астмы. Астма и кожная сыпь выражают одну и ту же проблему: контакт, прикосновение, связь. Нежелание вступать с кем-нибудь в контакт через дыхание может проявиться, например, в виде дыхательного спазма, что довольно часто случается при астме.

Прислушавшись к словам и выражениям, связанным с дыханием, мы почувствуем эту связь еще сильнее. Известно, что бывают ситуации, когда «человеку не хватает воздуха» или «он не может свободно дышать».

Мы подошли к теме свободы и сужения пространства. С первым глотком воздуха мы приходим в этот мир, с последним — покидаем его. Но ведь с первым глотком воздуха мы также делаем первый шаг во внешнее пространство, обрывая непосредственную связь с матерью. Мы становимся самостоятельными, свободными. Если кому-то трудно сделать первый вдох, это зачастую свидетельствует о боязни сделать этот первый шаг к свободе и самостоятельности. От свободы у нас «перехватывает дыхание» — она непривычна и поэтому вызывает страх. Такая же связь между свободой и дыханием прослеживается у тех, кто, выйдя из тесного помещения, попадает в просторный зал, в котором может чувство-

вать себя свободно. Первое, что он делает, это глубокий вдох. Кислородный голод, с которым мы сталкиваемся в тесном, узком месте, — это желание свободы, свободного места.

Подводя итог всему сказанному, постараемся выразить его максимально кратко. Дыхание символизирует следующие проблемы:

- * ритм в значении «как — так и»;
- * смену напряжения и релаксации;
- * способность брать и способность отдавать;
- * взаимосвязь и противопоставление понятий «контакт» и «защита», «свобода» и «теснота».

ДЫХАНИЕ — АССИМИЛЯЦИЯ ЖИЗНИ.

При заболеваниях, связанных с дыханием, нужно задать самому себе следующие вопросы.

1. *От чего огораживает меня дыхание?*
2. *Чего я не хочу воспринимать?*
3. *Что я не хочу отдавать?*
4. *С чем или с кем я не хочу вступать в контакт?*
5. *Боюсь ли я сделать новый шаг к свободе?*

БРОНХИАЛЬНАЯ АСТМА

После общих рассуждений о дыхании давайте перейдем к рассмотрению конкретной картины бронхиальной астмы.

Бронхиальная астма — это то заболевание, которое является наиболее впечатляющим примером психосоматической взаимосвязи. Бронхиальной астмой называют затруднение дыхания, которое проявляется в виде приступов. Причиной приступа является сужение малых бронхов и бронхиол из-за судорожного сокращения гладких мышц, воспаления дыхательных путей, аллергического опухания и выделения секрета слизистой оболочки. Пациент воспринимает приступ астмы как опасную для жизни нехватку воздуха. Он хватает воздух ртом, дышит тяжело, причем труднее дается не вдох, а выдох. У астматика существует целый ряд тесно переплетенных проблем, которые мы, несмотря на их содержательную близость, рассмотрим по отдельности по дидактическим причинам.

1. Способность давать и способность брать

Отсутствие равновесия между тем, что взял, и тем, что отдал, очень наглядно проявляется при бронхиальной астме. Это благодатная тема для многих из нас. Кажется, что все предельно просто, но, тем не менее, многие спотыкаются именно здесь. Проблема не в том, что человек хочет иметь деньги, славу, знания, мудрость. Необходимо лишь соблюдать равновесие между полученным и отданным, если вы не хотите задохнуться от того, что взяли слишком много.

Астматик пытается взять слишком много. Он делает слишком большой вдох — легкие переполняются, что приводит к судороге во время выдоха. Он старается взять по максимуму и, следовательно, оказывается переполненным до краев, но как

только наступает пора не брать, а отдавать, тут и появляется судорога. Налицо нарушение равновесия: чтобы возник ритм, способность отдавать должна быть такой же, как способность брать. Дыхательное движение у астматиков прерывается за счет того, что мысли о необходимости взять резко преобладают, и взятым оказывается гораздо больше, чем нужно. Ему очень трудно отдать, но и взять он больше уже не может. В процессе вдоха мы получаем кислород, в процессе выдоха отдаем углекислый газ. Астматик же хочет сохранить и то, и другое и, таким образом, травит себя сам. Беря, но не отдавая, он начинает задыхаться.

Человек получает сообразно отданному. Если он прекращает отдавать, то прерывает поток. Как жаль тех, кто хочет унести знания с собой в могилу! Они дрожат над тем малым, что у них есть, добровольно отказываясь от изобилия, которое ожидает всех, кто научился в преображенном виде отдавать полученное. Если бы только каждый из нас мог понять, что всего хватит на всех!

Если кому-то чего-то не хватает, то только потому, что он сам отгородил себя высоким забором. Посмотрите на астматика: он борется за воздух, которого так много вокруг. Но ведь некоторым все мало и мало...

2. Желание отгородиться

У любого человека можно вызвать астму, заставив его вдохнуть раздражающий газ, например аммиак. Определенная концентрация вызывает рефлекторную защитную реакцию в виде изменения положения диафрагмы, сокращения бронхов и выделения слизи (рефлекс Кречмера).

Это рефлекторное закрытие доступа к себе. В случае с аммиаком защитный рефлекс абсолютно оправдан, у астматика же все происходит иначе: самые безобидные вещества он восприни-

мает как опасные для жизни и перекрывает им всяческий доступ. В предыдущей главе мы довольно подробно говорили об аллергии, поэтому теперь достаточно просто напомнить, что речь шла о защите и страхе. Астма тесно связана с аллергией.

По-гречески астма называется «узкой грудью». Астматическая «узость» тесно связана со страхом. Это боязнь впустить в себя неприятные стороны жизни, о которых мы уже говорили в связи с аллергенами. Желание закрыться постепенно развивается, усиливается. Апофеозом этого желания является смерть. Ведь смерть — это последняя возможность закрыть доступ всему, отграничиться от всего живого. В связи с этим может показаться интересным следующее наблюдение. Астматик очень рассердится, если ему сказать, что его болезнь не опасна для жизни, что от нее невозможно умереть. Дело в том, что сам астматик очень ценит серьезность своего заболевания!

3. Претензии на доминирование — и незначительность

У астматика сильно развиты претензии на свое доминантное положение, в чем он не хочет признаться и поэтому «опускает» их на материальный уровень. На телесном уровне ясно видна «надутость» астматиков. Они демонстрируют высокомерие и властолюбие, которые были подавлены в сознании. Поэтому они часто уходят в идеальный или формальный мир. Если властолюбие и претензии на исключительность сталкиваются с такими же качествами другого человека, то страх проникает в легкие, он теряет способность говорить, ему становится трудно выдыхать, «буквально не хватает воздуха».

Астматик использует симптомы своей болезни, чтобы демонстрировать свою власть над окружающими. Домашних жи-

вотных в доме держать нельзя. В квартире не должно быть ни одной пылинки. Курить рядом с ним строго запрещено...

Апогея властолюбие достигает в ситуациях, связанных с угрозой для жизни. Такие ситуации возникают в тот момент, когда кто-нибудь осмеливается ему противоречить. Приступы, случающиеся в это время, напоминают шантаж. Но они действительно опасны, потому что зачастую больной уже не способен справиться с ситуацией. Иногда просто удивительно, как сильно астматик способен навредить самому себе, только чтобы иметь возможность и дальше пользоваться своей властью. В психотерапии приступ очень часто является последним средством, которое используется, когда врач слишком близко подходит к правде о человеке.

Но вместе с ростом властолюбия и возвышением собственной персоны увеличивается и противоположный полюс, то есть бессилие, беспомощность и ощущение собственной незначительности. Пропустить ощущение своей незначительности через собственное сознание было бы для астматика полезнее всего.

После длительной болезни грудная клетка астматика расширяется и становится более крепкой. В медицине такую клетку называют тораксальной бочкой. На вид клетка становится мощной, но объем дыхания остается маленьким, потому что ей не хватает эластичности. Более ясно суть конфликта выразить при всем желании невозможно: претензии и реальность.

Нельзя не сказать и о наличии некоторой агрессивности. Астматик никогда не пытается адекватно выразить свою агрессию на вербальном уровне. Он хотел бы «выпустить пар», то есть воздух, выразить агрессию криком или скандалом, но все попытки буквально застревают в легких. Поэтому такие попытки проявляются в виде кашля и мокроты. Подумайте, не связаны ли с такой ситуацией выражения «плевать на кого-то» и «от злости хватать

ртом воздух». Агрессия проявляется и в аллергенном компоненте, который, как правило, связан с астмой.

4. Защита от темных сторон жизни

Астматики любят чистоту, ясность, прозрачность и стерильность. Они стараются избегать темноты, глубины и всего грубого. Это выражается и в наборе характерных для них аллергенов. Астматик предпочитает пребывать наверху, то есть на уровне сознания, чтобы ни в коем случае не вступать в контакт с нижним полюсом. Поэтому большое внимание он уделяет своей голове (в теории элементов Воздух соответствует мышлению). Сексуальность, которая соответствует нижнему полюсу, астматик отправляет наверх, в область груди. Поэтому в груди образуется большое количество слизи (этот процесс обычно связан с половыми органами). Через рот астматик выводит эту образованную чересчур высоко слизь наружу. Оригинальность такого решения понимает тот, кто видит соответствие гениталий и рта (об этом мы более подробно поговорим позже).

Астматик тянется к чистому воздуху. Больше всего ему хотелось бы жить высоко в горах. Кстати, и в этом тоже проявляется его претензия на доминирующее положение: стоять наверху, смотреть вниз на темные дела, которые творятся в долине, и чувствовать себя в безопасности, потому что здесь «еще сохранился чистый воздух». Чувствовать себя приподнятым над глубинами темных влечений. Находиться там, где жизнь редуцирована до минеральной прозрачности.

Здесь астматик может, наконец, ощутить полет, к которому так стремился. Причем он будет находиться в той же безопасности, которую обеспечивают усердные климатологи. Другое место, где астматик чувствует себя хорошо, это море с его соленым воздухом. Здесь тоже прослеживается логика символов: соль,

символ пустыни, минерального существования, безжизненности. Это и есть то, к чему стремится астматик, ведь он так боится жизни.

Астматик — это человек, который мечтает о любви. Он хочет иметь любовь и потому делает такой большой вдох. Но дать любовь он не способен — выдохнуть ему трудно.

Что может ему помочь? Как и при любых других симптомах, рецепт может быть только один: осознание и безжалостная честность по отношению к самому себе! Если вы признаетесь в своих страхах, то сможете постепенно научиться не избегать тех областей жизни, которых боитесь. Повернитесь к ним лицом и смотрите на них до тех пор, пока не сможете их полюбить и впустить в себя. Этот процесс символически выражен в той терапии, которая неизвестна официальной медицине, но уже давно и успешно используется целителями при астме и аллергии. Мы имеем в виду уринотерапию, когда больному внутримышечно вводится его собственная моча. Если подойти к этой терапии с точки зрения символики, получается, что пациент вынужден забрать обратно и включить в свою жизнедеятельность все, что отдал раньше, то есть собственную грязь и нечистоты. Это помогает вернуть цельность.

АСТМА

Астматик должен задать самому себе следующие вопросы.

1. *В каких областях жизни мне хочется брать, не отдавая?*
2. *Могу ли я совершенно сознательно признаться самому себе в собственной агрессивности? Какие возможности для ее проявления у меня есть?*
3. *Как я отношусь к конфликту «доминирующее положение — собственная незначительность»?*
4. *Какие области жизни я расцениваю как отрицательные и не могу принять? Ощущаю ли я тот страх, который скрывается за моей системой оценок?*
5. *Чего я стараюсь избегать? Что считаю грязным, низким, неблагородным?*

Не забывайте, что где бы вы ни почувствовали сужение пространства, везде за этим сужением стоит страх. Единственное средство против страха — это расширение пространства, которое возможно, только если вы пропустите через себя то, чего раньше старательно избегали!

ПРОСТУДА И ГРИПП

Прежде чем расстаться с темой дыхания, хотелось бы поговорить о симптомах простуды, поскольку они тоже касаются, в первую очередь, органов дыхания. Грипп и простуда — это острые воспалительные процессы, которые, как нам известно, являются выражением некоего конфликта. Так как об этом уже говорилось достаточно подробно, остается только коснуться вопроса о месте, в котором этот конфликт проявляется. Простуда всегда возникает в бытовых ситуациях, которые воспринимаются как

лишняя, ненужная нагрузка, когда все надоело настолько, что и «дышать невозможно». Все мы невольно стараемся отойти в таких случаях в сторону, потому что хватает других, более серьезных забот.

Не признаваясь себе в наличии этих проблем, мы опускаем их на материальный уровень. Нос оказывается «заложенным», «дышать нечем». Таким неосознанным способом мы все равно добиваемся своей цели и даже получаем небольшое преимущество: окружающие с большим пониманием начинают относиться к нашему «увиливанию от нагрузки», на что при осознанном разрешении конфликта мы не могли даже надеяться. Мы с удовольствием начинаем воспринимать собственную чувствительность на физическом уровне.

Голова болит (в таких условиях никто не будет требовать от вас решения возникшей проблемы!), глаза слезятся, все раздражает. Эта общая чувствительность может разрастись до таких пределов, что никто не будет иметь права подойти или прикоснуться к вам. Сейчас вас ничто не касается, нос заложен, общение с вами (дыхание есть контакт!) невозможно. С помощью угрозы: «Не подходи ко мне близко, я простужен!» — вы благополучно сохраняете дистанцию. Чихание укрепляет вашу защитную систему, потому что выдох приобретает новую функцию и становится мощным оружием обороны. Речь как средство коммуникации тоже сводится до минимума, поскольку у вас болит горло, и для бесед вы явно не годитесь. Лающий кашель имеет угрожающий тон, который ясно дает понять, что ваша радость от общения с кем-либо в данный момент резко ограничена.

Неудивительно, что и миндалины как один из самых главных защитных органов организма в такой ситуации не остаются в стороне. Они распухают, и вы не способны больше «глотать все подряд». Если у вас именно такое состояние, постарай-

тесь честно ответить себе на вопрос: **что же именно вы не хотите больше глотать**. Глотание — это акт получения, восприятия, принятия во внимание. Этого в данный момент вы совсем не хотите, о чем ясно свидетельствует простуда.

При гриппе появляются боль в конечностях и чувство разбитости. Иногда появляется и боль в плечах, что свидетельствует о значительном грузе проблем, которые на вас давят, но которые вы больше не хотите тащить на себе. От массы проблем вы пытаетесь избавиться с помощью образования гнойной слизи. Чем больше слизи выделяется, тем лучше вы себя чувствуете. Густая слизь, которая сначала забивала все проходы и мешала любому движению, любому потоку и любой связи, постепенно разжижается, так что все снова приходит в движение. Восстанавливается свободное течение.

Любая простуда приводит некий процесс (неважно, какой) в движение, которое по каким-либо причинам было прервано. Она сигнализирует пусть о небольшом, но все-таки прогрессе. Народная медицина совершенно справедливо воспринимает простуду как процесс очищения, при котором из организма вымываются токсины, — на психическом уровне токсинам соответствуют проблемы, которые тоже выводятся, но уже из сознания. И тело, и душа выходят из конфликта более крепкими — до следующего раза, когда вам опять будет «нечем дышать».

4. ПИЩЕВАРЕНИЕ

Пищеварение похоже на дыхание. Дыша, мы вбираем в себя окружающую среду, ассимилируем ее и возвращаем то, что не использовали, обратно. То же самое происходит и при пищеварении, хотя этот процесс теснее связан с материальным уровнем организма. Дыханием управляет элемент Воздух, пищеварение же подчиняется инертному элементу Земля. Поэтому, в отличие от дыхания, здесь не возникает строгого ритма, чередование поглощения и выведения питательных веществ теряет свою четкость и остроту.

Пищеварение имеет черты, сходные с функционированием мозга, потому что мозг (или сознание) перерабатывает и переваривает нематериальные впечатления этого мира (не хлебом единым жив человек), а желудок — материальные. Итак, пищеварение охватывает:

- * введение в организм внешнего мира в форме материальных впечатлений;
- * разделение этих впечатлений на «полезные» и «неполезные»;
- * ассимиляцию полезных веществ;
- * выведение «бесполезных» веществ.

Прежде чем ближе познакомиться с проблемами, которые могут возникнуть при пищеварении, полезно немного поговорить о символике питания. Много можно узнать о человеке по тому, какую пищу он предпочитает и чего не ест (скажи мне, что ты ешь, и я скажу, кто ты!).

За «якобы» случайными явлениями в самых привычных процессах можно выявить скрытые взаимосвязи. Человек, который хочет съесть что-то конкретное, проявляет совершенно определенное состояние. Когда что-то «приходится ему не по вкусу», его антипатию можно интерпретировать так же, как выбор одной из предложенных возможностей при психологическом тестирова-

нии. Голод символизирует желание обладать, он выражает некую жадность. Процесс еды — это удовлетворение нашего желания за счет получения, приобретения и насыщения.

Если у человека проснулся любовный голод, который не удовлетворен адекватным образом, то он будет проявляться на телесном уровне в виде любви к сладкому и лакомствам. Чрезмерная любовь к сладкому и лакомствам — всегда выражение неудовлетворенной потребности в любви. Двойное значение слова «сладкий» ясно проявляется в выражениях типа «сладкий ты мой».

Любовь к сладкому у детей — свидетельство того, что они чувствуют недостаток родительской любви. Родители, услышав это, тут же начинают возражать, что «делают для своих детей абсолютно все». Но ведь «любить» и «все для них делать» — совсем не одно и то же. Если человек все время ест «что-нибудь вкусненькое», значит, ему явно не хватает любви и внимания. Этому правилу вы должны доверять гораздо больше, чем собственным оценкам.

Когда родители пичкают своих детей сладостями, они символически дают понять, что не хотят отдавать им свою любовь и поэтому пытаются компенсировать ее недостаток на другом уровне.

Людям, которые много думают и занимаются умственным трудом, необходима соленая пища и основательное питание. Консервативные люди предпочитают копчености, они пьют крепкий горький чай (это, как правило, пища, содержащая дубильные вещества). Люди, которым нравится острая пища, находятся в поиске новых раздражителей и новых впечатлений. Им нравится получать вызов, даже если на него трудно адекватно отреагировать. Люди противоположного типа предпочитают щадящее питание — без соли и пряностей. Такие люди очень себя берегут и стараются

обходиться без новых впечатлений. Они боятся конфронтации, не любят «выяснять отношения». Страх может довести их до необходимости питаться кашами, так как желудок начинает сильно болеть «на нервной почве». Об этом мы еще поговорим более подробно.

Каша — это детское питание. Увлечение кашами взрослых ясно свидетельствует о стремлении к детской инфантильности, при которой нет необходимости проводить различия или раскладывать явления на составляющие. Им даже не приходится откусывать и измельчать пищу (ведь это выглядит так агрессивно). Такие люди предпочитают просто глотать. У иных нелюбовь к конфликтам проявляется столь сильно, что в один прекрасный день они оказываются в реанимации, где их кормят внутривенно — чем не способ решать конфликты за чужой счет?

Боязнь проглотить рыбную кость символизирует страх перед чужой агрессивностью. Боязнь проглотить косточку — нежелание иметь проблемы, потому что не хочется проникать в суть (ядро) вещей. Но существует и противоположная группа людей, которые ищут себе проблемы. Им любой ценой нужно проникнуть в суть вещей, поэтому они любят твердую пищу. Нежелание жить без проблем буквально бросается в глаза. Если на десерт подано сладкое, им обязательно нужно еще что-нибудь, что можно кусать. Этим они демонстрируют свою боязнь любви и нежности, точнее говоря, боязнь тех сложностей, которые несет с собой любовь.

ЗУБЫ

Зубами мы и откусываем, и раскусываем. Кусание — это агрессивное действие, оно выражает способность напасть, захватить. Собака скалит зубы, демонстрируя свою агрессивность. Мы

часто употребляем такие выражения, как «показать зубы», подразумевая при этом готовность защищаться. Плохие, больные зубы свидетельствуют о том, что человек с трудом может выразить и использовать свою агрессивность.

Связь между зубами и агрессивностью не теряет остроты из-за того, что теперь у большинства из нас (даже у очень маленьких детей) плохие зубы. Не забывайте, что коллективные симптомы выражают коллективные проблемы. Агрессивность в социально развитых странах нашего времени стала одной из центральных проблем. Мы требуем «социальной адекватности», призывая подавить свою агрессию.

Но ведь любая подавленная агрессия наших милых, добрых, мирных сограждан, обладающих хорошей социальной приспособляемостью, встает на повестке дня в виде «болезни». Она снова возвращается в наш социум. Клиники превратились в поля сражений. Здесь подавленные агрессии ведут непримиримую борьбу со своими обладателями. Люди страдают от собственной озлобленности, в которой ни разу в жизни не осмелились себе признаться.

Стоит ли удивляться тому, что многие картины болезни связаны с агрессивностью и сексуальностью, которые современный человек пытается подавить в себе прежде всего. Кому-то может показаться, что рост преступности, связанной с насилием, и сексуальная волна свидетельствуют против наших аргументов. На это можно возразить, что как отсутствие, так и выплеск чего-либо являются симптомами подавления. Это просто разные фазы одного процесса. Только тогда, когда нам не понадобится подавлять агрессию, когда она сможет занять свое собственное пространство, в котором за счет этой энергии будет накапливаться определенный опыт, можно будет осознанно относиться к этой неотъемлемой составляющей человеческой личности. Тогда интегриро-

ванная агрессия будет находиться в распоряжении человека в виде энергии и жизнеспособности. Тогда не будет ни сладенького сюсюканья, ни диких выплесков агрессивности. Но до этого людям нужно еще расти и иметь возможность развиваться за счет собственного опыта. Подавление агрессии приводит к образованию тени, с которой волей-неволей приходится иметь дело, потому что она проявляется в форме болезни. Это же касается и сексуальности, и всех остальных функций психики.

Но давайте вернемся к зубам, которые в организме и человека, и животного символизируют агрессивность и способность пробиться собственными силами («прогрызться вперед»). Часто можно слышать о примитивных народах, чьи великолепные, крепкие зубы рассматривают как следствие натурального питания. Но ведь эти люди совсем по-другому относятся и к агрессивности.

Состояние зубов каждого конкретного человека говорит не только об агрессивности, но и об уровне его витальности (жизнеспособности). Агрессия и витальность — два аспекта одной и той же силы, хотя и вызывают у нас диаметрально противоположные ассоциации.

Вспомните поговорку: «Дареному коню в зубы не смотрят». Однако при *покупке* лошади прежде всего тщательно осматривают ее зубы, чтобы оценить возраст животного и его витальность. Психоаналитическое толкование снов интерпретирует выпадение зуба как потерю энергии и потенции.

Некоторые люди по ночам скрипят зубами, иногда так сильно, что приходится использовать специальные шины, чтобы зубы не стерлись. Символика достаточно прозрачна: зубами скрипят от бессильной агрессии. Если человек днем не способен признаться себе, что в некоторые моменты его охватывает сильное желание хватать зубами все подряд, то ночью он в бессильной

ярости начинает скрипеть зубами. Происходит это до тех пор, пока он не сотрет и не затупит зубы...

Плохие зубы свидетельствуют об отсутствии витальности и хватательной способности. Такие люди не умеют «прогрызть себе путь зубами». У них часто возникают проблемы с откусыванием и пережевыванием пищи. Реклама одной из зубных паст расхваливает свой товар, используя такой девиз: «И тогда вам все, что угодно, будет по зубам!»

Так называемые «третьи зубы» (протезы) позволяют вам **сделать вид**, что у вас есть и жизнеспособность, и умение настоять на своем. Хотя на самом деле это совсем не так, это только видимость, трюк. Так владельцы пугливого добродушного пса гордо вешают у калитки табличку: «Осторожно! Злая собака!» Вставная челюсть — это «кусачесть», купленная за деньги.

ДЕСНЫ

Основой зубов, которые выражают витальность и агрессию, являются десны, выражающие уверенность в себе, веру в свою способность добиваться успеха. Если человеку не хватает уверенности в себе, он никогда не сможет занять активную позицию при решении проблемы. У него не хватит смелости «разгрызть крепкий орешек» и защитить себя. Именно вера в успех дает этим способностям опору, точно так же, как десны дают опору зубам.

Но разве это под силу слабым, чувствительным деснам, которые начинают кровоточить от любой мелочи? Кровь — символ жизни. Кровоточащие десны наглядно демонстрируют, как при первых же сложностях из нашей веры в успех и в собственные силы вытекает жизненная энергия.

ПРОЦЕСС ГЛОТАНИЯ

После того, как зубы измельчают пищу, мы глотаем образовавшуюся кашицу, смоченную слюной. Глотание — это акт введения в организм. Пока пища находится во рту, ее можно выплюнуть. Но, сделав глотательное движение, повернуть процесс вспять практически невозможно.

Если куски большие, глотать их трудно, если очень большие — вообще нереально. В жизни мы бываем вынуждены безропотно «проглатывать» то, чего бы нам очень не хотелось, например, известие об увольнении. Что делает человек, когда кусок пищи застревает в горле? Разумеется, старается запить его глотком воды.

Есть слова, проглотить которые очень трудно. В подобных случаях человек тоже стремится «сделать хороший глоток». Про алкоголиков иногда говорят: «Опять наглotalся». Глоток алкоголя облегчает, а иногда даже и заменяет процесс глотания того, что «встало поперек глотки». Питье может заменить алкоголику еду (чрезмерное пьянство ведет к потере аппетита). Он просто заменяет процесс поглощения твердой, жесткой (читай: «жесткой») пищи на легкое и простое «потягивание из бутылочки».

Существуют самые разнообразные нарушения глотательного рефлекса. Иногда появляется такое ощущение, что в горле застряла кость, или возникают боли, как при ангине. Все это выражает состояние человека, при котором он «не может больше ничего проглотить просто так». В этом случае следует задать себе вопрос: «Что так "стоит мне поперек глотки", чего я больше не могу или не хочу молча проглатывать?»

Среди нарушений глотательного рефлекса существует одно весьма оригинальное состояние, которое называется аэрофагией, что буквально переводится как «поедание воздуха». На-

звание дает возможность понять, что происходит на самом деле. Человек не хочет ничего глотать, но делает вид, что его все устраивает, то есть «глочет воздух». Это скрытое сопротивление процессу глотания может выражаться в икоте и выпускании воздуха через прямую кишку.

ТОШНОТА И РВОТА

После того, как мы проглотили пищу, может выясниться, что она плохо переваривается и «камнем лежит в желудке». Но камень, так же как и косточка, является символом проблемы (вспомните про «камень преткновения»). Нам всем известно, как проблемы могут отражаться на желудке, лишая нас аппетита. Ведь аппетит очень сильно зависит от психического состояния. В языке существует масса выражений, свидетельствующих об аналогии психических и соматических процессов: «У меня из-за этого совсем пропал аппетит», «Меня тошнит, когда я подумаю об этом», «Когда я его вижу, мне сразу становится плохо». Тошнота сигнализирует о том, что мы отвергаем нечто, что не хотим иметь при себе. Но и безудержное поглощение всего подряд тоже может привести к тошноте. Речь идет не только о физическом уровне — в сознание человек тоже может ввести одновременно несколько несопоставимых вещей, которые не смогут «перевариться» одновременно.

Тошнота часто заканчивается рвотой. Человек выводит наружу те вещи и впечатления, которые он не хочет принимать в свой организм и в свое сознание.

Рвота есть выражение мощной защиты и неприятия. Еврейский художник Макс Либерманн сказал по поводу событий 1933 года в политике и искусстве следующее: «Я не могу съесть столько, сколько хотел бы вывести обратно!» Рвота есть непри-

ятие. Эта взаимосвязь четко прослеживается во время беременности. Она выражает защиту организма от ребенка, которого женщина не хочет впустить в себя. Доводя эту мысль до конца, можно сказать, что рвота во время беременности выражает отрицание своего женского начала (материнства).

ЖЕЛУДОК

Место, куда попадает пища, — если вас, конечно, не вырвало сразу, — это желудок. Его первая функция — прием. Он принимает все внешние впечатления, принимает все, что следует переварить. Способность принимать развивает открытость, пассивность и готовность отдавать. Эти качества желудка представляют собой женский полюс. Если для мужского принципа характерна способность излучения и активности (элемент Огонь), то для женского — готовность принять, отдать, произвести впечатление и скрыть (элемент Вода). На психическом уровне — это способность восприятия, мир ощущений (*но не эмоций!*). Если человек подавляет в своем сознании способность чувствовать, функция опускается в тело, и тогда желудок вынужден принимать и переваривать не только пищу, но и чувства. Здесь речь идет не о «пути к сердцу через желудок». В желудке происходит нечто, что позже проявится в виде ожирения.

У желудка есть и другая функция, которую можно отнести к мужскому полюсу. Это образование и выделение желудочного сока. Желудочный сок — это кислота, которая жжет, вгрызается, растворяет. Она однозначно агрессивна. Человек, которому что-то не нравится, часто говорит, что «дела обстоят кисло». Если ему не удастся «проглотить обиду» или преобразовать ее в агрессивность, эта агрессивность проявляется на соматическом и материальном уровне в виде кислоты (желудочного сока). Так он пе-

рерабатывает и переваривает не только пищу, но и чувства, которые, разумеется, нематериальны. Занятие весьма для него затруднительное. Нас что-то словно подталкивает, вытесняя вверх, чтобы напомнить: не стоит глотать свои чувства и отдавать их на откуп желудку. Кислота тоже устремляется вверх, потому что хочет проявить себя.

Но в этом у человека с больным желудком возникают проблемы. Ему не хватает умения сознательно относиться к своим обидам и агрессивности, он не умеет справляться с возникающими проблемами и нести ответственность.

Такой больной иногда вообще **никак** не проявляет свою агрессивность, «съедая все», а иногда демонстрирует **преувеличенную агрессию**. Ни то, ни другое не помогает ему решить проблемы, потому что он не верит в себя и не чувствует себя в безопасности. А ведь это является основой преодоления любого конфликта, о чем мы уже говорили в части, посвященной деснам.

Всем известно, что плохо пережеванная пища особенно вредна для раздраженного желудка с повышенной кислотностью. Но вспомните: жевание — это агрессия. Если вам не хватает агрессии (тщательного пережевывания), желудок оказывается перегруженным и производит больше кислоты. Пациент с больным желудком — это человек, который не может справиться с конфликтом. Неосознанно он стремится назад, в бесконфликтное детство. Его желудок мечтает о детском питании: о каше, кефире и фруктовых смесях. Такой человек питается пищей, которая прошла через сито, доказав тем самым свою безопасность. Все проблемы — грубые куски — остались на решетке!

Эти больные не переносят сырой пищи. Она **слишком груба, слишком опасна**, это пища наших далеких предков. Пищу сначала следует убить, пропустив через агрессивный процесс приготовления. Только тогда больной осмелится ее съесть. Грубый

хлеб тоже переваривается с трудом, потому что в нем еще содержится слишком много проблем. Острая пища, алкоголь, никотин и сладости представляют собой слишком сильные раздражители, поэтому человек с больным желудком от них отказывается.

Жизнь и питание должны быть лишены повышенных требований. Желудочный сок создает ощущение тяжести, что препятствует получению новых впечатлений.

При использовании лекарств, содержащих кислоту, человек часто икает, что приносит облегчение, поскольку агрессивное начало выпущено наружу, снова открыт доступ воздуха, давление уменьшилось. Часто применяемые в официальной медицине транквилизаторы демонстрируют тот же самый процесс: лекарство разрывает связь между психикой и вегетативной системой. При повышенной кислотности этого (в особо тяжелых случаях) приходится добиваться путем хирургического вмешательства. Больному оперативным путем разъединяют нервные отростки, отвечающие за образование кислоты. Иногда при этом происходит и разрыв связи «чувства—желудок». Официальная медицина занимается этим для того, чтобы желудку больше не нужно было переваривать чувства на соматическом уровне. Он оказывается недоступным для внешних раздражителей.

Тесная связь психики и секретию желудка известна еще со времен И. Павлова. Павлов проводил опыты на собаках. Он давал им пищу под звон колокольчика. Так ему удалось выработать у них **условный рефлекс**: через какое-то время собакам было достаточно услышать звон колокольчика, чтобы у них начал вырабатываться желудочный сок, что обычно происходит только при виде пищи.

Привычка направлять свои чувства и агрессивность не наружу, а внутрь, против самого себя, как правило, приводит к образованию язвы («дырки» в стенке желудка). При этом перева-

риваются не внешние впечатления, **а стенки своего собственного желудка (!)** — правильнее всего было бы назвать этот процесс **самоедством**. Пациент, страдающий язвенной болезнью, обязательно должен научиться понимать свои чувства, осознанно относиться к конфликтам и «переваривать» впечатления. Он должен признаться самому себе, что ему хочется инфантильной зависимости, материнской защиты, любви и заботы. Это нужно сделать даже в том случае, когда эти чувства хорошо скрыты за фасадом независимости, честолюбия и умения отстаивать собственное мнение. Желудок-то все равно сообщает о таком человеке правду.

ЖЕЛУДОК И ПРОБЛЕМЫ С ПИЩЕВАРЕНИЕМ

Если у вас проблемы с желудком и пищеварением, задайте себе следующие вопросы.

1. *Что я не хочу или не могу «проглотить»?*
2. *Происходит ли со мной что-нибудь неприятное, в чем я сам виноват?*
3. *Как я отношусь к своим чувствам?*
4. *Что мне не нравится?*
5. *Как я справляюсь со своей агрессией?*
6. *Насколько я стараюсь избегать конфликтов?*
7. *Существует ли во мне скрытое желание вернуть детство, где не было никаких конфликтов, все меня любили и обо мне заботились, и мне не приходилось доставлять самому себе неприятности?*

ТОНКИЙ И ТОЛСТЫЙ КИШЕЧНИК

Непосредственное пищеварение, то есть расщепление продуктов питания на составляющие (анализ) и их всасывание, происходит в тонком кишечнике. Бросается в глаза внешняя схожесть тонкого кишечника и мозга. У них одинаковые задачи и функции. Мозг переваривает впечатления на нематериальном уровне, а тонкий кишечник занимается перевариванием материальных впечатлений. Если у вас возникли проблемы с тонким кишечником, то задайте себе вопрос: не слишком ли много вы занимаетесь анализом, ведь основная функция тонкого кишечника — именно анализ, расщепление, вникание в детали. Люди, имеющие проблемы с тонким кишечником, слишком много анализируют и критикуют, во всем видят отрицательные стороны. Кроме того, тонкий кишечник — замечательный индикатор любых страхов. В тонком кишечнике происходит непосредственное «использование» пищи. За чрезмерным увлечением оценками скрывается страх за свое существование, боязнь получить слишком мало и умереть с голоду. Гораздо реже проблемы с тонким кишечником связаны с противоположным аспектом: недостаточной склонностью к критике. Это проявляется в слишком твердом стуле из-за низкой активности поджелудочной железы.

Один из самых распространенных симптомов, связанных с тонким кишечником, — понос. В народе говорят: «От страха в штаны наложил». Понос свидетельствует о наличии чувства страха. Боясь чего-то, человек не уделяет внимания анализу впечатлений. Все впечатления он пропускает через себя, не переваривая. В нем просто ничего не задерживается. Человек спешит укрыться в тихом местечке и позволяет событиям идти своим чередом. При этом происходит большая потеря жидкости. (Жидкость, кстати, символизирует гибкость, необходимую для того, чтобы

расширить слишком узкие границы своего «Я» и преодолеть страх.) Страх всегда связан с узостью и теснотой. Хочешь избавиться от страха — отпусти, расширь, стань гибким, позволь событиям идти своей чередой! Лечение поноса состоит, главным образом, в том, что больному дают как можно больше жидкости. Таким образом, он символически возвращает себе утерянную гибкость, которая необходима для расширения собственных границ. Понос, острый или хронический — неважно, передает информацию о том, что мы чего-то боимся, за что-то судорожно цепляемся. Он заставляет нас научиться отпускать.

Собственно говоря, процесс пищеварения уже закончен: в толстом кишечнике происходит только обезвоживание непереваренных остатков пищи. Самый распространенный симптом, связанный с толстым кишечником, — это запор. Начиная с Фрейда, психоаналитики интерпретируют акт дефекации как процесс дарения и отдавания. То, что символически фекалии связаны с деньгами, находит свое выражение на лингвистическом уровне, вспомните, например, выражение: «Да он деньгами в туалет ходит». Не забудьте и сказку, в которой Золотой осел выделяет не фекалии, а золотые талеры. Существует и народная примета: наступить на собачьи экскременты — к неожиданным деньгам. Этого достаточно для того, чтобы представить себе, что между фекалиями и деньгами действительно существует символическая связь, так же как между характером стула и способностью отдавать. Запор — это выражение нежелания отдать, стремления удержать любой ценой. Запор напрямую связан с проблемой жадности. То, что сегодня от запоров страдает огромное количество людей, свидетельствует о слишком большой любви к материальным благам и о нежелании с ними расставаться.

У толстого кишечника есть еще одно символическое значение. Если тонкий кишечник соответствует сознательному,

аналитическому мышлению, то толстый кишечник связан с областью бессознательного, в буквальном смысле — с «нижним миром». Если обратиться к мифологии, то бессознательное — это царство мертвых. Толстый кишечник — такое же царство мертвых, потому что в нем находятся вещества, которые невозможно превратить в источник жизни. Это место, где может начинаться брожение, процесс загнивания и смерти. Поскольку толстый кишечник символизирует бессознательное, ночную сторону тела, то фекалии символизируют его содержание: это боязнь вывести на яркий дневной свет что-либо неосознанное, подавленное. Душевные впечатления беспорядочно скапливаются, человек не может держаться от них на дистанции, а запор показывает, что он просто-напросто не может «оставить все позади». Поэтому в психотерапии полезно сначала устранить у пациента запор на физическом уровне, чтобы по принципу аналогии на свет вышло и то, что находится в области бессознательного. Запор дает понять, что вам очень трудно «отдать», «отпустить», что вы пытаетесь не показывать при дневном свете как материальные вещи, так и содержимое области бессознательного.

Колит — это воспаление толстого кишечника. Заболевание чаще всего начинается как острое, но может переходить в хроническое. Оно сопровождается сильными болями и кроваво-слизистым поносом. Известно народное выражение, что льстивый человек «без мыла влезет» (куда, сами знаете). Но для этого ему приходится отказаться от своей собственной жизни, подстраиваясь под чужую.

Кровь и слизь — древние символы жизни. Мифы некоторых примитивных народов говорят о том, что жизнь возникла именно из слизи. Кровь и слизь теряет тот, кто боится осуществлять себя как личность и жить собственной жизнью. «Жить собственной жизнью» значит иметь свою собственную позицию. Это

подразумевает известную степень одиночества, которой человек страшится. От страха у него появляется «кровавый пот», который выходит через толстый кишечник. Через него же (толстый кишечник = бессознательное) он выделяет кровь и слизь, символизирующие его собственную жизнь. Такому человеку необходимо осознать, что каждый из нас в ответе за свою собственную жизнь — а иначе ее можно лишиться.

ПОДЖЕЛУДОЧНАЯ ЖЕЛЕЗА

В пищеварительную систему входит также поджелудочная железа, выполняющая две основные функции. Экзокринная часть выделяет значительное количество пищеварительного сока, в деятельности которого ощущается явное присутствие агрессивного компонента. Эндокринная часть производит инсулин. Ослабленная деятельность эндокринных клеток приводит к диабету (сахарной болезни). Слово диабет — греческого происхождения и переводится как «пройти насквозь» или «бросить через». Когда-то диабет называли сахарным поносом. Вспомнив символику продуктов питания, можно интерпретировать сахарный понос как «любовный понос». Из-за недостатка инсулина диабетик не в состоянии assimилировать полученный в пище сахар, который в буквальном смысле слова пролетает насквозь, то есть выделяется с мочой. Если слово «сахар» заменить словом «любовь», можно достаточно точно очертить круг проблем диабетика. Сладости — это всего лишь заменитель сладких мечтаний, из которых состоит сладкая жизнь. За желанием диабетика наслаждаться сладостями и, одновременно с этим, за неспособностью assimилировать содержащийся в них сахар в собственных клетках стоит нечто большее. Это неосознаваемое желание любви вкупе с неспособностью принять эту самую любовь, пропустить ее через себя. Диабе-

тику приходится жить за счет заменителей и в питании, и в реализации скрытых желаний. Диабет приводит к повышенной кислотности всего организма. Мы уже знаем, что кислота символизирует агрессию. Мы постоянно сталкиваемся с полярностью любви и агрессии, сахара и кислоты (в мифологии это противостояние Венеры и Марса). Тело пытается дать нам урок: тому, кто не любит, становится кисло. Если сформулировать эту мысль еще более четко: невозможно наслаждаться тому, кто сам этого не умеет!

Принять любовь способен только тот, кто может ее дарить, — ну а диабетик отдает любовь только в форме неусвоенного сахара, выделяемого вместе с мочой. Если человек не способен расслабиться, сахар в его организме не задерживается (сахарный понос). Диабетик хочет любви (сладостей), но не решается быть активным («сладкого мне ни в коем случае нельзя!»). Он мечтает об этом («мне ужасно хотелось бы, но, к сожалению, никак нельзя!»). Диабетик не научился отдавать свою любовь, поэтому она пролетает сквозь него, и ему приходится выделять свой так и не впитанный в организм сахар. От этого любому станет кисло!

ПЕЧЕНЬ

Говорить о печени достаточно сложно из-за огромного количества ее функций. Это один из самых больших органов человека, основа для промежуточного обмена веществ или, говоря образно, лаборатория человеческого организма. Разрешите коротко рассказать о наиболее важных функциях печени.

1. *Аккумуляция энергии* — печень вырабатывает глюкозу и накапливает ее (примерно 500 ккал). Полученные углеводы преобразуются жир, увеличивая жировые отложения организма.

2. *Выработка энергии* — весь жир, попадающий с пищей в организм, поступает в печень, где может быть использован для сжигания, то есть для получения энергии.

3. *Белковый обмен* — печень способна как расщеплять имеющиеся аминокислоты, так и синтезировать новые. Она является связующим звеном между животными и растительными белками, содержащимися в пище, и белками человека. Каждый белок имеет ярко выраженные отличительные особенности, но элементы, из которых он состоит — аминокислоты, универсальны (подобно тому, как индивидуальные дома строятся из одинаковых кирпичей). Индивидуальные особенности растительного, животного и человеческого белка связаны с различным расположением составляющих его аминокислот; каждый белок имеет свой собственный код.

4. *Выведение вредных веществ из организма* — в печени все ядовитые вещества, как вырабатываемые самим организмом, так и инородные, лишаются активности. Из них удаляется вода, чтобы можно было вывести их из организма через почки или желчный пузырь. Кроме того, в печени происходит преобразование билирубина (продукта расщепления гемоглобина) с той же целью — выведения из организма. Любое нарушение этого процесса приводит к желтухе. И, наконец, в печени происходит синтез мочевины для ее выведения через почки.

Это только наиболее важные функции печени. Давайте начнем трактовать символику этого органа с последнего пункта — выведения вредных веществ из организма. Для того чтобы выводить вредные вещества, необходимо уметь проводить различия и оценивать. Тот, кто не может разобраться, что ядовито, а что нет, никогда не сможет удалить что-либо. Следовательно, нарушение деятельности печени можно связать с проблемой оценки. Печень

может «ошибаться», рассматривая какие-то вещества как полезные или, наоборот, вредные (пища или токсины?). Пока есть возможность правильно оценить, что и в каком количестве полезно, у вас не будет возникать проблем с переизбытком чего-либо. Печень оказывается нездоровой именно из-за переизбытка: жиров, еды, алкоголя, наркотиков. Больная печень ясно свидетельствует о том, что человек берет гораздо больше, чем может переработать, об отсутствии у него чувства меры, необузданном и неоправданном стремлении владеть всем.

Печень является поставщиком энергии. Человек с больной печенью теряет эту энергию: ему не хватает жизненных сил, у него пропадает потенция, желание есть и пить. Он теряет интерес к жизни, и, таким образом, его симптом оказывает коррекционное воздействие на его главный порок — страсть к переизбытку во всем. Это естественная реакция организма на отсутствие чувства меры и манию величия. Симптом заставляет отказаться от безмерного употребления чего бы то ни было. Кровь теряет способность свертываться, становится слишком жидкой — и буквально вытекает из человека, а ведь это его жизненный сок. Болезнь помогает человеку научиться спокойствию и самоограничению в сексе, еде и питье. Особенно четко это видно при гепатите.

Символика печени связана также с мировоззренческими и религиозными вопросами, собственное отношение к которым некоторые из нас даже не могут сформулировать. Давайте вспомним о синтезе белка, являющегося строительным камнем самой жизни. Белок состоит из аминокислот. Из растительного и животного белка, получаемого с пищей, печень создает белок человека, изменяя пространственное расположение аминокислот. Другими словами: сохраняя строительный материал (аминокислоты), печень изменяет их пространственную структуру и осуществляет, таким образом, качественный скачок из растительного и животного

го мира в мир человеческий. Но, несмотря на эволюционные процессы, «строительные камни» сохраняются, напоминая о происхождении человека.

Синтез белка — это совершенное отображение на уровне микрокосмоса того, что в макрокосмосе носит название эволюции. Преобразованием и изменением качественного образца из одних и тех же элементов может быть образовано бесконечно большое число различных форм, причем материал остается неизменным. Получается, что все тесно связано друг с другом. Вот почему мудрецы говорят, что все заключено в одном, а одно — во всем (часть от целого).

Осознание этого находит свое выражение и в религии. Слово «религия» переводится как «обратная связь». Религия ищет пути к праоснове, к исходному пункту, к универсальной единице измерения. И она их находит, ибо то, что отделяет нас от единства, — это иллюзия (майя). Иллюзия возникает за счет игры различных образцов единой сущности. Поэтому путь к началу может найти только тот, кто ясно видит эту иллюзию якобы различных форм. Многое и единое — именно на этой территории работает печень.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПЕЧЕНИ

Человек с больной печенью должен задать себе такие вопросы.

- 1. В каких областях жизни я утратил способность давать правильную оценку предметам и явлениям?*
- 2. Где я больше не могу проводить различия между тем, что мне полезно, и тем, что вредно?*

3. *В чем я утратил чувство меры, чего мне хочется получить больше, чем нужно?*

4. *Волнует ли меня религия, пытаюсь ли я найти обратный путь к своему началу, или же многообразие застилает мне глаза, и я перестал воспринимать единство? Неужели меня совсем перестали интересовать мировоззренческие проблемы?*

5. *Может быть, мне не хватает доверчивости?*

ЖЕЛЧНЫЙ ПУЗЫРЬ

Желчный пузырь собирает произведенную печенью желчь. Но если желчные пути закупорены (что часто происходит из-за камней), то желчь не может найти дорогу в пищеварение. О том, что желчная жидкость ассоциируется с агрессией, нам хорошо известно из разговорной речи. Мы, например, говорим, что «человек брызжет слюной и желчью». А холерики получили свое название по этой желчной агрессии.

Бросается в глаза, что желчные камни чаще бывают у женщин, а полярные им камни в почках — у мужчин. Кроме того, камни в желчном пузыре чаще бывают у замужних женщин с детьми, а не у одиноких и бездетных. Может быть, эти статистические данные помогут нам правильно истолковать символическое значение желчного пузыря.

Энергия, подобно воде, хочет течь. Если на своем пути она встречает препятствия, то возникает «энергетическая пробка». Если в течение довольно долгого времени эта пробка не рассасывается, то энергия, как правило, начинает уплотняться. Отложения в организме и образование камней — это символ вытекшей энергии. Камни в желчном пузыре — это окаменевшая агрессия. Энергия и агрессия являются почти идентичными понятиями. (Вы должны четко понять, что мы используем слово агрессия не в

отрицательном смысле: она нужна человеку не меньше, чем желчь или зубы!)

Именно поэтому нет ничего удивительного в том, что камни бывают в желчном пузыре замужних женщин, обремененных семьей. Такие женщины воспринимают свою семью как структуру, которая мешает течь их энергии и агрессии в соответствии с неким законом. Они относятся к семейной жизни как к тискам, из которых не хватает духу освободиться, — и энергия превращается в камень. При коликах пациент оказывается вынужденным сделать то, на что раньше у него не хватало смелости: он совершает массу движений и громко кричит, поэтому подавленная энергия снова приходит в движение. Болезнь заставляет быть честным!

АНОРЕКСИЯ (ANOREXIA NERVOSA)

Заканчивая главу, посвященную пищеварению, мы хотели бы поговорить о классической психосоматической болезни, которой подвержены исключительно женщины и которая обладает определенным шармом, связанным с ее опасностью и оригинальностью. Итак, поговорим об анорексии. В этом случае юмор и ирония, присутствующие в любой болезни, оказываются особенно явными: пациентка отказывается есть, потому что у нее нет аппетита, и умирает, даже не почувствовав, что серьезно больна.

Вот это величие! Но родственникам и врачам плохо удастся демонстрация восхищения подобным подвигом. В первую очередь им приходится думать о другом. Они пытаются убедить больную в преимуществах питания и самой жизни. Приходится прибегать даже к принудительному питанию. (Если вы не видите, насколько комична эта ситуация, значит, вы не тот зритель, на которого рассчитана тонкая режиссура великого театра — нашего мира!)

Пациентки, чаще всего девочки-подростки, отказываются принимать пищу, что — частично сознательно, частично нет — основано на желании сохранить стройную фигуру. Но демонстративный отказ от пищи может перейти и в свою противоположность: находясь в одиночестве и будучи уверенными, что их никто не видит, они начинают буквально запихивать себе в рот огромные куски. За ночь юные создания способны опустошить целый холодильник, они глотают подряд все, что только могут найти. Но ведь так они потолстеют! Ни в коем случае нельзя оставлять съеденное в себе! Поэтому делается все возможное, чтобы добиться рвоты. Каких только трюков они ни придумывают, чтобы обмануть всех, кто за них переживает. Очень трудно составить себе достаточно точную картину, что такая пациентка ест на самом деле, а что выкидывает; когда утоляет свой страшный голод, а когда нет.

А уж если они едят, то такое, что и едой-то назвать нельзя: лимоны, зеленые яблоки, кислые салаты — одним словом, продукты, в которых мало питательных веществ и калорий. Кроме того, эти пациентки применяют слабительное, чтобы как можно скорее избавиться от того небольшого, что попало в организм. У них повышенная потребность двигаться. Девушки совершают длительные прогулки, стараясь избавиться от несуществующего жира. Учитывая их ослабленное состояние, этому можно только удивляться. Бросается в глаза и альтруизм подобных больных. Венцом такого альтруизма является приготовление обеда для других. Они готовят, обслуживают и умиленно смотрят, как едят другие. Им это несложно до тех пор, пока их не просят «составить компанию». В таком случае девушки тут же уходят и стараются остаться одни. Часто у больных анорексией отмечается отсутствие менструаций или, по крайней мере, проблемы и нарушения в этой сфере.

Если говорить о символике анорексии, налицо завышенный идеал аскетизма. В его основе лежит древний конфликт между духом и материей, чистотой и влечением. Пища создает тело, то есть питает мир форм. Отказ от еды — это, по сути дела, отрицание телесного, всех стремлений и желаний собственного тела. Их истинный идеал выходит далеко за рамки еды: это чистота и уход в мир духовного. Они хотят освободиться от тяжести материи, пытаются бежать от собственной сексуальности и влечений. Их цель — сексуальная невинность и отсутствие половой принадлежности. А для этого необходимо оставаться очень стройной, иначе (о, ужас!) появятся гадкие округлости, свойственные женскому телу.

Они боятся не только женственных форм. Толстый живот напоминает о возможности забеременеть. Поэтому сопротивление собственной женственности и сексуальности находит выражение в отсутствии менструаций. Высший идеал такой больной — дематериализация. Прочь от всего, что напоминает о низменном, о телесном!

Девушка не воспринимает свое состояние как болезнь и вообще не воспринимает никакие терапевтические мероприятия, потому что они поддерживают тело, от которого так хочется избавиться. Больная, страдающая анорексией, умело избегает принудительного питания в больнице. Она использует самые изощренные трюки, чтобы пища исчезла, отвергает любую помощь и, стиснув зубы, продолжает стремиться к своему идеалу. Смерти она не боится. Как может страшить смерть того, кто панически боится жизни?

Она испытывает страх перед всем, что имеет округлую форму, аморфно, женственно, способно к оплодотворению и связано с влечением и сексуальностью. Она боится близости и теплоты. (Отсюда и отказ от совместных трапез.) Сидеть вместе в тес-

ном кругу и вместе принимать пищу — древнейший ритуал любой культуры. Во время совместной трапезы возникают человеческое тепло и близость — и того, и другого больные анорексией боятся.

Страх появляется из тени этих пациенток. В этой тени с нетерпением ждут своего осуществления те темы, которых они так старательно избегают в реальной жизни. Страшно тоскуя по всему живому и теплomu, они бегут от тепла, боясь оказаться раздавленными жизнью. Пациентке никак не удастся найти золотую середину между жадностью и аскетизмом, неумеренной едой и отказом от пищи, эгоцентризмом и желанием отдавать. **За сильно развитым альтруизмом скрывается завышенный эгоцентризм.** Это сразу чувствует любой, кто ухаживает за такими пациентками. Больные хотят внимания, но получают его обходным путем. Отказываясь от еды, человек приобретает неожиданную власть над другими людьми, которые, находясь в отчаянии, считают, что обязаны заставить его есть и сохранить жизнь. Этот трюк хорошо осваивают даже маленькие дети, которым удается таким образом держать в ежовых рукавицах всю семью.

Больным анорексией не поможет принудительным питанием. Лучше попытаться помочь им быть честными с самими собой. Пациентка должна найти в себе и научиться осознавать жадность, потребность в любви и сексе, женственность, эгоцентризм и все свои влечения. Она должна понять, что от земного не избавиться — ни борясь с ним, ни подавляя. Его необходимо осознать и принять. Большинство из нас может многому научиться на примере анорексии. Ведь не только эти больные пытаются с помощью претенциозно звучащих философских теорий подавить в себе вызывающие страх потребности своего тела. Не только эти больные пытаются с помощью такой философии вести чистый и одухотворенный образ жизни. Они не замечают, что аскетизм тоже отбрасывает тень — и тень эта называется жадностью.

5. Органы чувств

Органы чувств — это ворота восприятия. Они связывают нас с внешним миром. Это окна нашей души, мы смотрим сквозь них, чтобы в конце концов увидеть самих себя. Потому что внешнего мира, который мы познаем с помощью чувств и в незыблемую реальность которого твердо верим, на самом деле не существует.

Давайте попробуем постепенно, шаг за шагом, разобраться во всем, что звучит, на первый взгляд, так ужасно. Итак, каким образом функционирует наше восприятие? Любой акт чувственного восприятия заставляет нас ограничиться информацией, которая возникает при изменении колебания частиц. Например, мы рассматриваем железную палку и видим, что она черного цвета, ощущаем холод металла, специфический запах, на ощупь чувствуем, какая она твердая. Теперь возьмем горелку Бунзена и разогреем эту палку. Мы увидим, как меняется ее цвет, увидим, как по ней проходят красные сполохи, почувствуем исходящий от нее жар, сможем заметить и ее подвижность. Что же произошло? Мы ввели в палку энергию, из-за чего в ней изменилась скорость движения частиц. Повышение скорости привело, в свою очередь, к изменению восприятия, описать которое можно словами «красный», «горячий», «подвижный» и т. д.

Значит, наше восприятие основано на колебании частиц и изменении его частоты. Частицы попадают на специфические рецепторы наших органов восприятия, вызывают раздражение, которое с помощью химико-электрических импульсов через нерв-

ную систему попадает в мозг и создает комплексное изображение. Его мы называем «красным», «горячим», «ароматным» и т. д. Частицы входят, а комплексные образы восприятия выходят. Между ними находится процесс обработки. Нам кажется, что комплексные изображения, которые создает наше сознание из полученной от частиц информации, действительно существуют вне нас. Но на самом деле это не так! Снаружи существуют только частицы. Безусловно, наше восприятие основано на частицах, но воспринимать их как таковые мы не в состоянии. **Поэтому мы окружены только нашими субъективными образами.** Нам, конечно, кажется, что остальные люди (а существуют ли они на самом деле?) воспринимают то же самое, ведь для описания своего восприятия они используют те же слова, что и мы. Но два человека никогда не смогут полностью удостовериться, что они видят одно и то же, хотя оба описывают увиденное словом «зеленый». Мы одиноки в кругу наших собственных образов, но делаем все возможное, чтобы избежать этой правды.

Образы кажутся нам естественными, такими же естественными, как во сне, но только в том случае, если этот сон снится достаточно долго. В один прекрасный день человек очнется от своего сна и удивится: мир, казавшийся таким реальным, превратился в ничто — в иллюзию, майю, дымку, застилающую нам реальность. Если вы внимательно следите за ходом рассуждений, то можете возразить, что, хотя наше окружение и не существует в той форме, которую мы воспринимаем, но внешний мир все равно есть, он состоит из частиц.

Но и это обманчиво. Ведь на уровне частиц нет границ между «Я» и «не-Я», между внешним и внутренним. Частице все равно, по ней не видно, принадлежит она мне или внешней среде. Здесь нет вообще никаких границ. Здесь все едино.

Именно это имеет в виду древний эзотерический принцип: «микрокосмос = макрокосмос». Знак равенства использован здесь с математической точностью. «Я» (Эго) — это иллюзия, существующая в сознании искусственная граница — до тех пор, пока человек не научится приносить свое «Я» в жертву, чтобы, к своему величайшему удивлению, осознать, что **одиночество**, которого он так боялся, есть на самом деле **единство всего во всем**. Но путь к этому единству — путь посвященных — долг и труден. Органы чувств связывают нас с иллюзорным миром материи.

В начале этой главы мы говорили, что органы чувств — это окна нашей души, через них мы можем увидеть самих себя. Все, что мы называем внутренним или внешним миром, суть отражения нашей души. Зеркало дает возможность увидеть и лучше узнать самих себя, потому что оно демонстрирует нам и те наши стороны, которые невозможно увидеть самому. Окружающий мир — это грандиозное зеркало самопознания. Поскольку та картина, которую мы там видим, радует нас далеко не всегда, — ведь в нем отражается и наша тень, — нам очень важно отделить от себя внешнее и подчеркнуть, что «мы не имеем с этим абсолютно ничего общего».

Это очень опасно. Мы проецируем то, какие мы есть, на внешний мир и верим в самостоятельность этой проекции. При этом забываем забрать свои проекции назад — и начинается эпоха социальной работы, когда каждый помогает каждому, и никто не помогает самому себе. Для становления сознания необходимо внешнее отражение, но нельзя забывать вбирать его в себя, если, конечно, мы хотим вернуть свою цельность. Давайте вернемся к мифу о создании женщины. У совершенного андрогинного создания, Адама, была взята **одна сторона**, которой был придан статус формальной самостоятельности. Таким образом, Адаму стало не

хватать своей половины, но он находил ее во внешнем мире — в Еве. Адам мог вернуть свою целостность лишь в случае объединения с тем, чего ему не хватает. Произойти это могло только с помощью внешнего.

Если человек не обращает должного внимания на то, что воспринимает в зеркале внешнего мира, если не старается постепенно, шаг за шагом, наполнить смыслом свой жизненный путь и избавиться от заманчивых иллюзий, если считает, что не имеет ничего общего с внешним миром, то судьба постепенно начинает препятствовать его восприятию.

Воспринимать — значит принимать к сведению. Это может произойти только в том случае, если человек во всем будет осознавать самого себя. Если же он об этом забудет, окна души постепенно затуманятся и станут непрозрачными. Когда органы чувств начинают ослаблять свои функции, человек с неизбежностью должен учиться смотреть внутрь себя, прислушиваться к тому, что происходит внутри, то есть — возвращаться к самому себе.

Существует техника медитации, при которой возвращение к самому себе происходит произвольно. Пальцами медитирующий закрывает все «ворота души»: глаза, рот, уши, — а потом обращается к соответствующим внутренним чувственным восприятиям, которые при определенной тренировке проявляются в виде вкуса, цвета и звука.

ГЛАЗА

Глаза не только впускают внутрь впечатления, но и выпускают наружу нечто важное: в них видны чувства и настроения человека. Поэтому мы, заглядывая в глаза друг другу, пытаемся научиться «читать» по этому зеркалу души.

Из глаз могут литься слезы, выпуская наружу горе и печаль. Иридодиагностика использует радужную оболочку глаза как зеркало тела. По глазам легко можно определить характер человека. Выражения «злой взгляд» или «волшебный взгляд» дают нам понять, что глаза — это орган, который способен не только вбирать в себя, но и выпускать наружу. Активными глаза становятся, если вы «бросаете на кого-то взгляд». Синонимом слова «полюбить» в разговорной речи является выражение «глаз отвести не может». Еще говорят: «Ослеп от любви».

Самые распространенные недостатки зрения — дальнозоркость и близорукость, причем близорукость характерна для молодости, а дальнозоркость — для старости. И это правильно, потому что молодые люди видят только маленький кусочек жизни вокруг себя, а люди пожилые рассматривают мир с определенного расстояния. Точно так же пожилые люди великолепно помнят события далекого прошлого, но забывают события, которые произошли только что.

Близорукость говорит о ярко выраженной субъективности человека. Про такого человека обычно говорят: «Не видит дальше собственного носа», «смотрит на жизнь сквозь свои очки». Все, о чем бы ни шла речь, он воспринимает так, как будто это задевает его лично. Казалось бы, тот, кто не видит ничего дальше границ собственного тела, должен сосредоточиться на самопознании, но, увы, этого не происходит. Субъективный человек *переносит* все на себя, но *распознать* в происходящем себя не решается. Вместо способности к самопознанию у него развиваются обидчивость и целый комплекс защитных реакций.

Это несоответствие компенсирует близорукость. Она вынуждает человека рассматривать предметы с более близкого расстояния и приближает точку максимального зрения ближе к кончику носа. Таким образом, близорукость символизирует эту за-

вышенную, не способствующую самопознанию субъективность на телесном уровне. Если человек плохо видит, то он должен задать самому себе вопрос: «Чего (или кого) я не хочу видеть?» Правдивый ответ всегда будет звучать одинаково: «Самого себя».

Насколько сильно ваше нежелание видеть самого себя таким, какой вы есть, видно по количеству диоптрий ваших очков.

Очки — это протез, а значит, и обман. С помощью оптики мы пытаемся свести на нет полную символического значения коррекцию, которую проводит судьба.

Обман поднимается на ступень выше, когда в ход идут контактные линзы. Ведь таким образом мы пытаемся еще и скрыть тот факт, что «не в состоянии ничего разглядеть». Представьте себе, что однажды ночью исчезнут все очки и контактные линзы. Что будет?! Жизнь внезапно окажется гораздо честнее. Каждый близорукий человек почувствует свою неспособность видеть предметы такими, каковы они на самом деле.

Болезнь способна помочь человеку только в том случае, если он ее ощущает. Некоторые сразу смогут понять, что их картина мира является нечеткой, они видят все «размытым», а их кругозор очень узок. Может быть, с ними произойдет то, о чем оброчно говорится, как о «пелене, спавшей с глаз». Может быть, они научатся лучше видеть предметы и явления. А это необходимо, потому что единства не может добиться тот, кто не способен разглядеть суть.

У пожилых людей благодаря опыту развиваются мудрость и способность видеть далеко. К сожалению, способность видеть далеко проявляется у многих из них только на материальном уровне в виде **дальнозоркости**.

Для **дальтоники** характерна невосприимчивость к разнообразию и пестроте жизни. Они проходят мимо различий,

нивелируя их. Одним словом, дальтоники — это люди, лишившие свою жизнь красок.

Конъюнктивит, как и всякое воспаление, свидетельствует о наличии конфликта. При конъюнктивите глаза очень болят, легче становится, только если их закрыть. Так подчас мы закрываем глаза на конфликт, потому что не хотим столкнуться с ним лицом к лицу.

Косоглазие: чтобы разглядеть предмет во всех его измерениях, нам необходимы одновременно два изображения. Наверное, вам сразу бросилось в глаза, что это еще одно подтверждение закона полярности. Чтобы воспринимать нечто целиком, нужно сразу два зрения. Но если зрительные оси не скоординированы, то человек начинает косить. На сетчатке обоих глаз появляются два не покрывающие друг друга изображения. Прежде чем человек мог бы увидеть эти несовпадающие изображения, мозг принимает решение отбросить одно из них (на косящем глазе). Таким образом, человек оказывается одноглазым, так как изображение на одном из глаз оказывается невостребованным. Он воспринимает все плоским и теряет понятие об измерениях.

То же самое происходит и с полярностью: человек должен воспринимать оба полюса как одно изображение (например: волна и корпускула, свобода и детерминизм, добро и зло). Если он этого не делает, если разводит изображения в разные стороны, то таким образом он отключает свое зрение (подавляет его), становится не единым, а одноглазым. Его мир — односторонний.

Помутнение хрусталика: при катаракте хрусталик, а, следовательно, и взгляд, становятся мутными. Пропадает острота зрения. Пока у нас острое, резкое зрение, все предметы тоже имеют остроту и резкость, то есть они могут нанести повреждение. Но если острота сменяется размытостью, то из мира исчезает опасность. Нерезкое зрение символизирует дистанцию, отход от

окружающего мира и от самого себя. Катаракта подобна опущенной занавеске, скрывающей то, что видеть не хочется. Катаракта «застилает глаза» и может привести к полной слепоте.

При **глаукоме** повышенное внутриглазное давление сужает поле зрения. Человек смотрит на мир сквозь шторы. Общий вид теряется, человек воспринимает только какой-то отрезок. За глаукомой скрывается психическое давление невыплаканных слез (внутриглазное давление).

Крайняя форма нежелания видеть — **слепота**. Многие оценивают слепоту как самую страшную потерю организма. Выражение «он ослеп» мы используем в переносном смысле. У слепого человека полностью отсутствует внешняя проекционная поверхность, поэтому он вынужден смотреть только внутрь себя. Физическая слепота — это крайняя форма выражения слепоты сознания.

Несколько лет назад в США была использована новая операционная техника, в результате чего было возвращено зрение большому количеству молодых людей. Это не принесло им счастья и радости, большинство прооперированных не смогли найти себя в этом мире. Безусловно, проанализировать этот факт можно под разными углами зрения. Но важно осознать и то, что с помощью функциональных мероприятий можно изменить только функции — но не проблемы, которые проявлялись в этих симптомах. Только распроставшись с мыслью о том, что любое увечье — это неприятная помеха, которую следует устранить как можно быстрее, мы сможем получить от этого увечья пользу. Пусть появившийся симптом помешает нам мчаться по жизни дальше так, как мы привыкли, пусть он помешает нам жить так, как раньше. Тогда болезнь окажется тем путем, который сможет привести к выздоровлению. Тогда слепота сможет научить правильно видеть и вернуть цельность.

УШИ

Давайте обратимся к выражениям, которые демонстрируют место, отводимое ушам: «открыть уши», «прочистить уши», «быть послушным», «прислушаться к голосу разума». Во всех словах и выражениях однозначно прослеживается тема «впускания», пассивности, послушания. По сравнению со зрением, слух — гораздо менее активная часть восприятия. Гораздо проще самостоятельно (то есть активно) отвести взгляд или закрыть глаза, чем закрыть уши. Способность слышать — это физическое проявление послушания и унижения. Так, мы спрашиваем ребенка, который своевольничает: «Ты что, плохо слышишь?» Тот, кто плохо **слышит**, не хочет **слушаться**. Игнорируя какую-либо информацию, человек невозмутимо говорит: «Извините, я прослушал». В этом проявляется его эгоцентризм. Пропадает компонент покорности и готовности слушаться.

То же самое происходит при плохой слышимости из-за шумовых помех. Вред наносит на самом деле не сила звука, а психическое сопротивление, нежелание мириться с шумом. Нежелание слушать приводит к неспособности слышать.

Воспаления и боли в ухе чаще всего бывают у детей в том возрасте, когда они учатся послушанию.

Практически все пожилые люди слышат не очень хорошо. Старческая глухота, плохое зрение, онемение членов и недостаточная подвижность относятся к основным соматическим симптомам старости. Они соответствуют тенденции человека с возрастом становиться менее гибким и покорным. Старый человек теряет гибкость и готовность слушаться. Это типично для старости, но не обязательно. Так же, как и болезнь, старость дает возмож-

ность человеку увидеть нерешенные проблемы и делает человека честным.

Внезапно начавшееся снижение слуха может прогрессировать вплоть до глухоты. Чтобы правильно истолковать его, нужно очень внимательно изучить ситуацию, при которой это произошло. Ведь такой симптом — это призыв прислушаться к самому себе, послушать свой внутренний голос. Глухим становится тот, кто уже давно не слышит свой внутренний голос.

ГЛАЗНЫЕ БОЛЕЗНИ

Если у вас проблемы с глазами или со зрением, снимите на один день очки (или контактные линзы), чтобы сознательно отнестись к реальной жизни. А потом попробуйте составить таблицу, в которой будет отмечено, каким вы видели мир, что вы могли делать, а что нет, в чем вы чувствовали себя ущербным, с чем не смогли справиться и т. д.

Такая таблица даст вам достаточно материала для того, чтобы осознать, насколько адекватно вы обычно воспринимаете мир.

Кроме того, постарайтесь ответить на следующие вопросы.

1. *Что я не хочу видеть?*
2. *Мешает ли моя субъективность самопознанию?*
3. *Пытаюсь ли я в том, что происходит, увидеть самого себя?*
4. *Использую ли я зрение для расширения своего поля видимости?*
5. *Боюсь ли я увидеть резкое изображение предметов?*

6. *В состоянии ли я выдержать реальное, четкое восприятие предметов?*

7. *На какую часть моего бытия я предпочитаю закрывать глаза?*

БОЛЕЗНИ УШЕЙ

Если у вас проблемы с ушами или со слухом, то постарайтесь ответить на следующие вопросы.

1. *Почему я не готов кого-либо слушать?*
2. *Кого или чего я не хочу слушаться?*
3. *Находятся ли у меня оба полюса — эгоцентризм и послушание — в равновесии?*

6. ГОЛОВНЫЕ БОЛИ

Количество людей, страдающих от головных болей постоянно растет во всем мире, особенно в развитых странах. 20 процентов людей, считающих себя здоровыми, признаются, что у них иногда болит голова. Статистика утверждает, что головные боли чаще бывают у женщин, чем у мужчин, высшие слои общества больше подвержены этому недугу, чем нижние. В этом нет ничего удивительного: голова демонстрирует совершенно четкую полярность телу. Это высшая инстанция нашего телесного института. С помощью головы мы себя утверждаем. Голова представляет собой верх, а тело — низ.

Голову мы воспринимаем как место, где обитают мышление и разум. Про человека, совершившего неразумный посту-

пок, говорят: «Безголовый». Вы можете «открутить кому-нибудь голову», но не рассчитывайте при этом, что он сохранит «холодную голову». Иррациональные чувства, такие как, например, любовь, если верить символике языка, отрицательно влияют на голову, ее можно даже «потерять». Хотя есть и такие «твердолобые», которые никогда в жизни не «потеряют голову» и не будут «биться головой о стену». (Правда, толщина и крепость лобных костей этой категории людей предметом интереса медиков и антропологов никогда не являлась.)

Сильные головные боли начинаются внезапно, носят, как правило, давящий характер и могут не прекращаться несколько часов и даже дней. Чаще всего боль возникает из-за слишком сильного напряжения сосудов. Кроме того, отмечается сильное напряжение мышц головы, плечевого пояса, затылка и области шейных позвонков. Такие боли появляются при перегруженности напряженной работой, в критических для карьеры ситуациях.

Это «путь вверх», который приводит к выпячиванию верхнего полюса, то есть головы. За головными болями очень часто скрывается человек честолюбивый, с завышенными претензиями, который всегда старается настоять на своем («пробивая лбом стену»). Честолюбие и жажда власти легко поднимаются в голову. Дело в том, что тот, кто ценит только рациональное, разумное и предпочитает трезвый подход, очень быстро теряет связь со своим «нижним полюсом». У такого человека голова становится «тяжелой». Но с точки зрения истории развития человека как биологической особи, органы тела и их большей частью неосознаваемые функции намного «старше», чем способность мыслить, которая развивалась вместе с корой головного мозга и представляет собой довольно позднее достижение эволюции.

У человека два центра: сердце и мозг — чувства и разум. Современная европейская культура уделяет главное внимание развитию интеллекта в ущерб чувствам. Но отказаться от мышления и головы в угоду сердцу и чувствам — тоже не выход. Люди, которые переносят центр тяжести в живот, тоже не отличаются цельностью. Оба центра одинаково важны, нельзя сказать, что один из них лучше, а другой хуже.

Не менее важен вопрос о том, **куда** мы направляем деятельность своего разума. В большинстве случаев люди используют рациональное мышление для отграничения своего «Я», пытаются спорить с судьбой и обеспечить доминирование собственного Эго. Такие попытки заранее обречены на неудачу: результатом, как при строительстве Вавилонской башни, будут только разброд и смятение.

Если разум отделяется от нижнего полюса, он лишается своих корней. Например, функциональное научное мышление лишено корней и потому не может вернуться к своим истокам, то есть к религии. Человек, который следует за головой, может достичь огромных высот, но при этом абсолютно лишиться поддержки снизу, поскольку не чувствует своих «корней». Что удивительного в том, что на высоте голова начинает кружиться: она бьет тревогу.

Появление головной боли — наиболее быстрая реакция организма на появление проблемы. Во всех остальных органах, прежде чем появится боль, должны произойти более глубокие изменения. Голова — самый чувствительный страж. Головная боль дает понять, что мы неправильно используем собственный разум, преследуем сомнительные цели. Она бьет тревогу, как только мы начинаем «ломать голову» в бесплодных попытках придумать как можно больше каких-нибудь «гарантий», которых на самом деле не существует. Человек не может гарантировать абсолютно ничего

внутри материальной формы своего существования. Любые предпринимаемые им попытки просто выставляют его в смешном свете.

«Ломают» голову чаще всего над самыми неважными вещами. И продолжают делать это до тех пор, пока не начинает «раскалываться» череп. Напряжение должно компенсироваться релаксацией. Если голова начинает болеть, посылая вам однозначные сигналы тревоги, самое время отойти как можно дальше от своих многочисленных «я хочу» и «я считаю», от честолюбия, заставляющего вас ползти вверх, от твердолобости и упрямства. Самое время — переключиться вниз, на потребности души и тела. Никто не в состоянии помочь тому, кто в течение многих лет пытается заглушать сигналы тревоги с помощью болеутоляющих таблеток — он «рискует головой».

МИГРЕНЬ

Мигрень — это проявляющаяся в виде приступа сильнейшая боль, охватывающая, как правило, одну сторону головы и сопровождающаяся нарушениями зрения, рвотой, поносом. Такой приступ обычно длится несколько часов. Больной впадает в депрессию и становится очень раздражительным, у него появляется желание остаться одному в темной комнате на кровати.

Греческий синоним слова мигрень (гемикрания) можно перевести на русский язык как «полуголовость», что однозначно указывает на односторонность мышления, которое у больного мигренью принимает те же самые формы, что и у человека, страдающего напряженными головными болями.

Все, что уже говорилось о головной боли, подходит и для мигрени, за исключением одного пункта, который в данном случае подвергся изрядной модификации. Если пациент с напря-

женными головными болями пытается вообще «отделить свою голову от тела», то пациент с мигренью, напротив, переносит одну из проблем тела в голову и пытается поместить ее там. Это проблема сексуальности. Сдвиг этот не случаен, потому что область гениталий и голова находятся во взаимосвязи по типу аналогии. В этих частях тела находятся все имеющиеся у человека отверстия.

Отверстия тела играют в сексуальности главную роль (любить = впускать, а впустить на телесном уровне можно только там, где есть отверстия!). На языковом уровне женские половые органы соответствуют губам (например, сухие губы!), а нос мужчины народная мудрость приводит в соответствие с половым членом. При оральном сексе четко проявляется связь между нижней частью тела и головой. За противостоянием гениталий и головы стоит единство — «как наверху, так и внизу». Насколько часто голова используется как замена нижней части тела, видно на примере покраснения. В неприятных ситуациях, которые, пусть и в разной степени, но почти всегда имеют сексуальную подоплеку, кровь приливает к голове, заставляя человека краснеть. Наверху осуществляется то, что по сути дела должно происходить внизу, потому что при сексуальном возбуждении кровь приливает к гениталиям, половые органы набухают и краснеют. Такой же сдвиг от половых органов к голове наблюдается и при импотенции. Чем больше мыслей в голове у мужчины во время полового акта, тем больше вероятность того, что в нижней части тела потенция отсутствует.

Сдвиг происходит и у людей с сексуальной неудовлетворенностью. Они, как правило, едят все больше и больше, пытаясь удовлетворить таким образом свой любовный голод, но никак не могут насытиться. Этих примеров вполне достаточно, чтобы убедиться в аналогии головы и нижней части тела. У людей, стра-

дающих мигренью (как правило, это женщины), всегда есть сексуальные проблемы.

Уже много раз говорилось, что существуют два общепринятых способа разобраться с проблемой. Ее можно отодвинуть и подавить или же демонстративно компенсировать. Это полярные способы выражения одного и того же затруднения. Если человек боится, он может дрожать от страха или дико размахивать руками: и то, и другое есть проявление слабости. Среди пациентов с мигренью есть люди, которые полностью исключили секс из своей жизни («Что вы, меня это совершенно не интересует!»), и такие, кто пытается выставить напоказ свое вольное к нему отношение. И у тех, и у других есть сексуальные проблемы. Если человек не признается в проблемах даже самому себе (не хочет иметь с сексуальностью ничего общего или ведет себя так, чтобы все видели, что «с этим у него все в порядке»), значит, он переносит эту проблему в голову, где она и проявляется мигренью. Таким образом, проблема решается на более высоком уровне.

Приступ мигрени — это оргазм, испытываемый в голове. И тот, и другой оргазм протекают абсолютно идентично, только в разных местах. При сексуальном возбуждении кровь приливает к половым органам, а напряжение в кульминационный момент сменяется расслаблением. При мигрени кровь приливает к голове, появляется ощущение сдавливания, напряжение растет, а затем сменяется фазой релаксации (расширение сосудов). Приступ мигрени могут вызвать любые раздражители: свет, шум, сквозняк, погода, волнение и т. д. Характерной чертой мигрени является то, что после приступа у человека в течение довольно долгого времени сохраняется чувство блаженства и покоя. Но в момент приступа ему хочется быть на постели в темной комнате — и одному.

Все это свидетельствует о присутствии в мигрени сексуальной проблематики и о боязни решить эту проблему на более

подходящем для этого уровне — не одному, а с партнером. Уже в 1934 году в психоаналитическом журнале Е. Гутхайль описывал больного, у которого приступы мигрени заканчивались после оргазма. Иногда этот пациент должен был испытать несколько оргазмов, прежде чем приступ прекращался.

Вышесказанное подтверждает и тот факт, что при мигрени появляются нарушения пищеварения и запоры. Человек закрыт в своей нижней части. Он не хочет иметь ничего общего с содержанием из области бессознательного (в данном случае, с калом), поэтому он возвращается назад — к сознательным мыслям. И делает это до тех пор, пока «череп не начинает раскалываться». Супруги иногда используют свою мигрень (зачастую называя так и обычную головную боль) как благовидный предлог для отказа от половой близости.

Подводя итог, можно сказать, что при мигрени возникает конфликт между влечением и разумом, между верхом и низом, между нижней частью тела и головой. Это приводит к попытке использовать голову как полигон для решения проблем, которые могут быть решены только на другом уровне (тело, секс, агрессия).

Фрейд определял мышление как репетицию действия. Мышление **представляется менее опасным**, чем действие. Но оно **не может заменить** никакого действия. **Одно должно поддерживать другое**. Человеку дана голова, чтобы с помощью этого инструмента он мог реализовать самого себя (стать реальным). Разум и способность понимать имеют свои корни в умении пользоваться собственным телом. Если эту связь разорвать, начнется застой энергии, который проявится в различных симптомах болезни. Это можно представить и более наглядно.

Ступени эскалации блокировки энергии.

1. Если активность (секс, агрессия) блокированы мышлением, то появляются головные боли.

2. Если активность блокирована на уровне вегетативной нервной системы, то есть на уровне функций организма, то это приводит к повышению кровяного давления и к вегетососудистой дистонии.

3. Если активность блокирована на уровне нервной системы, развивается рассеянный склероз.

4. Если активность тормозится на уровне мускулатуры, то появляются заболевания двигательного аппарата, например, ревматизм или подагра.

Это деление на фазы соответствует фазам реального действия. Будь то удар кулаком или половой акт, любое действие начинается с фазы представления (1), на которой происходит мыслительная подготовка активности. Затем следует вегетативная (2) подготовка тела, например, улучшение кровоснабжения определенных органов, учащение пульса и т. д. Наконец, при участии нервов (3) мускулы (4) преобразуют представление в действие. Каждый раз, когда представление не преобразуется в действие, происходит блокировка энергии в одной из четырех областей (мышление — вегетативная система — нервы — мускулатура); это через какое-то время приводит к появлению соответствующих симптомов.

Мигрень находится в самом начале этой шкалы: она блокирует сексуальность на уровне представлений. Человек должен научиться видеть свою проблему там, где она находится. Тогда он сможет все, что «ударило ему в голову», отправить туда, где ему место, то есть вниз. Развитие всегда начинается снизу, путь наверх долг и утомителен, если, конечно, идти по-честному.

ГОЛОВНЫЕ БОЛИ

Если у вас появились головные боли, задайте самому себе такие вопросы.

1. *Над чем я «ломаю голову»?*
2. *Способен ли мой верх взаимодействовать адекватно с низом?*
3. *Не слишком ли рьяно я стремлюсь наверх (повышенное честолюбие)?*
4. *Не слишком ли я упрямый, не пытаюсь ли проломить головой стену?*
5. *Не пытаюсь ли я заменить действия мыслями?*
6. *Честен ли я по отношению к самому себе в вопросах секса?*
7. *Почему я сдвигаю оргазм в голову?*

7. КОЖА

Кожа — это самый большой орган человека. Она выполняет самые разнообразные функции, главными из которых являются следующие:

1. отграничение и защита;
2. прикосновение и контакт;
3. выражение и изображение;
4. сексуальность;
5. дыхание;
6. выделение (пот);

7. регулирование теплоты.

Во всех этих функциях прослеживается общая тема — она колеблется между отграничением и контактом. Мы воспринимаем кожу как последнюю материальную границу, и в то же время кожа связывает нас с внешним миром, ею мы прикасаемся к тому, что нас окружает. В коже мы демонстрируем себя миру — из кожи мы не можем выпрыгнуть. Она отражает нашу сущность во внешний мир, причем двойным способом.

Во-первых, кожа — это рефлекторная поверхность всех внутренних органов. Любое нарушение в одном из внутренних органов моментально проецируется на кожу, а любое раздражение участка кожи тут же передается соответствующему внутреннему органу. На этой взаимосвязи основаны все виды терапии рефлекторных зон, которую лекари и знахари использовали с незапамятных времен. Прежде всего, необходимо назвать массаж рефлекторных зон стопы, банки на определенных участках спины, а также терапию рефлекторных зон носа, акупунктуру ушей и многое другое.

Опытные практики по состоянию кожи видят, что происходит с внутренними органами пациента, и обрабатывают проблемные органы через проекционные участки кожи.

Что бы ни происходило на коже: покраснение, припухлость, воспаление, прыщик, абсцесс, — это всегда указывает на определенный внутренний процесс. Раньше существовали очень интересные методики, которые пытались, например, по месту нахождения пигментных пятен определить характер человека. Но двадцатый век объявил их чепухой и суеверием и выбросил за ненадобностью. Сегодня медленно и постепенно мы возвращаемся назад, к пониманию того, что за всем происходящим скрывается невидимый образец, выражающий себя в материальном мире.

Все видимое — только напоминание о невидимом, точно так же, как произведение искусства есть выражение незримой идеи художника. Через видимое мы получаем доступ к невидимому. Мы входим в незнакомую квартиру и по внешним признакам делаем выводы о вкусах тех, кто здесь живет. То же самое можно сделать, заглянув в шкаф с одеждой. Какая разница, куда смотреть: если у хозяина квартиры плохой вкус, это проявится в чем угодно.

В любой части можно распознать целое (*pars pro toto* называли древние римляне эту взаимосвязь). Изучая **разные** части тела, можно обнаружить **один и тот же образец**. Этот образец являет самого человека со всем комплексом его проблем. Его можно найти, изучая радужную оболочку глаза (иридодиагностика) или уши (французская ушная акупунктура); участки стопы или терминальные точки. В биохимическом составе крови, в клетках нашего организма, в линиях руки, чертах лица в строении тела — во всем обнаруживается это **невидимое целое**. И в коже, разумеется, тоже.

Неважно, куда вы будете смотреть, главное — уметь это делать. Истина находится везде, потому что все в мире взаимосвязано по принципу аналогии — как наверху, так и внизу; как внутри, так и снаружи.

Кожа демонстрирует снаружи состояние наших внутренних органов. Но не только это. На ней отражаются все психические процессы и реакции человека. Некоторые из них проявляются настолько отчетливо, что заметить их может каждый: человек краснеет от стыда и бледнеет от страха, потеет от волнения и покрывается мурашками от ужаса. Хотя электропроводность кожи незаметна простым глазом, ее можно обнаружить и замерить электрическими приборами. Первые эксперименты и измерения в этой области проводил еще Юнг — именно он стоял у истоков «ассо-

циативных экспериментов» по изучению взаимосвязей такого рода. Сегодня благодаря развитию электроники есть возможность усилить и выявить мельчайшие изменения в электропроводимости кожи, можно, так сказать, «разговаривать» с кожей. На любое слово, любой вопрос, любую тему кожа реагирует моментальным изменением электрических процессов.

Можно сказать, что кожа является большим экраном, на который проецируются и соматические, и психические явления.

Но поскольку она может слишком много сказать о внутреннем состоянии, человек пытается не только тщательно ухаживать за кожей, но и манипулировать ее внешним видом. Такой обманый трюк называется косметикой, и люди готовы тратить на него огромные суммы. За тысячелетней традицией разрисовывания своего тела скрывается обыкновенная ложь. Мы пытаемся что-то скрыть, выдать одно за другое, изобразить наличие того, чего внутри не существует. Мы строим ложный фасад, разрушая соответствие формы и содержания. В этом и заключается разница между «быть красивым» и «выглядеть красивым», то есть между «быть» и «казаться». Попытка продемонстрировать миру маску начинается с косметики, а заканчивается пластическими операциями. Человек покупает себе чужое лицо, не страшась потерять собственное. Это ли не гротеск!

За всеми попытками стать другим стоит одна проблема: человек мало любит самого себя! Любить себя — тяжкий труд. Каждый, кто считает, что любит себя, наверняка путает «себя» и свое маленькое Эго. Чаще всего о любви к себе говорит тот, кто мало себя знает. Мы не любим себя целостного (включающего собственную тень), поэтому постоянно пытаемся изменить облик. Косметика будет существовать долго — до тех пор, пока человек не изменится изнутри, то есть пока не изменится его сознание.

Уже при самом беглом контакте внешность может кое-что рассказать о психике человека. Под очень чувствительной кожей скрывается чувствительная душа («у него тонкая кожа»), а человека, способного оказать сопротивление, не столь чувствительного, как другие, мы называем «толстокожим». Потливость выдает неуверенность и страх перед собеседником, покраснение говорит о волнении. Кожей мы соприкасаемся и вступаем в контакт друг с другом. Удар кулаком или нежное поглаживание — контакт все равно осуществляется через кожу. Во время болезни цельность кожи может быть нарушена изнутри (воспаление, сыпь, абсцесс) или снаружи (повреждение, операция). И в том, и в другом случае ставится под сомнение наша граница. После подобных нарушений кожа не всегда возвращается к собственной цельности.

КОЖНАЯ СЫПЬ

При образовании кожной сыпи что-то пытается выбраться наружу. Проще всего говорить на эту тему, взяв в качестве примера появление угрей в пубертатный период. В это время в подростке пробивается его сексуальность, но он испытывает определенный страх и пытается ее подавить. Половое созревание — хороший пример для рассмотрения многочисленных конфликтных ситуаций. В фазе мнимого покоя из глубин бессознательного наружу вырывается новая потребность, которая использует насильственные методы для того, чтобы обеспечить себе место в сознании и жизни человека. Это новое еще неизвестно и непривычно, оно вызывает страх. От него хочется избавиться, хочется, чтобы все было по-прежнему. Но то, что произошло, нельзя повернуть вспять.

Таким образом, подросток попадает в самый центр конфликта. Притягательность нового состояния и страх перед неизвестным тянут его в разные стороны, причем с одинаковой силой. По этой схеме протекает любой конфликт, меняется только содержание. В пубертатный период тема конфликта называется сексуальностью, любовью, партнерством. Просыпается тоска по «Ты». Человеку хочется вступить в контакт с тем, что отсутствует в нем самом, но он боится. Появляются сексуальные фантазии — молодой человек стесняется этого. Естественно, что такой конфликт вполне может проявиться в виде кожного воспаления. Ведь кожа является границей «Я», эту границу необходимо перейти, иначе найти «Ты» невозможно. К тому же кожа — это тот орган, который обеспечивает контакты, дает возможность прикоснуться и погладить. Чтобы получить любовь, нужно понравиться другому человеку таким, какой ты есть, в своей собственной коже.

Эта тема горяча, от нее воспаляется кожа, в организме проявляется нечто, стремящееся вырваться из устоявшихся границ. Новая энергия хочет вырваться на свободу, но остаются попытки не выпускать свои новые ощущения на волю, появляется страх перед новым влечением. С помощью угрей человек пытается защитить самого себя от этого нового состояния, поскольку угри затрудняют любую встречу и тормозят развитие сексуальности. Образуется замкнутый круг: нереализованная сексуальность проявляется на коже в виде угревой сыпи, а угревая сыпь препятствует сексу. Подавленное желание иметь новые раздражители превращается в раздражение на коже. Места, на которых появляются угри, свидетельствуют об их тесном контакте с сексом. Угри появляются на лице и иногда на спине (у девочек еще и в вырезе декольте). На остальной коже никакой сыпи нет, потому что там они не смогут выполнить свою задачу. Стыд за свою **сексуальность** сдвигается, и в результате появляется стыд за свои **прыщи**.

Многие врачи выписывают противозачаточные таблетки, что, в общем, имеет хороший результат. Символическое значение этих лекарств лежит на поверхности: пилюли создают в организме ощущение беременности, впечатление, как будто «это» уже произошло — угри исчезают, потому что им больше нечего предотвращать. Полезны солнечные ванны и купание в море. А вот чем больше человек закрывает свое тело, тем больше угрей у него будет. Одежда, подобно второй коже, подчеркивает ограниченность и недоступность. Раздевание же — первый шаг к тому, чтобы организм мог открыться, а лучи солнца заменяют тепло чужого тела, познать которое очень хочется и в то же время страшно. Но лучшее средство против угрей, как всем хорошо известно, — начало половой жизни.

Почти все, что было сказано о юношеских угрях, характерно и для других видов кожной сыпи. Она всегда свидетельствует о том, что нечто, до сих пор подавляемое, пытается разрушить границы и стать видимым (войти в сознание). Сыпь — это проявление того, что до сих пор было невидимым. Большинство детских болезней (корь, скарлатина, краснуха) связано с кожной сыпью. При любой детской болезни наружу вырывается нечто новое для ребенка. Кстати, именно поэтому после таких болезней наблюдаются большие скачки в развитии ребенка. Чем больше сыпи, тем легче протекает болезнь, ведь прорыв удался.

Молочница у грудного ребенка — это реакция на маму, которая слишком редко прикасается к малышу, уделяет ему мало внимания. Молочница — видимое проявление невидимой стены и попытка прорвать изоляцию. Некоторые матери часто используют экзему как повод для оправдания своего внутреннего неприятия малыша. Чаще всего эти матери — эстетки, которые в своей жизни важную роль отводят чистой коже.

Весьма распространенным кожным заболеванием является псориаз или, как его еще называют, чешуйчатый лишай. Он проявляется в виде резко очерченных округлых или плоских очагов воспаления, покрытых серебристо-белой перхотью. Естественное образование ороговелого слоя на коже принимает очень активный характер, что напоминает образование панциря (ср. роговой панцирь у животных). Защитная функция кожи трансформируется в образование защитного панциря — человек начинает отграничивать себя со всех сторон. Он не хочет ни впускать, ни выпускать. Никого и ничего. Такой результат психической защиты очень образно и точно называют «панцирем характера». За любой формой защиты скрывается страх. Человек боится повреждений. Чем выше уровень защиты, чем толще панцирь, тем больше внутренняя чувствительность и страх получить повреждение.

Здесь все точно так, как в животном мире. Если у моллюска отнять его раковину, под ней вы обнаружите беззащитное, мягкое, ранимое **нечто**. Люди, которые ради собственной защиты не хотят никого и ничего впускать в себя, на самом деле оказываются самыми чувствительными. Существует поговорка: «Под твердой оболочкой всегда скрывается мягкая сердцевина». Это на самом деле так. Но в попытке прикрыть ранимость души панцирем есть определенный трагизм. Безусловно, панцирь защитит от обид и повреждений. Но ведь точно так же он защитит от любви и внимания. Любить — значит открыться. Здесь нет места защите. А панцирь закрывает душу от всех проявлений жизни, он сужает мир, поэтому страх растет еще больше. Разорвать этот замкнутый круг становится все тяжелее. Когда-нибудь человек должен позволить случиться тому, чего он так боялся, чтобы узнать, что от этого душа не умирает. Чтобы испытать нечто поразительное, надо научиться принимать поражения. Сделать подобный шаг можно

только под внешним нажимом, который вам обеспечит либо судьба, либо психотерапия.

Мы чуть подробнее остановились на взаимосвязи сильной ранимости и образования панциря, потому что чешуйчатый лишай на физическом уровне наглядно демонстрирует именно эту связь. Что же происходит дальше? Чешуйчатый лишай, возникший для защиты, приводит к появлению открытых мест на коже и кровоточащим ранам. В результате увеличивается инфекционная опасность. Мы видим, как сближаются крайние точки, как ранимость и роговой панцирь реализовывают конфликт между стремлением к близости и страхом перед этой близостью. Часто чешуйчатый лишай начинается на локтях: локтями проталкиваются сквозь толпу, на локти опираются. Именно здесь проявляются и защищенность, и ранимость. В случае чешуйчатого лишая отграничение и изолированность достигают своих крайних точек, что вынуждает человека стать открытым и ранимым.

ЗУД

Зуд является побочным симптомом многих болезней, но может проявляться и как самостоятельное заболевание. Зуд может довести человека до отчаяния: ему постоянно хочется разодрать ногтями какое-нибудь место на коже. Зуд и царапанье имеют в нашем языке и чисто психологическое значение: «У него все зудело от нетерпения», «эти слова царапнули его по сердцу». В данном контексте зуд воспринимается как раздражение.

Слова «зудеть» и «раздражать» находятся близко к сексуальной области, но нельзя не обратить внимания на другие сферы, играющие в данном случае не последнюю роль. Раздражать кого-либо можно и в агрессивном смысле (например, дразнить животное), раздражителем может оказаться и настроение

в вечернее время суток. То, что нас раздражает, в то же время стимулирует в нас нечто. Это могут быть сексуальность, агрессия, симпатия или даже любовь. Раздражитель не имеет однозначной оценки. Неважно, воспринимаем ли мы раздражитель как нечто негативное или позитивное, в любом случае он возбуждает. Латинское слово *prurigo* означает не только «зуд», но и «похоть», «сладострастие».

Физический зуд дает понять, что вас что-то раздражает на психическом уровне. Вы не обратили (или не захотели обратиться) на это «что-то» внимания, и проблеме пришлось перейти на соматический уровень. За зудом скрываются страсть, внутренний огонь, пламя, которому не терпится вырваться наружу, которому хочется, чтобы на него обратили внимание. Царапанье — это мягкая форма рытья, копания. Чтобы найти что-то в земле и вывести это на яркий солнечный свет, землю роют и копают. Человек же раскапывает поверхность кожи, чтобы на уровне символов обнаружить то, что его кусает, раздражает и возбуждает. Итак, зуд всегда свидетельствует о том, что не может оставить человека равнодушным и хладнокровным, от чего начинает «гореть душа»: огненное воодушевление, пламенная любовь или пламя ярости. Можно ли после всего сказанного удивляться, что зуд часто сопровождается кожной сыпью, покраснением, красными пятнами?

КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

Если у вас есть проблемы с кожей, то постарайтесь задуматься над следующими вопросами.

1. *Не слишком ли сильно я себя отграничиваю от окружающего мира?*
2. *Как обстоят дела с моей контактностью?*
3. *Не скрывается ли за моим отвергнутым действием подавленное желание близости?*
4. *Что существует внутри меня, что хочет пробить мою границу, чтобы его заметили?*
5. *Что же в действительности не дает мне спокойно жить?*
6. *Не обрек ли я себя на изоляцию?*

8. ПОЧКИ

В человеческом организме почки символизируют готовность к партнерству. Почечные заболевания возникают, если у человека есть проблемы с партнерством. При этом речь идет не о сексуальности, а о способе общения с другими людьми. То, как человек реагирует на других людей, отчетливее всего проявляется в отношениях с любимым (или любимой), но может быть перенесено и на любого другого человека, вступающего с ним в контакт. Чтобы лучше понять связь между почками и готовностью к партнерству, полезно предварительно поговорить о его психической основе.

Путь человека — это путь к расширению сознания. Человек вынужден постоянно осознавать части своей неосознанной тени, интегрируя их в представление о самом себе. Процесс по-

знания не может закончиться раньше, чем у нас появится совершенное сознание и мы обретем неделимую на мужское и женское начало цельность.

Совершенный человек является андрогином, соединившим в своей душе мужские и женские аспекты. Андрогина нельзя путать с гермафродитом, поскольку андрогинность относится только к психическому уровню. Тело сохраняет свой конкретный пол, но сознание больше не идентифицирует себя с ним (подобно сознанию маленького ребенка). Внешнее проявление андрогинности находит в celibate (безбрачии), в характерной «бесполой» одежде священников и монахов разных конфессий. Быть мужчиной — значит идентифицировать себя с мужским полюсом своей души, автоматически отвергая женский, быть женщиной — идентифицировать себя с женским полюсом, отодвигая в тень мужской. Осознание тени возможно только при помощи проекции. Все, что в нас отсутствует, мы вынуждены искать во внешнем мире, хотя на самом деле оно находится внутри нас. Сначала это кажется малопонятным парадоксом.

Субъект и объект — два слагаемых познания. Глаз способен видеть все что угодно, кроме себя. Для того чтобы увидеть себя, ему нужна зеркальная поверхность. Люди находятся точно в такой же ситуации. Мужчина осознает женскую часть своей души только через проекцию на конкретную женщину, женщина — через проекцию на мужчину.

Тень можно интегрировать в сознание только послойно. Существуют слои очень глубокие, наводящие ужас, а есть и такие, которые лежат у самой поверхности, **почти** осознаваемые. Они ждут, когда их обработают и интегрируют в сознание. Если вы встречаете человека, в котором проявлен тот участок тени, который находится у вас близко к поверхности сознания, вы влюбляетесь в него. Слово «он» при этом можно воспринимать и как «дру-

гой человек», и как «отрезок собственной тени», потому что, по большому счету, это одно и то же.

То, что мы **любим** или **ненавидим** в другом человеке, находится только в нас самих. Мы говорим о **любви**, когда другой человек отражает ту **часть нашей тени**, которую мы **хотели бы осознать**. **Ненависть** испытываем к тому, кто отражает **слишком глубокие слои нашей тени**, которых мы **боимся и встречаться с которыми не хотим**. Мы считаем привлекательным противоположный пол, потому что это именно то, что отсутствует в нас самих. Мы часто его боимся, потому что его нет в нашем сознании. Встреча с любовью — это встреча с неосознанными аспектами своей души. Если этот механизм отражения собственной тени в другом человеке станет понятным, вы сможете посмотреть на проблемы партнерства совсем другими глазами. Сложности, возникающие в отношениях с близким человеком, — это наши собственные проблемы.

Отношение человека к бессознательному всегда неоднозначно: оно притягивает и отталкивает одновременно. То же самое происходит и в нашем отношении к сексуальному партнеру — мы его и любим, и ненавидим, хотим полного обладания и окончательного разрыва, считаем его чудесным и ужасным. При любых действиях и любых трениях, которые неизбежно возникают в партнерстве, мы всегда имеем дело с собственной тенью. Именно поэтому противоположных людей так тянет друг к другу. Мы каждый раз удивляемся: «Как же они нашли друг друга, они ведь такие разные?» Чем ярче выражено несходство характеров, тем лучше партнеры подходят друг другу, или, другими словами, тем больший участок тени каждого живет в его партнере. Партнерство двух похожих людей спокойнее и безопаснее, но оно мало способствует их развитию. В таком типе партнерства отражается только область осознанного — это просто, но очень скучно. Мужчина и

женщина считают друг друга замечательными и проецируют общую тень на весь остальной мир, которого стараются избегать.

Плодотворными могут быть лишь трения и конфликты, потому что сближение происходит только за счет работы над своей тенью, отраженной в проекции другого. Ведь цель партнерства — достижение цельности.

В идеальном случае в результате партнерства должно появиться два цельных человека, которым удалось высветить неосознанные участки своей души и интегрировать их в своем сознании. Итак, в конце процесса мы не увидим ту пару, где «один не может жить без другого». Положение, где один не может жить без другого, показывает, что один из партнеров из соображений удобства (которое можно назвать трусостью) использует другого для того, чтобы тот работал над его тенью, а сам не делает никаких попыток осмыслить проекцию и забрать ее обратно. В таких случаях (а их, увы, большинство) один партнер не дает развиваться другому, потому что иначе может нарушиться привычное распределение ролей. Если один из партнеров прошел курс психотерапии, другой начинает расстраиваться из-за того, что тот сильно изменился. («Мы ведь только хотели, чтобы пропал симптом!») Партнерство, как ни парадоксально это звучит, достигает своей цели тогда, когда отпадает **нужда** друг в друге. Только в этом случае обещание «вечной любви» оказывается серьезным. Любовь — это акт сознательный, она подразумевает открытие собственных границ тому, кого любят, с целью слияния. Происходит такое слияние, если все, что представляет собой партнер, вы впускаете в свою душу, или, говоря по-другому, если вы забираете обратно все проекции и объединяетесь с ними. Проекционная поверхность оказывается пустой: в ней отсутствуют как притяжение, так и отталкивание. Любовь становится вечной, существую-

щей вне времени, поскольку осуществляется в вашей собственной душе.

Такие рассуждения всегда вызывают страх у людей, которые в своих проекциях сильно связаны с материей. Они связывают любовь с формой проявления, а не с содержанием сознания. Над их любовью всегда нависает угроза того, что рано или поздно она, как и все земное, исчезнет, оставив только надежду «встретиться с любимым в мире ином». Люди не принимают во внимание, что «мир иной» находится прямо здесь. Это область по ту сторону материальных форм. Стоит только преобразовать все видимое в сознание, и вот вы уже по ту сторону форм. Все видимое — это только подобие, почему же для людей должно быть сделано исключение?

Наша жизнь должна превратить видимый мир в мир избыточный, дополнительный — то же самое касается и партнера. Проблемы возникают только в том случае, когда любящие по-разному «используют» свое партнерство: один обрабатывает и забирает свои проекции, другой «застревает» в них. Приходит время, когда один партнер оказывается независимым от другого, «разбив ему сердце». Когда на уровне проекций «застревают» оба, им доводится испытать «любовь до гроба», а потом — великую печаль, потому что одному сильно не хватает другого. Слава тому, кто сумеет понять: у человека можно отобрать все, кроме того, что он реализовал в самом себе! Любовь хочет быть единением и ничем больше. Пока любовь будет направлена на внешние объекты, она не сможет достигнуть своей цели.

Внутренняя структура партнерства аналогична тому, что происходит в почках.

В организме есть как одиночные органы (желудок, печень, поджелудочная железа, сердце), так и парные (легкие, яички, яичники, почки). Изучение работы парных органов, дает воз-

возможность увидеть их связь с проблемой контакта и партнерства. При этом легкие представляют необязательные контакты и коммуникативные связи, а яички и яичники, будучи половыми органами, символизируют сексуальность. Почки же соответствуют партнерству, то есть тесному человеческому контакту. Эти три органа соответствуют трем древнегреческим понятиям любви: *Филия* (дружба), *Эрос* (сексуальная любовь) и *Агапе* (постепенное сближение и единение со всем сущим).

Все поступающие в организм вещества попадают сначала в кровь. Почки выполняют задачу центральной фильтрации, распознавая, какие компоненты полезны, а какие нет. Для выполнения этой сложной работы они используют различные механизмы, которые можно упрощенно разделить на две группы. Первый этап осуществляется по образцу механического сита, в котором застревают частицы, превышающие допустимый размер. Отверстия этого сита таковы, что в нем застревают мельчайшие молекулы белка (альбумин).

Второй, гораздо более сложный этап основан на выравнивании давления и концентрации двух жидкостей, которые отделены друг от друга полупроницаемой мембраной, а принцип противотока обеспечивает сближение этих жидкостей разной концентрации. Почки имеют возможность в случае необходимости выводить высококонцентрированную жидкость (например, утреннюю мочу). При этом выравнивании речь идет о сохранении в организме жизненно необходимых солей, от которых, среди прочего, зависит кислотно-щелочной баланс.

Если вы не профессиональный врач, то вам, наверное, трудно представить, насколько важен этот кислотно-щелочной баланс, проявляющийся в уровне pH. Дело в том, что от него зависят все биохимические реакции (например, получение энергии, синтез белка). Уровень pH должен постоянно находиться в жест-

ких границах. Благодаря этому кровь постоянно пребывает ровно посередине между кислотой и щелочью, между ян и инь. Точно так же любое партнерство состоит в попытке привести в гармоническое равновесие два полюса — мужской (кислотный, ян) и женский (щелочной, инь). Если почки обеспечивают гарантированное равновесие между кислотой и щелочью, то партнерство следит за тем, чтобы связь с человеком, который отражает тень другого и компенсирует своим наличием то, чего тому не хватает, проходила в направлении приобретения цельности. Самая большая опасность здесь — вера в то, что единственная трудность заключается в неадекватном поведении партнера и лично к вам не имеет никакого отношения. Рассуждающий так человек застревает на уровне проекции и не видит необходимости работать над своей тенью, **которую партнер только отражает**. А ведь на самом деле только эта работа дает возможность расти и развиваться. Подобная ошибка проявляется и на соматическом уровне, например, при гломерулонефрите, когда почки свободно пропускают жизненно важные вещества (белки, соли) через свою фильтрационную систему, теряя необходимые для развития составные части. Они оказываются неспособными узнать и удержать важные для себя вещества точно так же, как психика не в состоянии признать своими важные для себя проблемы. Человек должен уметь узнавать себя в партнере, а почкам необходимо умение признавать важными для собственного развития поступающие извне «чужеродные» вещества.

Насколько близки почки теме «партнерство» и «контакт», можно наглядно продемонстрировать на примере некоторых наших повседневных привычек. Как только люди встречаются с целью пообщаться, важную роль начинают играть напитки. Это неудивительно, потому что питье стимулирует работу «контактных органов» — почек и, следовательно, психическую готовность к

контакту. Контакт становится более тесным, когда люди чокаются наполненными бокалами или пивными кружками. Символический «удар» стаканами играет роль выяснения отношений, которому теперь не обязательно заканчиваться настоящими ударами. Переход от официального «вы» к дружескому «ты» тоже связан с ритуалом: люди пьют на брудершафт. Многие человеческие контакты трудно представить без сопровождающей их выпивки. Это могут быть вечеринка, беседа на интеллектуальные темы или народное гуляние — везде пьют, чтобы набраться мужества для сближения с другими людьми. Именно поэтому во время застолья все довольно настороженно относится к тому, кто не пьет или пьет мало, демонстрируя таким образом свое нежелание возбуждать органы контакта и стремление сохранить определенную дистанцию. Во время застолий предпочтение отдается тем напиткам, которые особенно сильно стимулируют почки, то есть кофе, чаю и алкоголю.

Тот, кто много пьет, демонстрирует свое желание контактировать, правда, при этом возникает опасность остаться на уровне кажущегося удовлетворения потребности.

На втором месте после питья во время застолий находится курение, которое стимулирует второй орган, отвечающий за контактность, — легкие. Всем известно, что во время вечеринок люди курят гораздо больше, чем в одиночестве.

Камни в почках образуются за счет выпадения и кристаллизации определенных веществ, находящихся в моче в избыточном количестве (мочевая кислота, фосфат кальция, соль щавелевой кислоты). Кроме того, опасность образования камней в почках напрямую связана с количеством выпиваемой жидкости: увеличение ее количества снижает концентрацию и повышает растворимость вещества. Если в почке появился камень, то он может препятствовать свободному протеканию жидкости, что приводит к

почечной колике. Колика — это целенаправленная попытка организма вытолкнуть наружу мешающий камень за счет перистальтического движения мочеточников. Болезненность этого процесса можно сравнить разве что с родами. Почечная колика вызывает сильное беспокойство, человек не в состоянии находиться на одном месте. Если телу не удастся самостоятельно избавиться от камня, врач иногда заставляет пациента совершать прыжки, чтобы помочь его вытолкнуть. Кроме того, проводятся терапевтические попытки облегчить продвижение камня за счет расслабления мускулатуры, тепла и обильного питья.

Легко прослеживается соответствие на психическом уровне. Мешающий камень состоит из тех веществ, которые должны быть выведены из организма, потому что они уже не могут быть полезны. Он символизирует нагромождение проблем, от которых давно пора избавиться, поскольку они препятствуют дальнейшему развитию. Но если человек цепляется за второстепенные и давно потерявшие актуальность темы, то они препятствуют движению, то есть развитию, и образуют «пробку», аналогичную автомобильной. Колика вынуждает двигаться, то есть делать то, на что человек никак не мог решиться. Врач ведет себя совершенно правильно: он заставляет пациента прыгать. Дальнейшее развитие окажется возможным, если человек «выпрыгнет» из старого, из того, что ему мешает, освободившись от устаревших проблем, камнем висящих у него на шее.

Статистика утверждает, что камни в почках чаще бывают у мужчин, чем у женщин. Темы гармонии и партнерства для мужчины всегда оказываются более сложными. Умение решать такие проблемы женщины получают от природы.

Используемые при почечных коликах терапевтические мероприятия следует применять для решения проблем, связанных с гармонией и партнерством: тепло, символизирующее нежность и

любовь, расслабление судорожно сжатых сосудов как знак готовности открыться и впустить в себя, и, наконец, большое количество жидкости, которая способна возобновить движение, устранив застой.

ИСКУССТВЕННАЯ ПОЧКА

Если работоспособность почек исчерпана, и машина — искусственная почка — вынуждена взять на себя важнейшие задачи промывания крови (диализ), то можно сказать, что достигнут конечный пункт развития. Мудрая машина становится искусственным партнером, потому что человек не сумел решить проблемы с настоящим. Если желание свободы и независимости было чрезмерным, искусственная почка оказывается идеальным суррогатом, поскольку преданно и послушно выполняет все, чего от нее хотят, не имея ни собственных желаний, ни собственных потребностей. Но зато человек полностью зависит от этого нового партнера: с ним обязательно нужно встречаться в клинике, причем не менее трех раз в неделю, или — если больной в состоянии себе это позволить — купить собственный аппарат и ночь за ночью преданно и верно проводить рядом с ним. От него ни в коем случае нельзя отойти. Наверное, это дает возможность осознать, что идеальных партнеров не бывает вообще — если сам ты не являешься образцом совершенства.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ПОЧЕК

Если у вас не все в порядке с почками, попробуйте ответить на следующие вопросы.

1. *Какие у меня проблемы с партнерством?*

2. *Не склонен ли я застревать на уровне проекций, считая, что во всех ошибках виноват только мой партнер?*
3. *Неужели я не в состоянии видеть в поведении моего партнера отражение меня самого?*
4. *Не цепляюсь ли я за переставшие быть актуальными проблемы, которые не дают мне возможности развиваться?*
5. *Какие прыжки в реальной жизни заставляет делать мой камень в почке?*

МОЧЕВОЙ ПУЗЫРЬ

Мочевой пузырь — это емкость для сбора всех выделенных почками веществ, которые в виде мочи ждут возможности покинуть организм. Моча создает давление, стимулирующее через какое-то время ее выведение, после чего наступает чувство легкости. По опыту мы все знаем, что позыв на мочеиспускание может находиться в непосредственной связи с различными жизненными ситуациями. Иногда человек испытывает психическое давление. Это могут быть экзамен, лечение или другие связанные со стрессом и состоянием ожидания обстоятельства. Психическое давление перемещается вниз, в мочевой пузырь, и воспринимается как давление физическое.

Давление вынуждает нас выпускать что-то из себя для того, чтобы добиться состояния расслабленности. Если это не удастся сделать на психическом уровне, приходится использовать мочевой пузырь. Таким образом, мы получаем возможность осознать, насколько сильно давит на нас ситуация в реальной жизни, насколько болезненной она может оказаться, если ее не нейтра-

лизовать, и насколько приятно выпустить наружу то, что на нас давит. Кроме того, переход на соматический уровень дает возможность преобразовать пассивное давление в активное. Необходимость зайти в туалет можно использовать для манипулирования любой ситуацией. Тот, кому нужно в туалет, ощущает и — одновременно с этим — оказывает давление. Это известно любому школьнику и пациенту: они используют свои симптомы пусть и не осознанно, но целенаправленно.

Четко прослеживающаяся в данном случае связь между симптомом и использованием собственной власти играет не последнюю роль при любом симптоме. Любой больной человек имеет склонность использовать симптомы болезни для укрепления своей власти. Таким образом, мы с вами добрались до одного из самых сильных табу нашего времени. Властолюбие — основная проблема человека. Наше «Я» стремится доминировать и повелевать. Любое «но я же хочу» есть стремление к доминанте своего Эго. С другой стороны, слово «власть» сейчас получило ярко выраженную негативную окраску. Поэтому людям приходится тщательно маскировать свои властолюбивые игры. Большинство предпочитает получать желаемое обходными путями. Для этого довольно часто используют такие аргументы, как болезнь и социальная слабость, — универсальные уважительные причины.

Почти все люди в большей или меньшей степени пользуются ими для осуществления своих властолюбивых планов, поэтому любую попытку разоблачения общество встречает в штыки. А тем временем с помощью болезни и смерти осуществляется настоящий шантаж общества. С таким аргументом, как болезнь, можно добиться того, что недоступно ни одному здоровому человеку: внимания, участия, денег, свободы, свободного времени, помощи и контроля над другими. Иногда выгода, получаемая че-

ловеком от своего болезненного состояния, мешает ему выздороветь.

С жаждой власти связано и мочеиспускание в постель. Если ребенок целый день находится под давлением родителей и школы и не имеет возможности выпустить наружу свои желания, мокрая постель решает за один раз множество проблем. Появляется возможность ответить на постоянное давление и довести своих могущественных родителей до состояния беспомощности. С помощью энуреза ребенок, имея великолепную маскировку, может вернуть обратно все оказываемое на него давление. Нельзя не сказать о связи этого симптома со слезами. И то, и другое служит для снятия внутреннего напряжения за счет выведения ненужного. Мочеиспускание в постель можно назвать «внутренним плачем».

За любыми симптомами, связанными с мочевым пузырем, стоят описанные нами проблемы.

Воспаление мочевого пузыря бывает очень болезненным, появляется чувство жжения, что наглядно демонстрирует, как трудно пациенту освободиться от того, что ему мешает.

Частые позывы к мочеиспусканию, при которых не выделяется или же выделяется совсем немного мочи, символизируют неспособность освободиться от ненужного, несмотря на давление. Не стоит забывать, что те вещества и проблемы, от которых вам стоит освободиться, уже давно отжили свое и представляют собой всего-навсего балласт.

ЗАБОЛЕВАНИЯ МОЧЕВОГО ПУЗЫРЯ

Заболевания мочевого пузыря заставляют задуматься над следующими вопросами.

- 1. За что я цепляюсь изо всех сил? С чем я никак не могу расстаться, хотя оно давно отжило свое и только мешает?*
- 2. Где я ощущаю сильное психическое давление (экзамен, шеф)?*
- 3. От какой устаревшей темы мне следует избавиться?*
- 4. Из-за чего я плачу?*

9. СЕКСУАЛЬНОСТЬ И БЕРЕМЕННОСТЬ

Сексуальность — это основной уровень, на котором человек сталкивается с проблемой полярности. Именно здесь мы в полной мере ощущаем свое несовершенство. В сексе мы ищем то, чего нет в нас самих. Человек физически соединяется с противоположным полюсом, ощущая в этом единении новое состояние сознания, которое называется оргазмом. Оргазм — физиологический синоним счастья. Но у него есть один недостаток: он не может длиться долго. Этот недостаток человек пытается компенсировать за счет частоты повторения. Как бы краток ни был миг счастья, он дает человеку понять, что у его сознания существуют такие формы, которые намного превосходят «нормальное» состояние. Ощущение счастья не дает человеку возможности застыть в состоянии покоя, и поэтому он начинает искать. Сексуальность приоткрывает первую часть тайны: когда две полярности

соединяются, превращаясь в одно целое, возникает ощущение полного счастья. Счастье — это единение. Но нам не хватает второй половины тайны: как же добиться того, чтобы это счастливое ощущение никогда не заканчивалось? На самом деле ответ прост: пока единение осуществляется только на физическом уровне (секс), сопровождающее его состояние счастья (оргазм) оказывается ограниченным во времени, потому что физический уровень подчинен законам времени. Освободиться от времени и добиться вечного счастья можно, объединив противоположности на уровне сознания.

Осознав это, вы вступаете на эзотерический путь. На Востоке он называется йогой. На санскрите это слово означает «ярмо», «иго», «коромысло» (ср. латинское *jugum* — ярмо). Ярмо (коромысло) объединяет два предмета в один: двух быков, два ведра и т. д. Йога — это искусство объединять двойственное в единое. Так как секс содержит основной образец этого пути, являясь доступным каждому, именно он во все времена использовался для изображения этого пути по принципу аналогии. До сих пор ошарашенные туристы, открыв рот, рассматривают восточные храмы, украшенные порнографическими, с их точки зрения, изображениями. Но на самом деле сексуальное соитие двух божественных фигур используется для символического изображения великой тайны объединения противоположностей.

К особенностям христианской теологии относится то, что на разных этапах своего развития она довольно часто принижала все плотское. Будучи воспитанными в традициях христианской культуры, мы пытаемся превратить секс и духовный путь развития в непримиримые противоположности. В некоторых считающихся эзотерическими группах до сих пор прилежно культивируют мысль о несовместимости духа и плоти. Но в этих группах путают понятия «трансмутации» (преобразования) и «подавления». На

самом деле, достаточно было бы вспомнить и понять эзотерический принцип «как наверху, так и внизу». Если у человека есть сексуальные проблемы, он должен решать их на телесном уровне, вместо того чтобы искать спасения в бегстве, — объединение противоположностей на «высоком уровне» намного сложнее!

С этой точки зрения становится понятным, почему Фрейд практически все человеческие проблемы свел к сексуальности. Такой шаг был вполне оправдан, но в нем есть одна ошибка. Фрейд и его последователи не сделали последнего шага от уровня конкретного проявления к скрывающемуся за ним **принципу**. Сексуальность — только одна из возможных форм проявления **полярности**. Если бы Фрейд высказался более абстрактно, с ним, возможно, согласились бы даже его критики: все человеческие проблемы можно свести к попытке объединения противоположностей. (Чуть позже этот шаг сделал Юнг.) Но Фрейд абсолютно прав в том смысле, что большинство людей сталкиваются с проблемой противоположных полюсов прежде всего на уровне сексуальности, которая именно поэтому является для человечества источником основных конфликтов человека. Человек может дойти до отчаяния, прежде чем он сумеет найти точку единения.

НАРУШЕНИЯ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА

Ежемесячные кровотечения — это форма проявления женственности, способности к зачатию и вынашиванию плода. Женщина подчинена этому ритму. Она вынуждена покоряться ему и сопряженным с ним ограничениям. Произнеся слово «покоряться», мы коснулись центрального понятия женственности — способности отдаваться. Говоря о женственности, мы имеем в виду всеохватывающий принцип, который китайцы называли инь, алхимики представляли в виде Луны, а сторонники психологии глу-

боких слоев трактовали с помощью символа Воды. Принцип женственности определяется, прежде всего, способностью воспринять. В книге «И Гинг» говорится: «Путь Творения проходит мужчина, путь Зачатия достался женщине». И на другой странице: «Зачатие — это основной в мире способ отдать себя».

Способность отдать себя — основное свойство женственности, квинтэссенция всех остальных свойств (открыть себя, принять в себя, зачать, укрыть). Способность отдать себя — это отказ от активного начала. Давайте посмотрим на два изначальных символа женственности — Луну и Воду. Обе отказываются от активного излучения, от активного воздействия, в отличие от мужских символов — Солнца и Огня. Но зато они способны воспринимать, вбирать в себя и отражать свет и тепло. Вода отказывается от формы, принимая любую. Она подстраивается, подчиняется.

В противопоставлениях Солнце—Луна, Огонь—Вода, мужское—женское нет никакой оценки. Оценка бессмысленна, ибо оба полюса несовершенны, у них нет цельности, которой можно достичь, полностью отдав свои специфические черты. Сторонники эмансипации игнорируют это. Вы только представьте себе Воду, которая жаловалась бы, что она не может ни гореть, ни светить. Неужели она оказалась бы настолько глупой, чтобы, исходя из этого, сделать вывод о собственной неполноценности? Именно благодаря неспособности гореть она может вбирать в себя, то есть делать то, что недоступно Огню. Один полюс не лучше и не хуже второго. Он просто другой. Из-за того, что полюса разные, возникает напряжение, которое мы называем Жизнью. Пытаясь уравнивать их, мы не добьемся единения. Женщина, ощущающая свою женственность, не может чувствовать себя ущербной.

Недовольство собственной женственностью является основной причиной нарушения менструального цикла и многих дру-

гих симптомов, связанных с сексуальностью. Способность отдать себя, соглашаться — очень трудная задача для человека. Для этого требуется отказ от декларации собственного Эго, от стремления к доминированию. В жертву приходится приносить частицу себя — а ведь именно это и требуется от женщины в период менструации. С кровью женщина отдает часть своей жизненной силы. Менструация — это всегда мини-беременность и мини-роды. Как правило, нарушения возникают, если женщина на это не согласна. Нарушения свидетельствуют, что какая-то инстанция в женщине (часто несознаваемая) не хочет отдавать себя — менструации, сексу, мужчине. Именно на это «я не хочу» абсолютно сознательно направлена реклама тампонов и прокладок. Она обещает, что, несмотря на критические дни, женщина сможет быть независимой и будет делать все, что захочет. Стоит только купить прокладки, и все будет хорошо. Таким образом, реклама направлена в наиболее конфликтную точку — быть женщиной, но не соглашаться на то, что неотделимо от женственности.

Если менструации у женщины проходят болезненно, значит, что она очень болезненно воспринимает свою женственность. Это свидетельствует и о наличии проблем в сексуальной жизни. Нежелание отдавать, которое мешает нормальному менструальному процессу, является помехой и в сексуальной жизни, потому что связано и с нежеланием выпускать из себя. Если женщина способна во время оргазма легко выпускать из себя то, что давит, она спокойно переносит критические дни. Оргазм, так же, как и сон, — это мини-смерть. А ежемесячные кровотечения — это процесс умирания в миниатюре. Ткани отмирают и отторгаются. Умирание — это, на самом деле, возможность освободиться от своего судорожно напряженного Эго и его игр во власть. Тот, кто цепляется за него, воспринимает смерть как борьбу. Оргазм — это соитие «Я» и «Ты», для которого необходимо открыться. Цепляясь

за «Я», вы не сможете ни ощутить оргазма, ни заснуть (об этом — в следующей главе). Общность смерти, оргазма и менструаций очевидна, потому что и то, и другое, и третье связано с готовностью принести в жертву собственное Эго.

Понятно, почему у женщин, имеющих проблемы с желудком, нет менструаций, или же они проходят с большими нарушениями (об этом мы уже говорили). Дело в том, что их подавленные претензии на доминантное положение слишком велики для того, чтобы они могли соглашаться. Они боятся женственности, сексуальности, зачатия, материнства. Известно, что в ситуациях сильного страха, большой опасности, катастроф, в тюрьме, в трудовых и концентрационных лагерях у женщин часто прекращались менструации. Безусловно, такие ситуации меньше всего подходят для того, чтобы отдавать себя. В данном случае от женщины требуется стать активной и поддержать в себе мужское начало.

Кроме того, менструация свидетельствует о том, что женщина способна иметь детей. Если она мечтает стать матерью, начало кровотечения для нее — свидетельство того, что «опять ничего не вышло». В таком случае у женщины портится настроение, и менструация проходит болезненно. Но если женщина боится забеременеть, то она ждет менструации с нетерпением (а это может привести, наоборот, к задержке). Менструации у женщины, которая не хочет иметь детей, зачастую бывают очень длительными, что можно рассматривать как неосознанное сопротивление выполнению супружеских обязанностей. Менструация, как и любой симптом, может быть использована в качестве инструмента власти: для того чтобы уклониться от секса или получить больше внимания и заботы.

Менструацией управляют женский гормон эстроген и мужской гормон прогестерон. Взаимодействие этих гормонов соот-

ветствует «сексуальности на гормональном уровне». Если нарушается «гормональная сексуальность», то нарушается и менструальный цикл. Такие нарушения очень сложно вылечить с помощью медикаментозных средств, потому что гормоны являются материальными представителями мужской и женской частей души. Выздороветь можно, примирившись с собственной ролью в разделении полов, потому что эта роль — предпосылка реализации в себе противоположного пола.

ПСЕВДОБЕРЕМЕННОСТЬ

Особенно ярко психические процессы на соматическом уровне проявляются при псевдобеременности. У женщины возникают не только субъективные признаки беременности (потеря аппетита, чувство наполненности, тошнота, рвота), но и характерные для беременности набухание грудей, пигментация сосков и даже выделение молока. Женщина чувствует, как шевелится ребенок, живот колыхается, как будто она находится на последнем сроке перед родами. Псевдобеременность известна с древних времен, хотя встречается очень редко. Ее причина заключается в конфликте между страстным желанием стать матерью и неосознанным страхом перед связанной с этим ответственностью. Когда псевдобеременность наступает у одинокой женщины, можно говорить и о конфликте между сексуальностью и материнством. Хочется играть благородную роль любящей матери, но нет никакого желания заниматься для этого изменчивым сексом. Как бы там ни было, тело не скрывает правду: пустое вздутие, за которым нет никакого содержания.

ПРОБЛЕМЫ, СВЯЗАННЫЕ С БЕРЕМЕННОСТЬЮ

Проблемы, возникающие во время беременности, связаны с отторжением ребенка. Может быть, кому-то подобное утверждение покажется грубым и надуманным, но их оно и касается в первую очередь. Стремясь к истине и к самопознанию, человек должен отказаться от общепринятых критериев. Ведь они стоят на пути честного отношения к себе. Пока человек убежден, что необходимо иметь определенные черты и соответствовать определенным нормам поведения (иначе он не сможет считать себя «хорошим человеком»), он будет волей-неволей подавлять в себе те импульсы, которые не укладываются в общепринятую схему. Подавленные импульсы проявляются в виде физических симптомов.

Мы хотим еще раз об этом напомнить, иначе вы опять закричите: «Но ко мне это не имеет никакого отношения!» и будете дальше заниматься самообманом. Рождение ребенка связано с огромным количеством моральных рамок, поэтому именно это событие в большой степени заставляет нас быть нечестными даже наедине с собой. Нечестность трансформируется в симптомы. Первая мысль о том, что ребенок сейчас не нужен, — это уже неосознанный аборт. В самой мягкой форме нежелание иметь ребенка проявляется постоянной легкой тошнотой и плохим самочувствием. Этот симптом отмечается у нежных стройных женщин, потому что во время беременности у них происходит мощное выведение женских гормонов (эстрогенов). У менее субтильных женщин такой взрыв гормональной женственности вызывает страх и отторжение, которые проявляются в виде сильной тошноты и рвоты. Эти симптомы очень часто встречаются и наглядно демонстрируют, что ожидание ребенка связано не только с радостью предвкушения, но и с неприятием. Это вполне объяснимо: ведь ребенок изменит привычный уклад жизни и потребует огромной

ответственности. Как же тут не возникнуть страху! Если вы не отдаете себе отчета в этом конфликте, проблемы переходят на соматический уровень.

ТОКСИКОЗ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ

Различают токсикоз первой (до 14 недель) и второй половины беременности. Он может проявляться в повышенном давлении, потере белка через почки, судорогах (эклампсия беременности), тошноте и рвоте по утрам. Общая картина свидетельствует о неприятии ребенка и о попытке (частично — конкретной, частично — символической) избавиться от него. Белок, выводимый через почки, был бы очень полезен для ребенка. Вы его теряете, значит, до ребенка он не доходит, — таким образом вы пытаетесь притормозить рост плода. Судороги символизируют попытки его вытолкнуть (ср. со схватками). Эти довольно распространенные симптомы свидетельствуют о наличии уже описанного конфликта. По тому, насколько опасны и сильно выражены симптомы, можно судить, как велико неприятие ребенка, и насколько активно будущая мать противится его появлению.

Поздний токсикоз предлагает еще более острую картину, когда речь идет о безопасности не только ребенка, но и матери. В это время может снизиться кровоснабжение плаценты. Плацента — это место контакта матери и ребенка. Если кровоснабжение пропадает, то из контакта уходит сама жизнь. Площадь плаценты достаточно велика. При токсикозе она уменьшается почти вдвое. При уменьшении площади плаценты в три раза плод погибает. Таким образом, неполноценность плаценты в каждом третьем случае приводит к смерти ребенка. Если ребенку приходится перенести токсикоз второй половины беременности, он рождается, как правило, очень маленьким, с недостаточным весом и вы-

глядит, как крошечный старичок. Поздний токсикоз — это физическая попытка отторгнуть ребенка, при этом мать рискует и своей собственной жизнью.

Наибольшая подверженность токсикозу отмечается у диабетиков, женщин с больными почками и, особенно, у полных женщин. Если мы рассмотрим эти три группы, то обнаружим у них наличие одной и той же общей проблемы. Проблема эта — любовь. Диабетики не способны ни отдавать, ни принимать любовь. Проблемы с почками свидетельствуют о проблемах с партнерством. Полные женщины пытаются за счет пищи компенсировать недостаток любви. Удивительно ли, что женщины, имеющие проблемы с любовью, не очень готовы открыть себя навстречу ребенку?

РОДЫ И КОРМЛЕНИЕ

Сложности, связанные с родами, свидетельствуют о желании сохранить ребенка в себе, ни в коем случае не отдавать. Эта древняя проблема матери и ее ребенка повторится еще раз, гораздо позже, когда ребенок покинет родительский дом. Одна и та же ситуация повторяется дважды, на разных уровнях: во время родов ребенок покидает надежное материнское лоно, позже он расстается с надежным родительским домом. И то, и другое может быть связано с тяжелыми «родами», с серьезными трудностями, прежде чем пуповина будет отрезана. Мы снова вернулись к той же проблеме: как выпустить наружу.

Чем глубже проникаешь в картины различных заболеваний, тем понятнее становится, что вся человеческая жизнь колеблется между двумя полюсами: «впустить в себя» и «выпустить наружу». Первое мы часто называем любовью, а второе, доведенное до логического конца, — смертью. Жить — значит ритмично

чередовать одно с другим: впускать в себя и выпускать наружу. Иногда человек способен на одно и не способен на другое, иногда у него не получается ни то, ни другое. В сексе женщина должна раскрыться и впустить в себя «Ты». Во время родов от нее опять требуется открыться, но на этот раз для того, чтобы выпустить наружу часть своего бытия, чтобы оно смогло стать тем, что мы называем «Ты». Если это не получается, возникают осложнения. Иногда приходится применять кесарево сечение. Переношенных детей часто вынимают именно так. Переношенность — самое яркое свидетельство нежелания матери отдавать. Другие причины, по которым врачи вынуждены применять кесарево сечение: боязнь женщины оказаться слишком узкой для прохождения плода, получить массу разрывов и стать непривлекательной для мужчины, — выражают ту же проблему.

Неосознанное стремление как можно раньше избавиться от ребенка приводит, наоборот, к преждевременным родам.

Когда мать кормит своего ребенка грудью, между ней и ребенком происходит нечто гораздо более важное, чем простой процесс передачи пищи. Материнское молоко содержит антитела, которые защищают ребенка в первые месяцы жизни. Ребенок, находящийся на искусственном вскармливании, не имеет такой защиты. Кроме того, ему не хватает защиты психологической, которую человек ощущает, когда его нежно прижимают к себе. Если ребенок не получает материнского молока, значит, мать не очень готова его кормить и защищать, и он это прекрасно чувствует. Мать, которая утверждает, что у нее нет молока, имеет проблему гораздо глубже, чем те, кто открыто признается, что ребенка кормить не хочет.

СТЕРИЛЬНОСТЬ (НЕСПОСОБНОСТЬ К ЗАЧАТИЮ)

Иногда женщина не может забеременеть, хотя очень хочет иметь ребенка. Это свидетельствует о том, что существует подсознательное неприятие, или о том, что в истинных мотивах этого желания она не признается даже самой себе. Нечестной может быть, например, такая мотивация, как надежда удержать с помощью ребенка партнера или отодвинуть на задний план проблемы, возникшие в семейной жизни. Тело может оказаться честнее и дальновиднее. Точно так же неспособность мужчины иметь детей может быть связана с подсознательным нежеланием связывать себя какими бы то ни было обязательствами и нести ответственность за ребенка.

МЕНОПАУЗА И КЛИМАКС

И начало менструального ритма, и его окончание воспринимаются женщиной как решающие перемены в жизни. Менопауза сигнализирует, что женщина утратила способность к деторождению — основную форму проявления женственности. Как она это воспримет, зависит от многих причин, в том числе и от того, какую роль секс играл для нее раньше. Существует целый ряд эмоциональных реакций (страх, раздражительность, отсутствие сексуального влечения), которые дают понять, что переход в следующую фазу воспринимается как кризис. Кроме того, известны и соматические симптомы: женщину может внезапно бросать в жар, что символизирует жар сексуальный. Это попытка дать понять, что отсутствие менструации — не то же самое, что отсутствие женственности в сексуальном смысле: «Меня еще бросает в жар, значит, я все еще горячая женщина». Кровотечения, пусть и нерегулярные, — это попытка сделать вид, что женщина еще молода и способна иметь детей.

Насколько тяжело проходит климакс, зависит от того, насколько полным было ощущение своей женственности, насколько богатой была сексуальная жизнь. Все несбывшиеся и сокровенные желания проявляют себя в этот период, вызывая боязнь чего-то не успеть, чего-то так и не ощутить. Это может привести к панике, к стремлению во что бы то ни стало наверстать упущенное. В жар бросает только от того, что не было пережито в реальной жизни. Доброкачественные новообразования матки — миомы — чаще всего образуются в климактерический период. Они символизируют беременность, как бы показывая: в матке еще может вырасти нечто, что выйдет наружу во время операции или родов. Миома — это повод ощутить не осознанное раньше желание забеременеть.

ФРИГИДНОСТЬ (НЕСПОСОБНОСТЬ ИСПЫТЫВАТЬ ОРГАЗМ) И ИМПОТЕНЦИЯ

За всеми сексуальными проблемами стоит страх. Мы уже говорили о родственности оргазма и смерти. Оргазм несет в себе угрозу нашему «Я», потому что высвобождает ту силу, которой мы не можем управлять с помощью рассудка. Любой экстаз, любое упоение — неважно, сексуального или религиозного характера — вызывает у человека одновременно и восторг, и страх. У привыкшего контролировать себя человека превалирует страх. Ведь экстаз — это как раз потеря контроля.

В сегодняшнем социуме способность к самообладанию оценивается как положительное качество. Именно это мы терпеливо внушаем детям («Возьми, наконец, себя в руки!»). Безусловно, такое качество значительно облегчает жизнь. Но это еще и проявление лживости общества. Контролировать себя — значит подавлять все не одобренные обществом импульсы, загоняя их в

подсознание. Импульс становится невидимым, но природа его такова, что он всегда будет стремиться к реализации, снова и снова проявляя себя и заставляя человека тратить энергию на его подавление.

Итак, человек боится утратить контроль. Экстаз и упоение «открывают ворота» бессознательному и позволяют вырваться на волю всем подавленным импульсам, которые раньше не были видны. Человек становится честным. Но получает ли он от этого удовольствие? Еще древние римляне прекрасно знали, что «истина в вине». В состоянии опьянения «нежный ягненок» вдруг демонстрирует дичайшую агрессивность, а стойкий воин ни с того ни с сего начинает лить горькие слезы. Ситуация становится предельно честной, но социально сомнительной, поэтому «надо уметь себя сдерживать». В таком случае, честным можно быть только в больнице.

Если человек панически боится утратить самоконтроль и каждый день сдерживает свои чувства, ему становится трудно сделать исключение для секса и позволить происходить тому, что должно происходить само по себе. В сексе нет места для самоконтроля. Во время оргазма наше маленькое «Я», которым мы так гордимся, внезапно исчезает и становится ненужным. Оно просто-напросто умирает (к сожалению, на очень короткое время, иначе прийти к просветлению было бы так просто!).

Человек, изо всех сил цепляющийся за свое «Я», препятствует тем самым наступлению оргазма. И чем больше «Я» стремится вызвать оргазм сознательно, тем меньше надежды на успех. Хотя этот закон известен всем, о нем почему-то все время забывают. **Пока «Я» чего-то хочет, оно ничего не может добиться.** Пока Эго стремится лидировать, цели ему не достичь! Оргазм — это отречение, которое дает возможность слиться двоим в одно целое, преодолев двойственность. «Выпустить наружу» и

«позволить идти своим чередом» — это то, что требуется и от мужчины, и от женщины, если они хотят испытать оргазм. Но кроме этой общей задачи, мужчина и женщина должны действовать каждый сообразно со своей половой принадлежностью. Только тогда можно говорить о гармонии в сексе.

Мы уже достаточно подробно говорили о способности отдавать как о принципе женственности. Фригидность говорит о том, что женщина не хочет ничего отдавать, на самом деле она хочет играть роль мужчины. Она стремится доминировать, не хочет покоряться, не хочет «быть снизу». Склонность занимать главенствующее положение выражает мужское начало и мешает женщине полностью настроиться на выполнение женской роли. Такой сдвиг, конечно, приводит к сбою в столь чувствительном процессе, как секс.

Исследования сексологов показали, что женщины, фригидные со своим партнером, испытывают оргазм, занимаясь мастурбацией. Этот факт подтверждает сказанное выше. Ведь в случае мастурбации вопрос о доминировании и способности отдать себя не стоит вообще — человек один, ему не нужно впускать в себя никого и ничего, кроме собственных фантазий. «Я», которому не угрожает никакое «Ты», отступает добровольно. Во фригидности проявляется боязнь собственных влечений, особенно если сформированы устойчивые клише, касающиеся поведения порядочной женщины и шлюхи.

Мужской принцип связан с действием, созиданием и осуществлением. Мужское начало (ян) активно и, следовательно, агрессивно. Потенция является символом власти, а импотенция — бессилия. За импотенцией скрывается боязнь собственного мужского начала, боязнь агрессии. Мужчина боится того, что его член должен находиться в напряжении. Импотенция — это еще и страх перед женственностью. Женщина воспринимается как угроза,

женственность способна поглотить. Женское начало представляется в образе поглощающей праматери или ведьмы. Мужчина боится попасть в «пещеру ведьм». В этом проявляется слабая идентификация своего мужского начала с атрибутами власти и агрессии. Импотент больше соотносит себя с пассивным полюсом, ему неосознанно нравится роль подчиняющегося. Он боится действий. Но если он попытается вернуть потенцию силой собственного желания и воли, то попадет в замкнутый круг, о котором мы говорили. Чем больше усилие, тем слабее эрекция. Импотенция — это повод задуматься о своем отношении к таким понятиям, как власть, могущество и агрессия. При этом следует проанализировать и собственные страхи.

Рассматривая любые сексуальные проблемы, нельзя забывать, что в душе каждого человека присутствуют и мужской, и женский аспект, и оба они должны развиваться. Этот сложный путь начинается с идентификации своей роли, зависящей от половой принадлежности. Только полностью восприняв один полюс, вы будете готовы к встрече с противоположным полом, которая поможет сознательно интегрировать и противоположный полюс.

10. СЕРДЦЕ И КРОВООБРАЩЕНИЕ

Пониженное кровяное давление — повышенное кровяное давление (гипотония — гипертония)

Кровь — материальный символ жизни и проявления индивидуальности. В любой капле этого «сока жизни» отражается весь человек. Именно поэтому она играет такую важную роль для

всех практикующих магов. По одной капле крови можно поставить полный диагноз.

Кровяное давление выражает динамику человека. Давление возникает из **взаимодействия** крови и стенок сосудов, по которым она течет, поэтому, говоря о нем, следует все время иметь в виду оба компонента, которые, по сути, являются антагонистами: с одной стороны — текущая жидкость, с другой — стенки сосудов, образующие границу и создающие сопротивление. **Если кровь соответствует своей сущности, то стенки сосудов соответствуют границам, на которые ориентируется личность в своем развитии, и сопротивлению, которое препятствует этому развитию.**

Гипотоник (человек с низким кровяным давлением) не использует эти границы. Он не пытается настаивать на своем и не умеет сопротивляться. Он просто не доходит до границы. Если на пути встречается конфликт, он старается как можно быстрее уйти. Кровь его тоже отступает, причем до тех пор, пока человек не оказывается обессиленным (падает в обморок). Итак, он отказывается (якобы!) от всякой власти, складывает с себя ответственность за что бы то ни было — и сам ложится рядом. Находясь в бессознательном состоянии, он может не обращать внимания на проблемы, которые необходимо решить. Его здесь просто нет. Всем известная ситуация из оперетты: неверную жену в неудачный момент застаёт муж. Она без сознания опускается на пол, где и продолжает лежать, пока все участники мелодрамы пытаются привести ее в чувство, используя богатый ассортимент воды, свежего воздуха и нюхательных солей. Что толку от конфликта, если главная виновница не принимает в нем никакого участия?

Гипотоник в буквальном смысле не может **стоять**: он **не стоит** на страже, **не состоит** в заговоре, **не встает** в позу, не имеет ни **стойкости**, ни искренности. При первой опасности он

ложится, а окружающие вынуждены приподнимать его за ноги, чтобы кровь прилила к голове — центральному органу власти, и бедняга снова смог взять себя в руки, почувствовав власть хотя бы над своей скромной персоной. Секс тоже относится к тем областям жизни, которых гипотоник старается избегать, потому что сексуальность сильно зависит от кровяного давления. Часто у гипотоников наблюдается анемия, наиболее распространенный ее вариант связан с недостатком в крови железа. За счет этого нарушается преобразование космической энергии (праны), которую мы получаем при дыхании, в соматическую энергию (кровь). Анемия — это отказ воспринимать необходимую часть жизненной энергии и преобразовывать ее в действия. Болезнь же, как всегда, используется для оправдания собственной пассивности: отсутствует необходимое давление.

Все более или менее целесообразные терапевтические меры для повышения кровяного давления помогают до тех пор, пока выполняются все указания: купание, массаж, движения, тренажеры, водолечение. Они действительно повышают давление, но только потому, что человек выполняет действия, преобразуя **ЧЬЮ-ТО** энергию в поступки. Результаты исчезают, как только гипотоник прекращает выполнять назначенные ему процедуры. Настоящий успех возможен только при изменении внутренней позиции человека.

Противоположный полюс — это *гипертония* (повышенное кровяное давление). Экспериментальные исследования доказали, что частота пульса и кровяное давление повышаются не только при увеличении физической нагрузки, но и при одной только мысли об этом. Кровяное давление повышается даже при **упоминании** о конфликтной ситуации, но оно снова приходит в норму, если человек излагает суть конфликта, то есть выражает проблему вербально. Эти экспериментальные данные помогают

осознать причины гипертонии. Мысль о нагрузке, не преобразованная в двигательную активность, повышает кровообращение — начинается «нажим». То есть за счет своих **представлений** человек добивается **возбуждения** системы кровообращения, которая **ожидает преобразования** представлений в конкретные **действия**. Вопреки ожиданиям, преобразования не происходит — на человека начинает «давить». Особенно показательным то, что подобная взаимосвязь существует уже на уровне наличия конфликта. Если **упоминание** о нем приводит к увеличению давления, а **проговаривание сути** — к понижению, значит, гипертоник постоянно ощущает себя в опасной близости от конфликта, но не ввязывается в него. Повышение давления имеет, в данном случае, физиологическую подоплеку: оно снабжает, пусть и на короткое время, большим количеством энергии, чтобы человек имел возможность лучше решить предстоящие проблемы. Если такое решение действительно будет, на него уйдет избыток энергии, и, следовательно, давление снизится до нормы. Беда в том, что этого не происходит, и весь избыток энергии оказывается неиспользованным. Гипертоник занимается посторонней деятельностью и, демонстрируя повышенную активность, пытается отвлечь себя и других от необходимости разрешить давно назревший конфликт.

Мы видим, что и гипотоники, и гипертоники стараются избегать конфликтов, хотя и используют для этого различную тактику. Гипотоник бежит от конфликта, уходя на уровень бессознательного. Гипертоник же убегает в отвлекающую деятельность. Низкое давление больше характерно для женщин, а высокое — для мужчин. Кроме того, повышенное давление свидетельствует о подавленной агрессивности. Враждебность остается на уровне представлений, и приготовленная энергия не используется для действий. Такую позицию человек называет «умением держать себя в руках». **Себя** в руках держать можно, но можно ли держать

под контролем **давление**, если агрессивный импульс приводит к усилению тока крови, а способность к самоконтролю — к сужению стенок сосудов? Мы с вами еще увидим, что «удержанная в руках» агрессия ведет непосредственно к инфаркту.

Известно и повышенное давление, обусловленное возрастом и вызванное известкованием стенок сосудов. Сосудистая система — это система, задачи которой — посредничество и коммуникация. Если с возрастом пропадают гибкость и эластичность, то коммуникация замедляется, и повышается собственное давление.

СЕРДЦЕ

Сердцебиение — автономный процесс, которым без специальной подготовки нельзя управлять с помощью собственной воли. Сердечный ритм похож на ритм дыхания, хотя дыхание больше доступно для регулирования. Этот синусоидальный четко упорядоченный гармоничный ритм является выражением строгой нормы в организме человека. Если возникает нарушение, при котором сердце внезапно замедляет или убыстряет движение, значит, происходит и какое-то вмешательство в этот порядок.

В языке существует огромное количество выражений, которые указывают на прямую связь сердца с эмоциями. Эмоция — это движение из человека наружу; то, что человек выплескивает (лат. *emovere* — «выдвинуть из себя»). Мы говорим: «Тяжело на сердце», «от страха сердце в пятки ушло». Сердце может «разрываться от горя», «выпрыгивать из груди», «скакать, как бешеное». Если у человека не развита эмоциональная сфера, мы называем его «бессердечным». Когда возникает взаимная любовь, люди говорят: «Их сердца нашли друг друга». Во всех этих выра-

жениях сердце представляет собой некий центр, который неподвластен ни разуму, ни воле — только чувствам.

Но это не просто центр эмоций — сердце является центром самого человека. Оно находится примерно посередине, но чуть-чуть сдвинуто влево, в сторону чувств (соответствует правому полушарию). То есть **оно находится точно там, куда обычно указывают, показывая на себя**. Любовь тесно связана с сердцем, и это нам уже известно из языковых примеров. Сердце может быть «открыто для всех детей» только потому, что человек их любит. Если я кого-то «впускаю в свое сердце», значит, я его люблю и готов сделать для него все, что угодно. Человек «с большим сердцем» открыт для всех. Ему противостоят холодные, закрытые люди, которые не слышат «зова собственного сердца». Они не испытывают ни сердечных чувств, ни сердечной привязанности, потому что у них «холодное сердце». Они никогда никому не «отдают свое сердце», потому что не хотят отдавать самих себя. Существуют на свете и люди с «мягким сердцем», способные «любить всем сердцем», безгранично и бесконечно. В то же время все эти чувства связаны с полярностью, которая требует наличия границ, четкого начала и точного конца.

Сердце символизирует обе существующие в природе возможности: и единство, и двойственность. Анатомически сердце разделено перегородкой на две части, сердцебиение состоит из двух фаз. В момент рождения, то есть прихода человека в мир полярности, его сердечная перегородка рефлекторно закрывается, так что одна большая сердечная камера превращается в две поменьше, а одно кровообращение распадается на два. Новорожденный часто реагирует на это с отчаянием. Но, с другой стороны, на символическом изображении сердца, какое может, не задумываясь, нарисовать любой ребенок, обе округлые камеры соединяются, образуя на конце острие. Двойственность переходит в един-

ство. Таким образом, сердце становится для нас символом любви и единства. Именно это мы имеем в виду, когда говорим, что «мать носит дитя под сердцем». С точки зрения анатомии это не имеет никакого смысла, сердце в данном случае символизирует центр, очаг любви. При этом не важно, что сердце находится в верхней половине тела, а ребенок — гораздо ниже.

Можно сказать, что у человека два центра — верхний и нижний: голова и сердце, разум и чувства. От цельного человека мы ожидаем осуществления обеих функций, которые должны находиться в гармоничном равновесии. Слишком разумный человек кажется нам холодным и несколько односторонним. А человека, который живет исключительно в мире чувств, мы представляем беспомощным и неупорядоченным. Но если эти функции дополняют и обогащают друг друга, человек кажется нам гармоничным и совершенным.

Лингвистические примеры дают понять, что нарушение привычного равномерного такта сердечной деятельности связано с эмоциями, будь то ужас, который заставляет сердце «обмирать», или счастье, от которого оно «готово выпрыгнуть из груди».

Что же происходит при функциональных нарушениях сердечного ритма? Ведь эмоций при этом не возникает! В том и заключается проблема: нарушение ритма бывает как раз у тех людей, которых никакие эмоции не способны вывести из равновесия. «Сумасшедшим» сердце становится тогда, когда сам человек не способен «сойти с ума» от нахлынувших эмоций. Он цепляется за свой разум и за общепринятые нормы, держась выбранного пути, и не хочет нарушать равномерное течение жизни эмоциональными всплесками. В этом случае эмоция опускается на соматический уровень, беспокойство начинает причинять теперь уже само сердцебиение. Оно теряет равномерность, заставляя человека в прямом смысле слова «слушаться своего сердца».

В нормальном состоянии мы не ощущаем сердцебиения, потому что не обращаем на это никакого внимания. Мы начинаем ощущать его только при сильных эмоциях и в случае болезни. Сердцебиение затрагивает сознание, только когда нас что-то волнует или что-то меняется в самом его ритме. В этом и есть ключ к пониманию симптомов сердечных заболеваний: они заставляют человека прислушиваться к собственному сердцу. Люди с больным сердцем — это те, кто хотел бы прислушиваться только к голосу разума, кто отводит эмоциям весьма незначительную роль в жизни. Особенно четко это прослеживается на примере больных с сердечным неврозом. Под сердечным неврозом мы понимаем соматически не обоснованный страх за собственное сердце, что приводит к чрезмерному вниманию, которое больной уделяет именно этому органу. Боязнь сердечного приступа у таких людей настолько велика, что они готовы перестроить весь свой жизненный уклад, только чтобы сохранить здоровое сердце.

Рассматривая такое поведение на уровне символов, можно только в очередной раз удивиться тому, насколько мудра и иронична болезнь: люди с сердечным неврозом должны постоянно следить за состоянием сердца и подчинять всю свою жизнь его потребностям. Они панически боятся этого органа: вдруг в один прекрасный день оно остановится, оставив их вообще ни с чем. Невроз вынуждает поставить сердечные проблемы во главу угла — ну как тут не рассмеяться «от всего сердца»? То, что у людей с сердечным неврозом происходит в психике, у людей со стенокардией опускается на соматический уровень. Подводящие сосуды становятся жесткими и узкими, так что сердце получает недостаточное количество питательных веществ. Много здесь говорить не о чем, потому что каждому из нас хорошо известно, что собой представляет человек с жестким или каменным сердцем. Латинское название стенокардии буквально переводится как «узкое

сердце». При неврозе эта узость воспринимается опосредованно, через страх, а при стенокардии проявляется очень конкретно. Официальная медицина демонстрирует оригинальную символику: сердечникам дают капсулы нитроглицерина — по сути дела, взрывчатого вещества, которое буквально взрывает образовавшуюся узость, давая сердцу простор для деятельности. Сердечники боятся за свое сердце — и для этого есть все основания.

Если страх перед чувствами возрастает до таких огромных размеров, что человек доверяет только общепринятым нормам, то больному вставляют аппарат, задающий такт сердцебиению (такт соотносится с ритмом, как мертвое с живым!). То, что раньше делали чувства, теперь выполняет машина. Пропадает возможность гибко подстраиваться под обстоятельства, но зато человек избавляется от скачков в биении сердца, то есть от нарушения ритмичности. Если у человека «узкое сердце», то он расплачивается за властолюбие своего «Я».

Как известно, повышенное кровяное давление является прямой предпосылкой инфаркта. Мы с вами уже говорили, что гипертоник сдерживает агрессивность за счет внутреннего контроля, за счет того, что держит себя в руках. Оказавшаяся в ловушке агрессивная энергия требует выхода. Такой выход предоставляет инфаркт, при котором сердце разрывается в прямом смысле. Сердечный удар — это сумма всех не выведенных наружу ударов. Здесь проявляется древняя мудрость: переоценка своих сил и доминирующее положение воли отрезают человека от потока жизни. Разорваться может только твердое сердце!

СЕРДЕЧНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

При сердечных заболеваниях попробуйте ответить на следующие вопросы.

1. *Есть ли у меня равновесие между головой и сердцем, разумом и чувствами?*
2. *Достаточно ли места я отвожу своим чувствам, может быть, я боюсь их проявлять?*
3. *Живу и люблю я всем сердцем или только одной его половиной?*
4. *Подчинена ли моя жизнь естественному ритму или я загоняю ее в искусственные рамки?*
5. *Остались ли в моей жизни взрывчатые вещества и воспламенители?*
6. *Прислушиваюсь ли я к собственному сердцу?*

СЛАБАЯ СОЕДИНИТЕЛЬНАЯ ТКАНЬ — ВАРИКОЗ — ТРОМБОЗ

Соединительная ткань связывает клетки между собой, держит их, соединяет отдельные органы и их системы, создавая единое целое. Если соединительная ткань слабая, у человека наблюдается отсутствие опоры и склонность поддаваться внешнему давлению, ему не хватает внутреннего напряжения. Такие люди, как правило, легко ранимы, обидчивы и мстительны. На физическом уровне у них при малейшем ударе появляются синяки.

Со слабостью соединительной ткани связано и варикозное расширение вен. Кровь остается в поверхностных венах ног, возвращаясь к сердцу в недостаточном количестве. Таким образом, в кровообращении наблюдается явный перевес нижнего полюса человека. Это находит выражение в приземленности и является следствием некоторой инертности. Таким людям явно не хватает напряжения и эластичности. В их адрес можно повторить все, что уже говорилось про людей, страдающих от анемии и пониженного кровяного давления.

Тромбоз — это закупорка вены сгустком крови. Тромбоз опасен тем, что если сгусток высвободится, он может по вене попасть в легкое и вызвать эмболию. Нетрудно догадаться, какая проблема скрывается за тромбозом. Кровь, которая должна быть жидкой и текучей, густеет, в ней образуются комки. Но для текучести необходима способность изменяться. Как только человек перестает меняться, застывает в своем развитии, у него образуется тромб, блокирующий движение жидкости. Внешняя подвижность предполагает наличие подвижности внутренней. Когда сознание человека становится инертным, его мнения не выходят за границы общепринятых норм, в организме тоже застывает все, что должно быть подвижным. Если человек любит целыми днями валяться в постели, вероятность тромбоза повышается. Такая привычка явно свидетельствует о том, что двигательный полюс не востребован. «Все течет», — сказал Гераклит. В полярной форме бытия жизнь проявляется как движение и изменение. Любая попытка цепляться только за один полюс неизбежно приводит к застою и смерти. **Неизменное и Вечно Сущее можно найти только по ту сторону полярности. Но чтобы преодолеть ее, необходимы постоянные изменения, только они дают возможность попасть туда, где никакие перемены не нужны.**

11. ДВИГАТЕЛЬНЫЙ АППАРАТ И НЕРВЫ

ОСАНКА

Если мы говорим об осанке человека, речь всегда идет не только о том, как он владеет своим телом, но и о его **внутреннем стержне**. Внешняя форма соответствует внутреннему содержанию. Если, например, мы говорим о прямом человеке, то следует иметь в виду, что прямохождение — это физическая особенность человека, которая сыграла решающую роль в развитии человечества. Зверь не может быть «прямым», потому что он еще не выпрямился, не встал на ноги. Когда-то, на заре нашей истории, человеку удалось сделать этот огромный шаг: он выпрямился, получив возможность смотреть вверх, на небо. Он получил возможность стать Богом, но вместе с тем и риск стать заносчивым настолько, чтобы показаться Богом самому себе. Риск и шанс проявились и на физическом уровне. Животные ходят на четырех лапах, поэтому мягкие части их тела хорошо защищены. У человека же, который опирается только на две конечности, они абсолютно беззащитны. Беззащитность и ранимость сопровождаются по принципу полярности открытостью и восприимчивостью.

Позвоночник дает нам возможность сохранять прямую осанку. Благодаря ему человек прям и подвижен, обладает и прочностью, и гибкостью. Позвоночник имеет форму латинской буквы S и действует по принципу амортизатора. Полярность жестких позвонков и мягких межпозвоночных хрящей создает эту подвижность и гибкость. Мы говорили, что внутреннее содержание соответствует внешнему, этот принцип, как всегда, находит отра-

жение в языке. Есть и «прямые» люди, и те, кто с удовольствием «прогибается». Нам знакомы «твердые» люди и люди, «ползающие на брюхе». Некоторые не в состоянии «держаться на ногах» и вынуждены «ползать на четвереньках». Чтобы создать более благоприятное впечатление о своей внутренней сущности, мы можем искусственно изменить свою внешность. Родители любят делать замечания по поводу осанки: «Да выпрямись же, наконец!», «Выпрями спину!», «Когда ты научишься сидеть прямо?» С этого начинаются игры в нечестность и обман.

Потом появляется армия. Здесь от солдат все в один голос требуют: «Равняйся!» Солдат обязан продемонстрировать внешнюю осанку даже в том случае, если никакой внутренней осанки у него нет. Армия с незапамятных времен уделяет внимание именно осанке, хотя с точки зрения стратегии иначе, как идиотизмом, это не назовешь. Печатный шаг и умение стоять на вытяжку не помогли выиграть ни одну битву. Такая дрессировка нужна только для того, чтобы разрушить естественное соответствие между внешностью и внутренним содержанием. Отсутствие внутреннего стержня у солдат проявляется в свободное время, после одержанной победы и в других аналогичных случаях. Партизаны не обращают внимания на осанку, потому что у них есть внутренняя идентификация со своими поступками. Эффективность повышается за счет внутреннего стержня и понижается при внешней показухе. Часто напряженную позу солдата, стоящего на вытяжку со сдвинутыми коленками, сравнивают с позой ковбоя. Но какому ковбою придет в голову ограничивать собственные движения, сдвигая колени? Их открытую позу, при которой человек стоит как бы в центре самого себя, можно встретить в Тай Ши.

Когда поза человека не соответствует его внутренней осанке, мы воспринимаем ее как неестественную. Естественная для человека поза дает возможность судить о его внутренней су-

ти. Если болезнь заставляет человека принимать позу, которую добровольно он бы никогда в жизни не выбрал, сразу становится видно, что человек недоволен своим состоянием, и можно даже определить, что же его так гнетет.

Глядя на человека, мы должны учитывать, является ли его поза естественной, или он принял ее не по своей воле. В первом случае она отражает его суть. Во втором случае отражается тень, то есть то, что человек добровольно не выбрал бы. Если человек шагает по жизни, выпрямив спину, вытянувшись вверх и высоко подняв голову, значит, он хочет продемонстрировать нам определенную недоступность, гордость, благородство и прямоту. Такой человек очень быстро начинает идентифицировать себя с этими качествами, не имея ни сил, ни желания от них отказываться.

Совсем по-другому обстоит дело, если у человека, скажем, болезнь Бехтерева. Типичной для него будет форма позвоночника в виде бамбуковой палки. Здесь проявляются неосознанный эгоцентризм и несгибаемость, о которых человек, скорее всего, даже не подозревает. При болезни Бехтерева происходит известкование позвоночника, спина не сгибается, голова наклонена вперед, характерный изгиб позвоночника исчезает, иногда образуется прогиб, обратный естественному. Пациент буквально носом натывается на факты, демонстрирующие, насколько он тверд, непокорен и несгибаем.

Схожие проблемы наблюдаются при наличии круглой спины и горба. Горб свидетельствует о неосуществленной униженности.

МЕЖПОЗВОНОЧНЫЕ ХРЯЩИ И ИШИАС

При постоянном давлении хрящи между позвонками, особенно в области таза, смещаются в сторону и давят на нервы, что вызывает самые разнообразные заболевания, например, ишиас, люмбаго и т. д. Они связаны с перегрузкой. Когда человек слишком много взваливает на свои плечи, причем делает это неосознанно, он ощущает боли в хрящах. Такие боли принуждают его больше находиться в покое, потому что любые движения становятся болезненными. Это очень целесообразная регулировка, но многие пытаются отказаться от нее, принимая обезболивающие препараты. Они хотят вернуться к прежней активности. Может быть, гораздо полезнее использовать возможность полежать, чтобы поразмышлять над тем, почему приходится все тащить на своих плечах? Почему именно на него валятся всевозможные тяжести? Слишком тяжелый груз — это попытка казаться большим и работающим. Это попытка компенсировать внутреннее ощущение собственной незначительности.

За большой работоспособностью скрываются неуверенность в себе, чувство собственной неполноценности. Человек, нашедший себя, больше не совершает подвигов. Он уже существует, вот он. Но за всеми великими (и не очень) делами в мировой истории стоят люди, которые были вынесены наверх от чувства собственной незначительности к внешнему величию. Такие люди своими действиями хотят доказать что-то миру, хотя никто не требует этих доказательств и не ждет их — за исключением, разве что, самого доказывающего. Что он пытается доказать самому себе? Тот, кто очень много на себя берет, должен как можно раньше задать себе вопрос: зачем я это делаю? Иначе разочарование может оказаться слишком велико. При честном отношении к себе ответ будет найден довольно скоро: чтобы получить признание и

любовь. Поиск любви — вот единственный мотив высокой производительности. Такие попытки обычно бесполезны, потому что этим путем добиться любви невозможно. У любви не бывает цели. Любовь нельзя заслужить. «Я тебя люблю, если ты дашь мне 10 тысяч долларов» или «Я люблю тебя, если ты будешь лучшим футболистом в мире» — ну разве это не абсурд? Тайна любви как раз и состоит в отсутствии всяких «если». Поэтому прототипом истинной любви является материнская. Говоря объективно, малыш не приносит матери ничего, кроме нагрузки и беспокойства. Но она так не думает, потому что любит своего ребенка. Почему? На этот вопрос нет ответа. Если бы он был, не было бы любви. Каждый из нас — осознанно или бессознательно — стремится к безусловной и чистой любви, которая касается только двоих, которая не имеет отношения ни к чему внешнему и не зависит ни от рекордов, ни от результатов труда.

Чувство собственной неполноценности порождает в человеке убежденность, что в том виде, в котором он сейчас существует, он абсолютно недостоин любви. Следовательно, он начинает делать все возможное, чтобы стать достойным этого чувства. Он становится все более ловким, трудолюбивым, богатым, знаменитым и т. д. Все это делается в угоду внешнему миру, но если вдруг его полюбили, начинаются сомнения: не за то ли, что теперь он имеет и успех, и славу, и богатство? Человек сам себе закрыл дорогу к истинной любви. Признание успехов не удовлетворяет ту потребность, ради которой он этих успехов добивался. Поэтому очень полезно сразу же расставить все точки над *i*. **Когда человек не видит собственного комплекса неполноценности, он взваливает все больше и больше тяжести себе на плечи** — и даже физически уменьшается в размерах. Из-за сдвига межпозвоночных хрящей ему приходится снять часть груза. Но

после этого он остается кривым и изогнутым. Тело не скрывает правды.

Межпозвоночные хрящи обеспечивают подвижность и эластичность. Если хрящи защемлены из-за известкования позвонков, осанка человека становится неестественно прямой и неподвижной, часто он принимает странные позы. То же самое наблюдается и на психическом уровне. Если у человека «защемление», то у него нет ни открытости, ни подвижности — он непоколебим и имеет неизменную внутреннюю позицию. Защемленные позвонки способен выправить мануальный терапевт. Неожиданным толчком он на какое-то время освобождает позвонки и дает им возможность найти естественное положение.

Ущемленные души следует лечить тем же способом, что позвонки и суставы. Неожиданным сильным толчком человека следует сдвинуть с привычной позиции и дать ему возможность найти новые ориентиры. Но такого толчка боятся и люди с защемленными позвонками, и люди с защемленной душой. В обоих случаях об успешности операции свидетельствует сильный треск...

СУСТАВЫ

Суставы обеспечивают человеку подвижность. Многие симптомы, проявляющиеся на суставах, связаны с воспалением и сильными болями. Это приводит к ограничению функций сустава (вплоть до полной неподвижности). Если потеряна возможность движения, значит, пациент хранит в душе что-то застывшее, оцепеневшее. Сустав теряет свою функциональность, если человек цепляется за какую-то проблему, не позволяя ей сдвинуться с места. Твердый, негнувшийся затылок выдает упрямец. Бывает достаточно услышать, как говорит человек, чтобы получить информацию о симптоме. Вспомните: «Перегнуть палку»; «зайти

слишком далеко»; «задеть кого-нибудь»; «свихнуться»; «быть повернутым». Существуют воспаление сустава, вывих, разрыв, ушиб или трещина. Язык этих симптомов однозначен. «Вывернуть» или «поставить на место» можно не только сустав, но и ситуацию, отношения, дела.

Когда сустав вывихнут, можно резким рывком вернуть его на место. Неправильное положение сустава можно усугубить еще больше, чтобы, сделав полный оборот, тот оказался на месте. Эти методы имеют четкую параллель с психотерапией. Если некто занял неправильную позицию и не хочет ее менять, можно довести ее до логического конца и, показав тем самым всю ее абсурдность, вновь пытаться искать путь к золотой середине. Из любой ситуации проще всего выйти, продолжая идти вперед. Но люди, как правило, боятся так делать. Они предпочитают держаться одного полюса.

Большинство из нас делают то, что они делают, в среднем темпе, поэтому и застревают на месте: изменений происходит слишком мало. Этот подход абсолютно неверен. Каждый полюс при предельной концентрации переходит в свою противоположность. Так, после сильного напряжения легко перейти к релаксации. Золотая середина может обнаружиться только как результат познания двух полюсов. И попытка человека попасть туда сразу приводит к тому, что он застревает на уровне безликой усредненности.

Но и с подвижностью тоже можно «перегнуть палку». Механические изменения в суставах часто указывают эту границу. Они дают понять, что один полюс или одно направление оказались задействованы **чересчур**.

Современная медицина имеет возможность заменять износившиеся суставы искусственными, особенно часто это используется при повреждении тазобедренного сустава, когда путем

сложной операции на его место ставится так называемый эндопротез.

Когда речь шла о вставных зубах, мы уже говорили, что любой протез — это ложь. Мы изображаем наличие того, чего на самом деле нет. Если человек внутри неподвижен, а внешне производит противоположное впечатление, его тазобедренный сустав корректирует это положение, делая человека более честным. Искусственный же сустав сводит коррекцию на нет, вновь создавая впечатление все той же подвижности.

Медицина опять дает нам возможность стать нечестными! Но давайте мысленно представим себе следующую ситуацию. Мы произносим заклинание, уничтожающее все существующие на свете протезы: очки, слуховые аппараты, искусственные суставы и вставные зубы. Исчезают штыри, вставленные в кости, и вся остальная «синтетика», встроенная в организм человека, и нам открывается страшная картина!

Теперь, произнеся другое заклинание, мы лишаем медицину всех ее достижений в борьбе со смертью. Мы оказались бы среди груды трупов, калек, полуслепых и тугоухих. Картина обнаженных человеческих душ была бы ужасной, но честной!

Искусство врачевания избавило нас от подобного зрелища. Медицина прилежно реставрирует и протезирует человеческое тело. Оно начинает выглядеть почти натурально. Но что стало с душой? Она так и осталась глухой, слепой, разбитой параличом колченогой уродиной. Медицина сделала так, что никому этого не видно, спрятав правду и являя миру портрет красавца Дориана Грея. Именно поэтому мы так боимся честности. Ужасно в один прекрасный момент увидеть самого себя без грима.

Но поверьте: постоянная работа души намного важнее, чем поверхностная забота о теле. Ведь тело — явление временное, а сознание — нет.

РЕВМАТИЗМ

Ревматизм — собирательное понятие, обозначающее болезненные изменения в тканях (прежде всего — в суставах и мышцах). Это понятие не имеет четких границ. Ревматизм связан с воспалением, которое может быть как острым, так и хроническим. Он вызывает распухание тканей и мышц, деформацию и уплотнение суставов. Из-за боли подвижность оказывается сильно ограниченной, так что дело может дойти до инвалидности.

Болезненные ощущения в тканях и мышцах особенно сильно проявляют себя при выходе из состояния покоя и, напротив, утихают после того, как пациент активно подвигается. Отсутствие активности со временем приводит к атрофии мышц и веретенообразному опуханию затронутых суставов.

Обычно болезнь начинается с болезненных ощущений, опухания и покраснения суставов по утрам. Как правило, затронутыми оказываются симметричные суставы (локти, запястья, колени). Боль распространяется от периферийных мелких суставов к крупным. Это хроническое заболевание периодически проявляется онемением.

Онемение по мере прогрессирования болезни становится все более ощутимым, суставы постепенно деформируются. Больные полиартритом жалуются редко, они проявляют большое терпение и поразительное равнодушие к собственным страданиям.

Развитие полиартрита связано с центральной проблематикой всех заболеваний двигательного аппарата, соотношением движения и покоя (движения — неподвижности). В анамнезе практически всех ревматиков отмечаются повышенная активность и подвижность. Они занимались профессиональным спортом и

борьбой, много работали по дому, трудились без устали в саду и приносили себя в жертву другим. Это очень активные, подвижные, податливые и беспокойные люди. Они долго не обращают внимания на свой полиартрит, так что он иногда вынужден обрывать их на онемение и застой, чтобы привести к покою. Создается впечатление, что избыток активности и движения корректируется за счет инерции.

Прочитав эти строки, вы, наверное, удивились. Ведь мы так много говорили о необходимости движения!

Но все встанет на свои места, когда вы вспомните, что болезнь заставляет человека стать честным. Полиартрит говорит о том, что на самом деле люди, которые им страдают, находятся в оцепенении. Бросающиеся в глаза подвижность и активность, отмечаемые в анамнезе, относятся только к соматическому уровню, они не могут компенсировать инерцию сознания. Само слово «застывать» родственно слову «остыть», то есть стать неживым, холодным.

Личностный профиль больного полиартритом довольно хорошо известен, поскольку психосоматика занимается этим уже более полувека. Все исследователи сходятся на том, что характер пациента с полиартритом имеет компонент повышенной совестливости, а также мазохистски-депрессивный компонент с сильно выраженной потребностью самопожертвования и преувеличенным желанием оказать помощь. Поведение их можно назвать «сверхморальным», но на самом деле такие черты свидетельствуют скорее об инертности и упрямстве. Сразу видно, как мало подвижности и гибкости в сознании. В занятиях спортом и повышенных физических нагрузках происходит компенсация внутренней неподвижности, которая играет роль защитной реакции психики от осознания собственной инертности.

Часто встречающееся увлечение таких пациентов борьбой заставляет нас затронуть еще одну важную тему. Речь идет об агрессии. Ревматик тормозит свою агрессию на моторном уровне, блокируя мышечную энергию. Экспериментальные исследования и замеры мышечного электричества ревматиков однозначно показали, что любые раздражители вызывают у них повышение мышечного напряжения, особенно мускулатуры суставов. Подобные наблюдения доказывают, что ревматики насильно тормозят свои агрессивные импульсы, которые стремятся к физическому проявлению. Неиспользованная энергия накапливается в мышцах суставов, постепенно превращаясь в воспаление или болезненные ощущения. Любая боль, вызванная болезнью, первоначально была предназначена кому-то другому. Она — всегда результат агрессивного действия. Если «Я» позволяю своей агрессии проявиться и бью человека, боль ощущает моя жертва. Но стоит мне подавить агрессивный импульс, он обращается против меня самого, и боль ощущаю я.

Вы ощущаете боль? Подумайте, для кого она была предназначена...

При ревматизме существует совершенно особый симптом. При воспалении сухожилий в мускулатуре предплечья и в локтевой области кисть непроизвольно сжимается в кулак. Рука, сжатая в кулак, символизирует подавленную агрессию и желание «ударить кулаком по столу». Открытая рука — символ дружелюбия. Мы машем кому-нибудь рукой при встрече, не задумываясь о древних истоках этого жеста. А ведь раньше, приветствуя человека, ему показывали открытую безоружную ладонь, символизируя мирные намерения. То же самое означала и ладонь, протянутая для пожатия. Но если открытая ладонь символизировала мирные, дружелюбные намерения, то сжатый кулак всегда являлся знаком агрессии и враждебности.

Ревматик плохо относится к собственной агрессивности, иначе он бы ее не подавлял и не блокировал. Но поскольку она при этом все равно никуда не исчезает, у него развивается сильное чувство вины, заставляющее его помогать другим и жертвовать собой. Возникает своеобразная конструкция из альтруистического служения другим и господства над ними, которую метко называют «тиранией во благо других». Часто болезнь проявляется именно в тот момент, когда из-за изменения жизненных обстоятельств пропадает возможность служить другим, компенсируя тем самым чувство вины. Палитра сопутствующих симптомов указывает на связь ревматизма с подавленной враждебностью: нарушения в области желудка и кишечника, сердечная недостаточность, фригидность, нарушение потенции и страхи. А тот факт, что полиартритом женщины страдают в два раза чаще, чем мужчины, можно объяснить просто: женщины имеют гораздо меньше возможностей реализовать свои враждебные импульсы.

Натуротерапия связывает ревматизм с отложением токсинов в соединительной ткани. Эти токсины символизируют нерешенные проблемы и «непереваренные» темы, которые оказались «отложенными» на бессознательном уровне. С этим связаны и терапевтические причины поста. Из-за полного отсутствия поступающих извне питательных веществ организм начинает питаться собственными запасами и оказывается вынужденным сжигать и перерабатывать отходы, скопившиеся в организме. Организм перестает быть «мусорным ведром». На уровне сознания этот процесс соответствует проработке и осознанию откладываемых «на потом» проблем. Но ведь ревматик не хочет заниматься своими нерешенными проблемами! Для этого он слишком неподвижен и инертен. Он боится задать себе честные вопросы по поводу собственного альтруизма, услужливости, жертвенности, норм морали и покорности, потому что боится честных ответов. Его эгоизм, не-

подвижность сознания, неспособность подстроиться, желание власти и агрессивность остаются в тени и проявляются на соматическом уровне как неподвижность физическая, которая может положить конец его наносной услужливости.

МОТОРНЫЕ НАРУШЕНИЯ: КРИВОШЕЯ, ПИСЧИЙ СПАЗМ

Особенностью этих нарушений является частичная потеря контроля над своими моторными функциями, которые обычно подчиняются волевым приказам. Часто это происходит, когда человек чувствует, что за ним наблюдают, или что он находится во власти другого человека, которая может проявиться в любой момент. Так, при кривошее голова непроизвольно — медленно или рывком — поворачивается в сторону, иногда даже назад, и только через некоторое время ей можно придать нормальное положение. Бросается в глаза стремление пациента держать голову прямо, используя вспомогательные средства. Он придерживает пальцами подбородок или опирается затылком на что-нибудь твердое. Если помещение позволяет, человек стоит спиной к стене, опираясь на нее, тогда он без большого труда может держать голову прямо.

Такие особенности и зависимость от ситуации (присутствие других людей) демонстрируют основную проблему, с которой связаны эти нарушения. Все крутится вокруг полюсов уверенность—неуверенность. Моторные нарушения и тик развенчивают наносную самоуверенность, которую человек демонстрирует другим. Они показывают, что у него нет не только уверенности, нет даже силы быть хозяином самому себе!

Во все времена символом храбрости и отваги были твердый, прямой взгляд и способность не отводить глаз. И именно в тех ситуациях, где это особенно важно, голова самопроизвольно поворачивается в сторону! Человек начинает бояться встреч с

важными для него людьми, не любит людных сборищ, старается избегать неприятных ситуаций, уходит от конфликтов и попросту вычеркивает из своей жизни часть мира.

Прямая осанка вынуждает смотреть на мир прямо. Но если человек отворачивается в сторону, он не может (или не хочет?) видеть как минимум половины того, что находится вокруг. Становясь односторонним, он начинает рассматривать предметы «наискось». С этой односторонностью косвенно связана известная угроза «Я сверну тебе голову». Цель такой психической атаки — лишить жертву власти над направлением своего взгляда, чтобы она безвольно следовала за другими.

Те же самые проблемы связаны с писчим спазмом и судорогами пальцев у пианистов. У таких людей высокие претензии и сильно развитое честолюбие. Они целенаправленно делают карьеру, но на людях демонстрируют скромность. Они хотят, чтобы их успехи (красивый почерк, музыка) производили неизгладимое впечатление на всех. Но симптом (тоническое сжатие кисти) расставляет все на свои места. Всем становится видна «судорожность» их попыток и успехов. Оказывается, что на самом деле им «абсолютно нечего сказать» (читай: написать).

ПРИВЫЧКА ГРЫЗТЬ НОГТИ

Привычка грызть ногти не является моторным нарушением, но имеет ряд сходных черт с теми симптомами, о которых мы только что говорили. Это своего рода насильственное усиление контроля над руками возникает не только как проходящий симптом у детей и подростков. Некоторые взрослые страдают от нее десятки лет. Психическая подоплека здесь однозначна. Знание ее могло бы помочь тысячам родителей, которые на практике

могли убедиться: заперты, угрозы и наказания абсолютно бесполезны.

Пальцы рук у людей соответствуют когтям животных. Когти необходимы для защиты и нападения, это инструмент агрессии. Выражения «показать когти» и «оскалить зубы» мы воспринимаем как синонимы. Когти демонстрируют готовность к битве. Большинство высокоразвитых животных использует когти и зубы как оружие. Обгрызая ногти, человек кастрирует собственную воинственность, символически «затупляет оружие»! В этом проявляется его страх перед агрессией. Грызая ногти, человек как бы откусывает свою агрессивность.

Женщины больше страдают от этой привычки, потому что завидуют своим соперницам с красивыми, длинными ногтями, покрытыми ярким лаком — особенным, блестящим символом агрессии, выставляемым напоказ. Завидуют, конечно же, те, кто не осмеливается так открыто демонстрировать свою готовность к схватке. Желание иметь длинные ухоженные ногти — это внешний повод выказать наконец-то свою скрытую агрессивность.

Если ребенок начинает грызть ногти, значит, он находится в том периоде развития, когда не осмеливается открыто проявлять агрессию. Родители должны задуматься. Они совершают большую ошибку, подавляя или осуждая агрессивность. Надо попытаться предоставить ребенку больше свободы. Он должен найти в себе мужество выражать агрессивность, не ощущая при этом вины. Чаще всего поведение ребенка будет вызывать у родителей страх, поскольку, **если бы у них самих не было проблем с агрессивностью, ребенок не грыз бы ногти.** Для всей семьи было бы полезно поставить под сомнение искренность своего поведения и научиться видеть то, что скрывается за фасадом. Если ребенок научится защищаться, не обращая внимания на страхи родителей, он перестанет грызть ногти. Но пока родители не гото-

вы измениться сами, они не должны, по крайней мере, жаловаться на некрасивую привычку ребенка, ведь тот в своих симптомах отражает проблемы родителей!

ЗАИКАНИЕ

Речь текуча. Мы часто говорим о «потоке речи» и о «тягучем языке». При заикании речь не течет. Человек дробит ее на части, разрубает, кастрирует. Для того чтобы течь, необходим простор, — если на реке установить плотину, то возникнут затор и давление. Вода, в лучшем случае, будет капать, но никак не течь. Заикающийся человек тормозит течение речи из-за суженного горла. Мы уже говорили, что узость и страх взаимосвязаны. При заикании страх находится в горле. А горло (и само по себе достаточно узкое) является связующим звеном, своеобразными воротами между головой и телом, верхом и низом.

Давайте вспомним то, о чем уже говорилось в главе, посвященной мигрени, — о символике верха и низа. Заикающийся человек пытается максимально сузить горло, чтобы иметь возможность контролировать все, что попадает снизу вверх, то есть, по аналогии, из подсознания в надсознание. Это тот самый принцип защиты, который раньше использовался при строительстве крепостей: наличие только очень узких, легко контролируемых проходов. Из-за узости дверей и лазов возникали пробки, препятствующие потоку. Заикающийся человек контролирует горло, потому что испытывает страх перед всем, что поднимается снизу и попадает в сознание, — он старается подавить его в горле.

Нам известно выражение «ниже пояса», которое подразумевает «неприличную и нечистую» сексуальную область. Линия пояса служит границей между «опасной» нижней частью тела и верхней, разрешенной и чистой. Эту границу при заикании пере-

носят выше, на уровень шеи, потому что все тело воспринимается как нечто опасное и вредное. Ясной и чистой остается только голова. Как и пациент с мигренью, больной переносит свою сексуальность в голову, что приводит к судорогам («как наверху, так и внизу»). Человек не хочет открывать себя плотским требованиям и влечениям, но вместе с тем все больше ощущает их присутствие. Ведь чем сильнее их подавляют, тем более страшными они становятся. Заикание превращается в причину сложностей с контактностью и партнерством — таким образом, круг замыкается.

По тому же принципу «обратного влияния» **замкнутость** заикающихся детей рассматривается как **следствие заикания**. Но ведь **заикание** — это еще и **проявление** этой **замкнутости**. Ребенок боится выпустить наружу что-то страшное, неприятное. Он тормозит течение, чтобы иметь возможность лучше его контролировать. Является ли это страшное и неприятное сексуальностью и агрессией или чем-то иным, не играет никакой роли.

Речь — это средство самовыражения. Если тому неосознанному, что ищет выход и давит изнутри, противопоставляется внешнее давление, значит, страх перед тем, что может вырваться наружу и **выразить себя**, слишком силен. Человек закрыт. А вот когда заикающемуся человеку в один прекрасный момент удастся раскрыться, этот успех выливается мощным потоком речи, агрессии и сексуальности. Если высказать все, что раньше замалчивалось, то исчезнет и необходимость в заикании.

12. Несчастные случаи

Многие удивляются тому, что несчастные случаи можно интерпретировать так же, как болезни. Люди считают, что это явления, приходящие извне, в которых сам человек не виноват. Такие рассуждения в очередной раз показывают, насколько запутан и некорректен наш образ мысли. Нам очень неприятно нести полную ответственность за свою жизнь, не проецируя вину вовне, от себя. Нам не нравятся объяснения, лишаящие нас удобных иллюзий. Конечно, «по-человечески» это понятно. Но эта книга написана для тех, кто пытается отыскать истину, кто знает, что достичь цели можно, только познав самого себя. Поэтому мы не будем трусливо замалчивать неприятную правду о несчастных случаях.

Нужно понять, что всегда существует нечто, приходящее якобы извне, что нам хочется интерпретировать как «причину». Но каузальная интерпретация, как уже говорилось выше, — только один из способов рассмотрения взаимосвязей. Подойдя к зеркалу, мы увидим, что наше отражение смотрит на нас якобы снаружи. Но ведь оно не является причиной того, как мы выглядим! При простуде извне появляются бактерии, и причину мы видим в них. При дорожно-транспортном происшествии пьяный водитель не уступает пешеходу дорогу, и мы рассматриваем как причину его. На событийном уровне всегда есть объяснение. Но оно не мешает нам истолковывать несчастный случай и на содержательном уровне.

Закон резонанса обеспечивает невозможность вступления в контакт с тем, с чем мы не имеем ничего общего. Позволим себе повториться. Причинные взаимосвязи — только материальное средство, которое необходимо для проявления на телесном уровне, так же как краски и полотно — материальное средство, с помощью которого художник воплощает в форму то, что видит своим внутренним зрением. Было бы, по меньшей мере, нелепо

отказываться от анализа содержания, композиции и колорита картины, используя аргумент, что, дескать, ее истинными причинами являются краски, кисть и полотно.

Мы выискиваем себе несчастные случаи точно так же, как «болезни», и не отказываемся ни от чего, что можно использовать как «причину». **Но ответственность за все происходящее с нами лежит на нас самих.** Исключений нет, поэтому вы со спокойной совестью можете прекратить их поиск. Если человек страдает, то виноват в этом только он сам, потому что не пытается умалить тяжесть этих страданий! Каждый из нас — и жертва, и палач в одном лице. Пока человек этого не поймет, он не сможет выздороветь, не сможет стать цельным. По интенсивности, с которой люди ругают «виновных», можно судить, насколько они ненавидят виновных в себе самих. Здесь не хватает возможности увидеть одно целое, а не два отдельных предмета.

Осознание того, что несчастные случаи неосознанно мотивированы, — не новость. Еще Фрейд в своей работе «Психопатология повседневной жизни» писал о таких ошибках, когда люди оговариваются, забывают, кладут вещи не туда. Наряду с этим он говорил о несчастных случаях как о **результате неосознанного намерения**. С тех пор психосоматические исследования подтвердили даже статистическими данными существование людей с повышенной виктимностью. Под этим термином подразумевается склонность перерабатывать собственные конфликты в форме несчастных случаев. В 1926 году немецкий психолог К. Марбе опубликовал свои наблюдения, назвав их «Практическая психология несчастных случаев и аварий на производстве». Он, в частности, писал, что человек, один раз оказавшийся жертвой несчастного случая, попадет в него еще раз с гораздо большей вероятностью, чем тот, с кем ни разу ничего подобного не случилось.

В фундаментальной работе Александра по психосоматической медицине, которая вышла в свет в 1950 году, мы находим следующее наблюдение: «При анализе несчастных случаев, произошедших в штате Коннектикут, выяснилось, что в течение 6 лет с небольшой группой, составляющей всего 3,9 процента всех попавших в аварии водителей, произошло 36,4 процента всех аварий. Фирма, в которой работает много водителей грузовых автомашин, была обеспокоена огромным количеством несчастных случаев и с целью их предотвращения организовала тщательный анализ каждого. Среди прочего были изучены протоколы аварий отдельных водителей. В результате те, у кого оказалось самое большое количество происшествий, были переведены на другую работу. Количество ДТП снизилось на 20 процентов. Самое интересное, что водители, переведенные на другую работу, сохранили свойство попадать в аварии. Это неопровержимо доказывает, что существуют люди с повышенной виктимностью. Склонность к авариям сохраняется независимо от места работы» (Александр, Психосоматическая медицина).

Далее автор пишет, что «в большинстве случаев присутствует элемент намеренности, несмотря на то, что он остался неосознанным. Другими словами, большинство несчастных случаев неосознанно мотивировано». Обращение к истокам психоанализа должно, среди прочего, продемонстрировать, что наш подход к причинам несчастных случаев совсем не нов, и что нужно много времени, чтобы некие неприятные знания попали в сознание большинства (если они вообще туда попадут).

Нас интересует не столько личность, связанная с несчастными случаями, сколько само их значение. Если несчастие произошло, то для чего-то оно было нужно. Даже если человек не является личностью, склонной к несчастным случаям, и попал в такую ситуацию только один раз, все равно авария означает нечто

важное лично для него. Он должен что-то почувствовать, чему-то научиться. Если таких случаев в биографии одного человека много, значит, он не может осознанно решить свои проблемы, ему требуется наглядный урок, хочет он этого или нет. Умение (и неосознанное желание) становиться жертвой несчастного случая является для таких людей «местом наименьшего сопротивления». Несчастный случай внезапно и напрямую ставит под сомнение образ и направление действий человека. Это своего рода пауза, но не в музыке, а в жизни человека; именно с этой точки зрения он и должен рассматриваться. Анализировать происшествие следует от начала до конца, обращая, как в театральной пьесе, внимание на все детали. Нужно попытаться понять его структуру и перенести ее на собственную жизненную ситуацию. Несчастный случай — это точное и неприятное карикатурное изображение ваших личных проблем.

Дорожно-транспортные происшествия

Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) — понятие настолько абстрактное, что толковать его невозможно. Нужно точно знать, что конкретно произошло, тогда можно понять, что за этим стоит. Насколько сложна и даже невозможна общая трактовка, настолько легко и просто интерпретировать каждый конкретный случай. Внимательно слушайте, как люди описывают случившееся. Двойственность языка сделает все остальное. К сожалению, снова и снова приходится убеждаться, что мы не умеем слушать друг друга. Иногда приходится просить пациента повторить какую-нибудь фразу много раз, прежде чем он поймет, что же сказал на самом деле. При этом выясняется, насколько неосознанно человек относится к языку, и как хороши его фильтры, когда речь заходит о его собственных проблемах.

И на улице, и в транспорте можно услышать: «Сошел с дороги», «его занесло», «потерял контроль», «потерял управление», «сошел с колеи», «наехал» и т. д. Ну о чем тут можно еще толковать? Достаточно внимательно послушать...

Кто-то **развил такую скорость**, что **не смог вовремя затормозить**, кто-то **наехал** на машину едущего впереди (или это была женщина?), потому что «контакт оказался слишком тесным». Итак, столкновение рассматривается как отталкивающий поступок, а водители «наезжают» не только собственными автомобилями, но и словами.

Часто в ответ на вопрос: «Кто виноват в том, что произошло?» раздается: «Я уже не мог затормозить». Можно предположить, что человек в своем развитии (например, профессиональном), набрал такую скорость, что это может обернуться против него самого. Несчастный случай в данной ситуации можно рассматривать как предложение повнимательнее отнестись в собственному взлету, чтобы иметь возможность вовремя сбросить скорость. Оправдание: «Я не мог его видеть» — дает понять, что человек просмотрел в своей жизни нечто важное. Если аварией заканчивается попытка обгона, следует проконтролировать все «обгонные маневры» в собственной жизни. Если человек заснул за рулем, значит, ему давно пора проснуться в реальной жизни, иначе кто-нибудь его разбудит и, причем, довольно грубо. Один «подрезает», другой «таранит» разграничительные столбы, третьему приходится «вытаскивать свою тачку из грязи». Человек не может что-то разглядеть, не видит знака «Стоп!», путает направление, чувствует, как что-то попало под колеса. ДТП приводят к интенсивному контакту с другими людьми — иногда этот контакт бывает чересчур тесным, но в любом случае сближение оказывается агрессивным.

Чтобы лучше понять, как это делается, давайте попробуем вместе рассмотреть одну конкретную аварию. Описанный ниже случай произошел на самом деле. На перекрестке с большой силой столкнулись два легковых автомобиля. Один из них отбросило на тротуар, где он и остался лежать колесами вверх. В автомобиле оказались запертыми несколько человек, которые громко кричали, прося о помощи. Из машины доносилась и громкая музыка. Прохожим удалось освободить находившихся внутри «пленников». Все они получили телесные повреждения средней тяжести и попали в больницу.

Это событие можно трактовать следующим образом: все участники ДТП находились в ситуации, когда собирались продолжать начатые ими дела, двигаясь в прежнем направлении. Это соответствовало и их желанию, и попытке ехать вперед. Но перекрестки существуют не только на дорогах, но и в реальной жизни. Прямая улица соответствует в жизни норме — тому, что складывается из привычек. Тот факт, что движение вперед было грубо прервано для всех пострадавших, показывает, что все они не смогли осознать необходимости изменить свой путь. Когда-нибудь изживают себя любая норма и любое направление, и возникает необходимость изменений. Люди защищают свои нормы и привычки, ссылаясь на то, что раньше они были действенными и хорошо себя зарекомендовали. Но ведь это не аргумент. Для грудного младенца нормой являются мокрые пеленки. Но вы же не будете считать это естественным для ребенка двух лет!

Нам всем крайне трудно вовремя осознать необходимость перемен. Участники ДТП **наверняка** этого не сумели. Они пытались двигаться дальше по привычному и кажущемуся правильным пути и проглядели насущную необходимость изменить курс, создать новую ситуацию. Но неосознанный импульс никуда не делся. Путь, по которому они шли, подходил им все меньше и

меньше. Не хватало мужества усомниться в его правильности или решительности сойти с него. Эта ситуация может касаться чего угодно: профессиональной карьеры, мировоззрения или семейной жизни, от которой осталась одна видимость. Главное в ней — то, что неосознанное стремление к новому, к переменам длительное время подавлялось. **Нереализованное** желание пытается осуществить себя через **неосознанное** событие, которое воспринимается как «пришедшее извне». Человека «выбрасывает на обочину», в нашем случае — с помощью другого автомобиля.

Если он честен с самим собой, то после аварии сможет признаться, что в глубине души уже давно недоволен тем, что с ним происходит, что ему хотелось бы выбрать для себя другой путь, но до сих пор не хватает мужества. **С человеком происходит только то, чего он хочет.** Неосознанные события бывают успешными, но у них есть один недостаток: они не могут решить возникшую проблему, ибо сделать это можно только осознанно. Если сознание «не сработало», то несчастный случай — лишь материализация проблемы, которая может снабдить нас информацией, может дать **толчок к решению**, но не **решить проблему** за вас.

В нашем примере авария привела к освобождению от привычной колеи, но при этом создала еще большую несвободу (люди оказались запертыми в автомобиле). Новая, неожиданная ситуация — это, с одной стороны, выражение неосознанности события, а с другой — предупреждение, что уход с привычной колеи способен привести к еще большей несвободе. Крики о помощи пострадавших почти заглушались громкой музыкой из салона. Тот, кто привык рассматривать подобные события как некие притчи, видит в этой детали попытку отвлечься от проблемы с помощью внешних событий. Музыка заглушает внутренний голос, который зовет на помощь и мечтает, чтобы сознание услышало, как ему

плохо. Но сознание не хочет ничего слушать, поэтому внутренний конфликт и желание души освободиться остаются в области неосознанного. В данном случае, ДТП — это «внешнее событие», которое дает возможность неосознанным проблемам заговорить в полный голос. Призывы души и крики о помощи достигли слухового порога. Человек стал честным.

Несчастные случаи в быту и на производстве

Помимо ДТП существует огромное количество несчастных случаев в быту и на производстве. Символика их столь же многообразна, поэтому каждый случай необходимо рассматривать отдельно.

Богата символика *ожогов*. Во многих выражениях ожоги и огонь используются в качестве символов психических процессов: «обжечься на чем-то», «играть с огнем», «пройти сквозь огонь» и т. д.

Огонь означает опасность. Ожоги дают понять, что человек оценивает ее неправильно. Может быть, вы не замечаете, насколько «горячей» может оказаться вскоре та или иная ситуация. Ожоги привлекают наше внимание к тому, что мы «играем с огнем» (то есть с опасностью). Кроме того, огонь связан с темой сексуальности и любви. Мы говорим о «горячей» любви и «обжигающей страсти», «пылаем от любви» и «сгораем в любовном пламени». О любимой девушке говорим: «В ней есть огонек». В первую очередь ожоги затрагивают кожу, то есть пограничные рубежи человека. Нарушение границы символизирует, что тот ставит под сомнение свое «Я», которым он отграничивается от мира и которое мешает истинной любви. Чтобы научиться любить, мы должны открыться, воспламениться и сжечь все границы. Когда человек оказывается к этому не готов, может случиться так,

что не внутренний, а внешний огонь сметет границы и обожжет его так, что он будет открыт насильно.

Похожую символику несут в себе любые *повреждения кожи*. Мы говорим о психических травмах, о том, что человека «ранили» чьи-то неосторожные слова. Но ведь ранить можно не только другого, но и себя самого.

Легко представить себе, что скрывается за тем, что человек «споткнулся» или «упал». Человек поскользнулся в гололед, потому что всю жизнь перед ним открывалась «гладкая дорога». Один падает «маслом вверх», а другой — обязательно «вниз». Если в результате падения у человека возникает сотрясение мозга, значит, под сомнение поставлены самые основы образа мысли. Любая попытка выпрямиться приводит к страшной головной боли, поэтому голову приходится опускать. Голова лишается своего доминирующего положения, и пациент на собственном опыте убеждается, что думать иногда бывает очень больно.

Переломы

Кости ломаются в экстремальных ситуациях (падение с мотоцикла, автомобильная катастрофа, спортивная травма). Перелом вынуждает человека долгое время находиться в состоянии вынужденного покоя (постельный режим, гипс). Любой перелом («разрыв») приводит к «разрыву» в активной деятельности. Во время этого перерыва должны, по мере возможности, образоваться новые ориентиры. Перелом ясно показывает, что вы не обратили внимание на необходимость закончить определенный этап в своем развитии, поэтому организм вынужден был наглядно продемонстрировать «слом» устаревшего и переход от «перерыва» к «прорыву» в новое. Перелом «прерывает» прежний путь, для которого были характерны, прежде всего, высокая активность и подвижность. Человек «перегнул палку» так, что она переломи-

лась. Перегрузки накапливались так долго, что одно из звеньев — самое слабое — не выдержало.

Кость символизирует твердость, формообразующую норму, но так же и застой (известкование). Если преобладающим оказывается принцип застоя, кость становится ломкой и больше не может выполнять свои функции. То же самое происходит с нормами и установками человека — они должны представлять собой внутренний стержень, но, будучи слишком застывшими, оказываются не в состоянии этого делать. Перелом показывает на физическом уровне, что застой моральных и поведенческих норм сделал человека чересчур негибким. С возрастом он все больше цепляется за свои жизненные принципы и теряет психическую пластичность. Аналогичный процесс происходит и на уровне тела: при известковании костей со временем увеличивается опасность переломов. Противоположный полюс — это маленький ребенок с подвижными косточками, сломать которые почти невозможно. У малыша еще нет ни норм, ни морали, в которых он может застыть, прекратив развитие.

Если человек выстраивает свои ценности, нормы и установки так, что становится абсолютно негибким, ему, как никому другому, начинает грозить перелом позвоночника. Это можно предотвратить, если не терять гибкости!

13. Психические симптомы

В этой главе мы объединили несколько наиболее распространенных нарушений, которые обычно называют «психическими». Наверняка вам бросится в глаза, некоторая бессмысленность такого названия с точки зрения нашего подхода к проблеме.

На самом деле невозможно провести границу между психическими и соматическими симптомами. У каждого симптома есть психическое содержание, которое проявляется на телесном уровне. Страх и депрессия точно так же способны проявляться в теле человека, как аллергия или простуда. Но все дело в том, что соматические изменения под воздействием лекарств дают официальной медицине теоретическую базу для фармакологического вмешательства. Слезы пациента, находящегося в состоянии депрессии, — явление не более «психическое», чем гной или понос. Разумеется, распад или деформация органа как проявление болезни на одном ее полюсе совсем не похоже на психические изменения личности, возникающие на другом. Но чем больше мы продвигаемся от конечных пунктов к середине, тем тяжелее обнаружить разделительную линию. Даже крайние точки при ближайшем рассмотрении не имеют различия между соматическим и психическим, поскольку они связаны всего лишь со способом внешнего проявления символов. Астма в формах своего проявления отличается от ампутации ноги не меньше, чем от шизофрении. Классификация на «психическое» и «соматическое» дает больше путаницы, чем порядка.

Мы не видим смысла в этом разделении, потому что наша теория применима ко всем симптомам без исключения. У симптомов могут быть самые разные формы выражения, они проявляются на уровне организма, но в них всегда открывается содержание нашего сознания, которое нужно научиться видеть. Восприятие симптома происходит в сознании, будь то неизбывная печаль или боль от свежей раны. В первой части книги мы уже говорили, что все **индивидуальное** проявляется симптомами, а различие между болезнью или здоровьем базируется исключительно на **субъективной оценке**. Аналогично обстоят дела и на так называемом психическом уровне.

Нам всем пора избавиться от мысли, что поведение бывает нормальным и ненормальным. Нормальность — это то, что чаще встречается, и потому она не может быть использована ни как классификационная единица, ни как оценочный масштаб. Нормальность (норма) не вызывает страха, но противостоит индивидуальности. Защита «нормы» — это тяжкий долг традиционной психиатрии. Галлюцинация реальна не меньше и не больше, чем любое восприятие. Единственное, чего ей не хватает, это аплодисментов коллектива. «Психически больной» человек существует по тем же физиологическим законам, что и все остальные люди. Безумный с манией преследования проецирует на окружающих свою тeneвую агрессивность, так же как и тот, кто требует самого сурового наказания для преступника. Любая проекция — это безумие, поэтому вполне правомерным является вопрос, когда безумие нормально, а когда становится болезнью.

Психически больной и психически здоровый — это конечные точки пространственно-временного единства, являющегося результатом совместной деятельности сознания и тени. У так называемого психотика мы наблюдаем в экстремальной форме результат успешного подавления тени. Если все каналы и участки, где может осуществляться тень, оказываются надежно закрытыми, в какой-то момент происходит смена доминанты, и тень полностью захватывает власть над личностью.

Она подавляет господствовавшую прежде часть сознания и с повышенной энергией восполняет все то, что другая часть сознания до сих пор не осмеливалась реализовать. Так, рьяные моралисты становятся эксгибиционистами, боязливые и мягкие «одуванчики» превращаются в диких бешеных зверей, а прежде скромные незаметные личности страдают манией величия.

Психоз тоже заставляет быть честным, потому что он начинает наверстывать упущенное с такой интенсивностью, от ко-

торой окружающим становится страшно. Это отчаянная попытка избавиться от односторонности и вернуть себе равновесие. Но она связана с опасностью, что человеку больше не удастся выбраться из постоянного метания от одной крайности к другой. Найти золотую середину и добиться равновесия очень трудно, иногда неудавшиеся попытки это сделать приводят к появлению маниакально-депрессивного синдрома. При психозе человек реализовывает свою тень. Безумие вызывает у окружающих чувство беспомощности и страха, потому что напоминает об их собственной тени. Безумный человек открывает дверь во тьму сознания, характерную для каждого из нас. Мы изо всех сил боремся, пытаемся подавить эти симптомы, потому что нами руководит страх. Это вполне понятно, но понимание причин страха не помогает решить проблему. Подавление тени приводит к ее насильственному взрыву. Подавив ее снова, мы не решаем проблему, а откладываем.

В этом случае, как и в любом другом, первым необходимым шагом в правильном направлении должно быть осознание того, что у любого симптома есть смысл, дающий ему право на существование. Исходя из этого, можно определиться, как использовать симптом себе во благо. Думается, сделанных нами замечаний на тему психических симптомов вполне достаточно. Остается добавить, что психотик недостаточно откровенен, чтобы иметь возможность истолковывать свои симптомы. Его страх перед тенью настолько велик, что чаще всего он полностью проецирует его наружу. Заинтересованный наблюдатель сможет довольно легко интерпретировать, если он будет помнить о двух правилах, уже много раз упоминавшихся на страницах этой книги.

1. Все, что пациент переживает во внешнем мире, есть проекции его сознания (голоса, нападения, преследования, гипнотическое воздействие, попытки убить и т. д.).

2. Психопатическое поведение — это вынужденное осуществление нереализованной тени.

Психические симптомы интерпретировать нет смысла: они и так напрямую выражают проблемы и не используют дополнительных уровней для трансформации. Все, что можно о них сказать, звучит довольно банально, поскольку не требует никакого перевода. Тем не менее, мы хотели бы поговорить о трех довольно распространенных симптомах, поскольку их обычно относят к области психических заболеваний. Это депрессия, бессонница и мания.

ДЕПРЕССИЯ

Депрессия — собирательное понятие для симптомов, связанных с чувством подавленности и заторможенности, вплоть до полной неподвижности. Наряду с этим наблюдаются повышенная утомляемость, нарушения сна, отсутствие аппетита, запоры, головные боли, ускоренное сердцебиение, болезненные ощущения, снижение физического тонуса, нарушения менструального цикла у женщин,. В период депрессии человека часто мучает чувство вины. Он упрекает себя в чем угодно и пытается исправить прежние ошибки. Слово депрессия происходит от латинского *deprimo* («задавить», «подавить»). Возникает вопрос, что чувствует больной с симптомами депрессии? **Кто** его подавляет, или **что** подавляет **он сам**? Вот три варианта ответа:

1. **Агрессия**. Мы уже говорили, что загнанная внутрь агрессия преобразуется в физические боли. Можно добавить, что агрессия, подавленная на психическом уровне ведет к депрессии. Если внешнее проявление агрессии заблокировано, то она направляется внутрь, превращая отправителя в получателя. Подавленная энергия активизирует не только чувство вины, но и многие

побочные соматические симптомы, которые бывают очень болезненны. Мы неоднократно говорили, что агрессия — всего-навсего особая форма **жизненной энергии и активности**. Когда человек испуганно старается подавить собственную **агрессию**, он тем самым подавляет **энергию и активность**. Психиатрия старается втянуть страдающего депрессией человека в активную деятельность, но пациент воспринимает это как угрозу. Он избегает всего, что не имеет общественного признания, старается заретушировать агрессивные, разрушительные импульсы, ведя безупречный образ жизни. Агрессивность, направленная на самого себя, находит самое яркое выражение в суициде. Если человек попытался покончить жизнь самоубийством, постарайтесь понять, против кого, собственно говоря, была направлена эта попытка.

2. **Ответственность**. Депрессия — экстремальная форма отказа от ответственности, в качестве примера можно привести послеродовую депрессию и, опять-таки, самоубийство. Человек не предпринимает никаких действий, ведет растительный образ жизни, точнее, смерти. Но, несмотря на отказ от жизни, он через чувство вины продолжает конфронтацию с ответственностью. На первое место выступает боязнь брать ответственность на себя, и происходит это как раз в тот момент, когда необходимо перейти в новую жизненную фазу.

3. **Отказ — одиночество — старость — смерть**. Эти понятия тесно связаны между собой и всегда должны соотноситься с последним, по нашему мнению, самым важным из них. Во время болезни человек **лишен** всего **живого — движения, перемен, общения**. При депрессии человек волей-неволей вынужден приближаться к противоположному полюсу — полюсу апатии, застоя, одиночества, полюсу смерти. Смерть, которая занимает такое большое место в жизни пациента, — это его тень.

Конфликт состоит в том, что человек одинаково боится и жизни, и смерти. Активная жизнь связана с чувством вины и ответственностью — но именно этого человек и старается избегать. Взять ответственность на себя — значит отказаться от проекций и принять собственное одиночество. Но оно для него равносильно смерти, потому что такой человек не умеет жить сам. Поэтому ему необходим кто-то, за кого он может уцепиться, как за единственную опору. Если такой человек-опора уходит или умирает, это может послужить причиной депрессии. Пациент не хочет оставаться один, не хочет принимать никаких решений, потому что за них придется нести ответственность. Он боится смерти и при этом не понимает, как можно жить полной жизнью. Депрессия заставляет быть честным: она проявляет в человеке как неспособность жить, так и неспособность умереть.

БЕССОННИЦА

Бессонницей мучаются многие. Поэтому велико и потребление снотворных препаратов. Сон — одна из основных потребностей человека, такая же, как еда и секс. Надежное, хорошо укрытое, удобное спальное место имеет огромное значение и для человека, и для животных. Усталые люди и звери готовы пройти большое расстояние для того, чтобы найти подходящее для сна место. Когда нам мешают спать, мы воспринимаем это как угрозу. Хороший сон связан с множеством привычек: определенной кроватью, определенной позой, определенным временем суток и т. д. Нарушение привычек может привести к бессоннице.

Сон — это уникальный феномен. Мы все умеем спать, хотя никто нас этому не учил. При этом мы не в состоянии объяснить, как это происходит. Третью своей жизни мы проводим в состоянии сна и практически ничего о нем не знаем. Мы хотим

спать, но часто ощущаем исходящую из мира сна и сновидений угрозу. Мы пытаемся избавиться от неприятных ощущений, произнося успокаивающие слова: «Это всего лишь сон». Но если быть честными, надо признаться, что сны воспринимаются нами столь же реально, как явь. Если задуматься, можно прийти к выводу, что мир нашего дневного сознания так же иллюзорен, как и ночные сны. Ведь и тот, и другой мир существуют исключительно в нашем сознании.

Откуда появляется уверенность, что та жизнь, которую мы ведем днем, реальнее, чем сон? Кто дал нам право употреблять перед словом «сон» частицу «только»? Любой приобретенный сознанием опыт действителен — неважно, как его называют: реальностью, сном или фантазией. Полезно попробовать мысленно поменять полюса дневной жизни и сна. Можно представить, что реальную жизнь мы ведем во сне, и время от времени, с определенным ритмом прерываем его фазой, которая сейчас соответствует нашей повседневной жизни.

«Вангу приснилось, что он бабочка. Он сидел в цветах на тонкой травинке. Он порхал туда-сюда. А потом он проснулся и никак не мог понять, кто же он: Ванг, которому снилось, что он бабочка, или бабочка, которой приснилось, что он Ванг».

Такая смена полюсов восприятия полезна для понимания того, что на самом деле ни одно из этих состояний сознания нельзя назвать более реальным, чем другое. Сон и бодрствование, дневное сознание и сознание во время сна — это полярности. Одно компенсирует другое. По принципу аналогии дню и свету соответствуют бодрствование, жизнь и активность, а ночи — темнота, покой, бессознательное и смерть

Аналогии

ян	инь
мужское	женское
левое полушарие	правое полушарие
огонь	вода
день	ночь
бодрствование	сон
жизнь	смерть
добро	зло
сознательное	бессознательное
разум	чувство
рациональное	иррациональное

Сон иногда называют младшим братом смерти. Засыпая, мы учимся умирать и должны отказаться от всякого контроля, от намеренности, от активности. Мы должны отдаться, довериться, положиться на неизвестное. С помощью силы воли и напряжения уснуть невозможно. Мы не можем сделать ничего, разве что создать необходимые предпосылки, а затем терпеливо ждать и надеяться, что сон, наконец, придет к нам. Наблюдать за этим процессом практически невозможно — наблюдение помешает сну.

Все то, чего требуют от нас сон и смерть, не является сильными сторонами человека. Мы все накрепко привязаны к полюсу активности, гордимся тем, что способны действовать, руководствуясь разумом и держа над собой контроль. Отдаться, довериться, отпустить — все это нам не свойственно. Что же удивительного в том, что бессонница наряду с головной болью держат пальму первенства среди сотен других нарушений здоровья современного человека.

Нашей культуре присуща односторонность. Поэтому мы испытываем сложности, сталкиваясь с противоположными полюсами, это видно и из приведенного выше перечня антагонистиче-

ских понятий, аналогичных сну — бодрствованию. Мы испытываем страх перед чувствами, перед бессознательным, перед Злом, темнотой и смертью. Мы судорожно цепляемся за разум и дневное сознание, наивно полагая, что это поможет выстроить систему адекватных представлений о мире. Как только раздается призыв: «Отпусти!», появляется страх, потому что любая потеря представляется нам огромной. Тем не менее, мы хотим спать, чувствуем необходимость сна. Так же, как ночь принадлежит дню, нам принадлежит наша тень, а смерть принадлежит жизни. Каждый день сон приводит нас на границу между «здесь» и «там» и показывает нам ночные, теневые части нашей души, позволяя пережить непережитое, и снова создает равновесие.

Если у человека проблемы со сном, точнее говоря, с процессом засыпания, значит, он боится утратить контроль над разумом и довериться бессознательному. Современный человек не делает паузы между днем и ночью, стремясь забрать в царство сна и мысли, и активность. Мы увеличиваем день за счет ночи так же, как пытаемся анализировать «ночную» часть своей души с помощью методов анализа дневной. Сознательная переориентировка полюсов нам недоступна.

Человек, страдающий бессонницей, прежде всего должен научиться завершать свой день, чтобы иметь возможность полностью отдаться ночи и ее законам. Кроме того, он должен уметь заботиться о бессознательном своей души. Это необходимо, чтобы выяснить, где же притаился его страх. Такого человека обычно сильно занимают мысли о том, что все земное преходяще, что рано или поздно наступает смерть. Ему не хватает доверия и способности отдаваться. Эти вопросы мы уже поднимали, говоря об оргазме, говоря, что и сон и оргазм — это смерть в миниатюре. Если человек слишком акцентирует внимание на неповторимости собственного «Я», и то и другое он будет воспринимать как опас-

ность. ***Примирение с ночной стороной жизни — самое замечательное снотворное.***

Всем известный способ избавления от бессонницы — считать слонов или верблюдов — помогает отключить интеллект. Монотонность скучна левому полушарию, поэтому оно пытается избавиться от своего доминирующего положения. Эту закономерность используют во всех техниках медитации: концентрация на одной точке, на дыхании или на повторении мантр приводит к переключению с левого полушария на правое, с дневной стороны на ночную, от активности к пассивности. Если эта естественная смена ритма оказывается для человека сложной, он должен уделить больше внимания тому полюсу, которого так старается избегать. Того же самого хочет и симптом. Он дает человеку достаточно времени, чтобы разобраться с ночными страхами и таинственностью. Симптом заставляет честно признаться, что бессонница — это страх перед ночью.

Избыточный сон свидетельствует о наличии противоположных проблем. Если человек спал достаточно долго, и ему все равно трудно проснуться и встать, значит, он боится того, что принесет ему день, боится активности и деятельности. Проснуться и начать новый день означает стать активным, действовать, принимать решения и брать на себя ответственность. Когда человеку трудно сделать шаг навстречу дневному сознанию, и он бежит в мир снов, в мир бессознательного, где осталось его детство, значит, он пытается скрыться от требований жизни и ответственности за нее. Если процесс засыпания — это мини-смерть, то процесс просыпания — мини-рождение. Оказаться рожденным и получить сознание так же страшно, как умереть. Проблема связана с односторонностью нашего восприятия. Выходом из нее является все та же золотая середина, состояние равновесия, принцип «как, так и». Только тогда становится видно, что жизнь и смерть едины.

НАРУШЕНИЯ СНА

Бессонница дает повод задать следующие вопросы.

1. *Насколько я зависим от власти контроля, разума и наблюдения?*
2. *Способен ли я отпускать?*
3. *Насколько развиты во мне способность отдаваться и доверие?*
4. *Уделяю ли я достаточно внимания ночной стороне своей души?*
5. *Насколько я боюсь смерти, способен ли я адекватно оценить ее значение?*

Избыточная потребность спать заставляет задуматься над следующими вопросами.

1. *Неужели я бегу от активности, ответственности, осознанности?*
2. *Может быть, я живу в мире снов и боюсь проснуться в реальности?*

МАНИИ

Тема избыточного сна с неизбежностью приводит нас к теме мании, потому что в обоих случаях основным символом является бегство. Все, кто страдает какой-нибудь манией, постоянно находятся в поиске, но при этом они слишком рано останавливаются, застревают не на том уровне. Поиск может быть реализован только в находке. Иисус говорил: «Кто ищет, тот не должен останавливаться, пока не найдет, а когда он найдет, то будет потрясен, а если он будет потрясен, то удивится и сможет овладеть миром» (Евангелие от Фомы, лог. 2).

Все великие герои мифологии и литературы — Одиссей, Дон Кихот, Фауст — были в поиске и не прекращали его до тех пор, пока не находили искомое. Поиск вел героев сквозь опасности, смуту, отчаяние и тьму. А когда они находили то, что искали, оказывалось, что ради этого действительно стоило бороться. Каждый человек пребывает в странствии, будучи при этом прикован к побережью собственной души. Он не должен нигде задерживаться, ему нужно искать до победного конца.

«Ищите и обряцете», — сказано в Евангелии. Но если человек боится испытаний и опасностей, усилий и сомнений, подстерегающих его на пути исканий, у него появляется мания. Цель своих поисков он подменяет тем, что уже найдено где-то на промежуточном отрезке пути, и, следовательно, прекращает искать. Он «поглощает» свою якобы цель и никак не может «насытиться»; пытается утолить голод все большим количеством того же суррогата, не замечая, что аппетит после еды только возрастает. У него появилась мания, но ему не хочется признаваться в том, что настоящая цель потеряна из виду, что нужно начинать все сначала и продолжать поиски. Его крепко держат страх, удобства и собственная слепота. Любое сомнение в правильности выбранного пути

может привести к возникновению мании. Везде в засаде сидят сирены, готовые удержать и привязать к себе путешественника. К мании могут привести любые явления и предметы, если вовремя не разглядеть их сущности: слава и власть, деньги и имущество, удовольствия и аскетизм, еда и питье, научные знания и религиозный фанатизм, вино и наркотики. Все, что угодно, имеет право на существование в виде приобретенного опыта. И все, что угодно, может послужить источником мании, если мы не сумеем вовремя от него избавиться.

По своей сути мания — это боязнь нового опыта. Тот, кто воспринимает жизнь как путешествие, кто все время находится в поиске, никогда не окажется во власти мании. Он ищет. Чтобы осознать, что ты находишься в поиске, нужно иметь достаточно мужества и признать, что у тебя нет родины. Теми, кто верит в привязанность, **уже завладела мания**. У каждого из нас есть цель поиска, которая оглушает душу. Но проблема не в этом. Проблема в том, что нам хочется искать, не отказываясь от удобств и комфорта.

Изучение того, что человек делает целью поиска, демонстрирует нам доминанту, к которой он стремится. Хотелось бы коротко, в нескольких словах охарактеризовать основные цели поиска, воспринимаемые всеми как патология, потому что они направлены в сторону от общепринятых.

ОБЖОРСТВО (БУЛИМИЯ)

Жить — значит учиться. Учиться — значит обобщать и пропускать в сознание те принципы, которые до сих пор воспринимались как существующие вовне. Постоянное приобретение чего-то нового приводит к расширению сознания. Если духовный голод не утолять за счет опыта, он опускается на уровень тела и

принимает форму голода физического. И этот голод уже не утолить, потому что пищей можно заполнить только желудок, но не внутреннюю пустоту.

В одной из предыдущих глав мы говорили, что любовь — это способность раскрыться и вобрать в себя. Обжора открывает не границы своего «Я», а рот и поглощает им абсолютно все, ощущая «любовь» не на уровне сознания, а на уровне тела. Результатом этой его «всепоглощающей» любви являются только жировые отложения. Он ищет любви, одобрения, награды, но, к сожалению, не на том уровне.

АЛКОГОЛИЗМ

Алкоголь — это попытка найти цельный, бесконфликтный мир, в котором все люди — братья. Эта цель была бы прекрасна, но вся беда в том, что достичь ее алкоголик пытается путем избегания травмирующих ситуаций. Он не готов сознательно отнестись к противоречиям жизни и не может решать возникающие проблемы. Он заглушает свои проблемы и конфликты спиртным, любуясь на цельный, чистый, светлый мир, не понимая, что таким он видится ему только через призму алкогольных паров. Чаще всего алкоголик ищет и человеческой близости. Опьянение создает иллюзию такой близости, устраняя все преграды и препятствия, смывая различия в положении. Эта карикатурная близость дает возможность моментально предложить друг другу братство на всю жизнь. Но в подобной «близости» нет необходимой глубины и связанности, она кончается «на дне бутылки».

КУРЕНИЕ

Курение, как и дыхание, связано прежде всего с легкими, а те, в свою очередь, — с коммуникабельностью, контактностью и свободой. Курение — это попытка стимулировать именно эти участки. Сигарета становится заменой раскованности и свободы. Реклама мастерски использует эту потребность человека: свобода ковбоя, преодоление всех препятствий во время полета, путешествие в дальние страны и общество веселых людей — все эти желания вашего «Я» якобы можно реализовать с помощью сигареты. Мы продвигаемся вперед семимильными шагами. Весь вопрос: к кому? К женщине? К другу? А быть может, к свободе? Все эти настоящие желания можно воплотить иллюзорно: дым сигареты способен затуманить истинную цель.

НАРКОТИКИ

Гашиш (марихуана) связан с теми же проблемами, что и алкоголь. Человек бежит от своих конфликтов в особое прекрасное состояние. Гашиш создает видимость легкой жизни, лишенной резких контуров. Все становится более мягким, неприятности отступают.

Кокаин и другие возбуждающие снадобья дают противоположный эффект. Они повышают активность и вследствие этого способствуют в какой-то мере успеху. На первый план выходит тема «успех, результативность, признание», потому что наркотик такого типа — всего лишь средство повысить работоспособность. Стремление к успеху — всегда стремление к любви. Именно поэтому кокаин особенно распространен в мире шоу и кино. Любовный голод является специфической проблемой этих людей. Актер мечтает о любви и надеется удовлетворить эту потребность через благосклонность публики. (Тот факт, что это невозможно, с одной

стороны, делает актера более человечным, а с другой стороны — более несчастным!) С возбуждающими препаратами или без них — мания связана с тем, что **успех должен заменить любовь**.

Героин дает возможность полного бегства от всяких жизненных проблем.

От всех вышеназванных наркотических средств резко отличаются препараты-галлюциногены (ЛСД, мескалин, грибы, содержащие псилоцин и псилоцибин, и т. д.). Их употребление обусловлено более или менее осознанным желанием обогатить опыт собственного сознания, проникнув в трансцендентность. В узком смысле слова это не мания. И чем дальше продвинулся человек на пути расширения сознания, тем менее опасны для него наркотики, и тем меньше он в них нуждается. Но человеку принадлежит только то, что он сам наработал. Очень трудно интегрировать в свое сознание новое пространство, не оказавшись подавленным им. Проблема заключается не в самих галлюциногенах, а в сознании того, кто их использует. Все, чего можно достичь при помощи наркотиков, доступно и без них, только гораздо медленнее. Ну а спешка всегда очень опасна!

14. РАК

Чтобы понять, что такое рак, опять-таки необходимо научиться думать по принципу аналогий. Нужно понять тот факт, что любое явление, выделяемое и определяемое нами целое (единство среди единств) является, с одной стороны, частью другого, большего целого; а с другой стороны — состоит из множест-

ва более мелких целых единиц. Например, лес (выделяемое человеком целое) является частью большего целого (ландшафта) и состоит из деревьев (целое более низкого уровня). То же самое относится и к самому дереву. Оно является частью леса и состоит из ствола, корней и кроны. Получается, что ствол так относится к дереву, как само дерево относится к лесу или лес к ландшафту.

Человек является **частью человечества**. В то же время он **состоит из органов, которые, в свою очередь, являются частью человека и состоят из клеток**, представляющих собой части органов. **Человечество ожидает от отдельного человека, что он, по мере возможности, будет вести себя так, как наиболее выгодно для сохранения и развития человечества в целом. Человек же ожидает от своих органов, что они будут работать так, как наиболее выгодно для него. Орган ожидает от клеток, что они будут выполнять свою работу так, как нужно для сохранения этого органа.**

Как правило, система спокойно реагирует на исчезновение одной маленькой единицы. Но существует определенная граница, за которой существование системы может быть нарушено.

Так, например, государство может спокойно пережить тот факт, что **некоторое количество** его граждан не работает, ведет себя асоциально или выступает против существующего порядка вещей. Однако рост группы асоциальных элементов в какой-то момент становится опасным: под вопрос ставится само существование государства как системы. Какое-то время оно будет пытаться защищаться, но, возможно, из этого ничего не выйдет, и распад государства будет предрешен. Самым перспективным средством защиты является своевременное привлечение к привычному порядку «выбивающихся» из системы граждан. Для этого им нужно создать привлекательную возможность работать для общих целей. Но обычно государство насильно подавляет или ис-

кореняет инакомыслие, лишь приближая наступление хаоса. С точки зрения государства, хаос порождается не подавлением инакомыслия, а самим фактом его существования.

Государство требует послушания, группа бунтарей хочет свободы для воплощения в жизнь своих идей. Понять можно правоту обеих сторон, но реализовать и те, и другие интересы, не идя на определенные жертвы, невозможно.

Смысл наших рассуждений ни в коей мере не связан с попыткой создания новой социальной теории. Мы просто пытаемся объяснить, что происходит при раке: все большее количество клеток организма меняют свое поведение и, активно размножаясь, начинают процесс, который заканчивается не сам по себе, а при полном исчезновении питательной почвы. Раковые клетки не приходят извне, как, например, вирусы, бактерии или токсины. Это клетки, которые до определенной поры усердно служили на благо органа и, тем самым, на благо всего организма. Их задачей было поддержание жизни. Внезапно «мировоззрение» клеток меняется, они теряют свои прежние «жизненные ориентиры». У них появляются собственные идеи, которые они начинают активно воплощать в жизнь, отказавшись от членства в союзе клеток, цель которых — благо органа. Хаотическая деятельность (деление) распространяется очень быстро, при этом нарушаются всяческие морфологические границы (инфильтрация), везде появляются «опорные пункты» этих клеток (метастазы). Остальные клетки они используют для питания. Рост и увеличение раковых клеток происходит так быстро, что снабжение через кровеносные сосуды не способно больше удовлетворить их потребности. Поэтому раковые клетки переходят от кислородного дыхания на более примитивную форму — брожение. Дыхание зависит от сообщества (обмен), брожение любая клетка может осуществлять в одиночку.

Быстрое размножение раковых клеток подходит к концу, когда они буквально сгрызают человека, которого использовали для питания. Возникает дефицит питания, и они терпят поражение. Но до этого времени их деятельность весьма успешна.

Почему же эти клетки так себя ведут? На самом деле их мотивы вполне понятны. Раньше раковая клетка была одной из многих, вынужденных выполнять скучную работу «для кого-то другого». Долгое время она так и поступала. Но в один прекрасный момент организм вдруг утратил для нее свою привлекательность, потому что стал препятствовать ее индивидуальному развитию. Являясь частью многоклеточного существа, клетка была смертной и несвободной. Одноклеточное существо свободно и независимо, оно может делать, что угодно, и может стать **бессмертным за счет неограниченного размножения**. Разве можно удивляться тому, что клетка вспомнила о своей прежней свободе и возвратилась к существованию одиночки? Она бросает прежнее сообщество в угоду собственным интересам и хочет реализовать собственную свободу.

Раковая клетка использует ошибочную концепцию свободы и бессмертия. Ошибка, заключенная в этом, казалось бы, стопроцентно успешном процессе, становится видна слишком поздно, когда не остается сомнений, что использование других клеток в качестве пищи обозначает и собственный конец.

Естественно, человек не рад тому, что должен пожертвовать своей жизнью для жизни раковой клетки, но ведь и клетка (не ставшая еще раковой) без особого восторга жертвовала своей жизнью ради жизни человека. Аргументы клетки настолько же правомерны, как и аргументы человека, но у них разный угол зрения. Оба хотят жить, реализовывая свои представления о свободе и защищая собственные интересы. Каждый готов пожертвовать ради этого жизнью другого. Происходит то же самое, что и в

нашем примере с государством. Государство хочет жить и реализовывать **свои представления**. Но несколько инакомыслящих тоже хотят жить и реализовывать **собственные представления**. Государство пытается пожертвовать бунтарями. Если ему это не удастся, революционеры приносят в жертву государство. Ни те, ни другие не принимают в расчет интересы соперника. Человек оперирует, облучает и травит раковые клетки до тех пор, пока в состоянии это делать. Но если побеждают они — жертвой становится человек. Это самая древняя дилемма в природе: съешь ты или съедят тебя? Конечно, человек видит и бесперспективность поведения раковой клетки, и ее недалёковидность. Но замечает ли он, что, ведя себя так же, пытается обеспечить свое существование с помощью той же самой раковой концепции?

Здесь лежит ключ к пониманию характера раковых заболеваний. Не случайно в наше время рак получил такое широкое распространение. Мы самозабвенно боремся с ним, но до сих пор безуспешно. В форме рака мы переживаем только то, что существует в нас самих. Раковые заболевания — это характерная примета нынешнего времени и мировоззрения. Мы делаем все возможное, чтобы реализовать потребность в безудержном расширении собственных интересов. В политической, экономической, религиозной и частной жизни люди пытаются преследовать только собственные интересы, не обращая внимания на «морфологические» границы, расставляя, где только возможно, опорные пункты своих интересов (метастазы). Для людей существуют лишь собственные представления и цели, всех остальных они пытаются поставить на службу себе (принцип паразитов).

Мы используем в общественной жизни те же самые аргументы, что и раковые клетки! Наш рост происходит так быстро, что снабжение питанием серьезно отстает. С помощью коммуникативных систем мы можем охватить весь мир, но никак

не найдем времени пообщаться с соседом или супругом. В течение многих десятилетий мы используем окружающий мир как питательную среду, а потом с удивлением замечаем, что смерть источника питания — это и наша собственная смерть. Слепота и недальновидность современного человека не отстают от слепоты и недальновидности раковых клеток.

Имеют ли люди право жаловаться на рак? Ведь это отражение нас самих — оно демонстрирует нам наше поведение, наши аргументы, и... конец пути. У людей образуется рак, потому что **они сами и есть рак**. Его нужно не побеждать, а понять, чтобы научиться понимать самих себя. Это наш великий шанс обнаружить слабые звенья в той концепции, которую и люди, и рак используют в качестве общей картины мира. Рак терпит фиаско от противопоставления себя сообществу. Он следует только принципу «или — или» и защищает свою, независимую от окружающих жизнь. Ему не хватает осознания великого всеохватывающего единства. Это непонимание характерно и для человека, и для раковых заболеваний: чем больше отграничивает себя Эго, тем быстрее оно теряет ощущение цельности, частью которой является. У Эго возникает иллюзия, что оно способно сделать что-нибудь «в одиночку». Но один — в той же степени означает «единный со всеми», в какой и «отъединенный от остальных».

Человек теряет связь с истоками бытия в той степени, в которой отграничивает себя «Я». Эго пытается удовлетворить свои потребности и диктует человеку путь, считая правильным и полезным только то, что способствует его дальнейшему отграничению и проявлению. Оно боится возможности «стать единым со всем сущим», потому что это предопределяет его смерть. Вежливо, интеллигентно и аргументировано Эго защищает свое существование, используя самые благородные теории и самые чистые

намерения, за которыми скрывается Закон джунглей: главное — выжить.

Вот так и возникают в нашей жизни цели без цели. Считать целью прогресс нелепо, потому что он бесконечен. Цель может заключаться только в преобразовании чего-либо, а не в продолжении того, что и так есть. Заключение в тюрьму вряд ли будет считаться своей целью переход в более комфортабельную тюрьму, ибо его цель — свобода, ибо **свобода — качественно иное состояние**.

Если же целью является единство со всем сущим, то это тоже переход на качественно новый уровень бытия. Единство недостижимо постольку, поскольку ему в жертву нужно принести собственное «Я». Покуда оно существует и существует полярное ему «все остальное», «возрождению в духе» будет предшествовать смерть этого самого ничтожного «Я».

Исламский суфий Руми великолепным образом раскрывает это в следующей притче:

«Некий человек подошел к двери любимой девушки и постучал.

— Кто там? — раздался голос.

— Это я, — ответил юноша.

— Здесь не хватит места для меня и тебя. — Дверь осталась закрытой.

Через год одиночества и лишений человек вернулся и постучал снова. И снова голос спросил:

— Кто там?

— Это ты, — ответил человек, и его пустили».

Пока наше «Я» стремится к вечной жизни, мы будем терпеть поражение так же, как раковые клетки. Раковая клетка отличается от обычной завышенной оценкой своего Эго. Ядро клетки соответствует мозгу. В раковой клетке возрастает значе-

ние ядра, и оно начинает увеличиваться в размерах. Изменения ядра соответствуют преобладанию эгоцентрического мышления. Раковая клетка жаждет бессмертия и находит его в делении и экспансии. Ни рак, ни человек не понимают, что, путая форму и содержание, ищут жизнь там, где ее нет и быть не может, — **в материи.**

Иисус говорил: «Пытаясь сохранить жизнь, человек ее теряет». Чтобы получить содержание, необходимо принести в жертву форму. Другими словами: «Я» должно умереть, чтобы мы могли возродиться в Сущем, у которого нет обособленного бытия, потому что оно охватывает все. Здесь, наконец, теряет смысл вопрос: «Я или кто-то другой?»

Большинство людей терпят неудачу, как на эзотерическом, так и на религиозном пути, пытаясь впихнуть свое «Я» в цель освобождения и просветления. Мало кто вообще отдает себе отчет в том, что «Я», с которым они себя отождествляют, не может быть ни светлым, ни спасенным.

Великое дело всегда связано со смертью Эго. Мы не можем освободить «Я», но можем освободиться от него, тогда и сами получим свободу. Чаще всего с этим связан страх, что прекратится само существование. Но он говорит только о том, как мало мы о себе знаем.

А ведь именно здесь и кроется возможность решить проблему рака! Только обуздав свое стремление к отграничению и научившись раскрываться и впускать, мы сможем стать частью целого и брать на себя ответственность за него. Тогда мы поймем, что общее благо — это и наше благо, потому что мы — его часть, единая со всем сущим. Каждая клетка содержит в себе генетический код всего организма — ей нужно только понять, что она — во всем! Вспомните: «Микрокосм подобен макрокосму»...

Раковые клетки считают, что существует внешний мир, отделенный от них и, зачастую, враждебный им. Мы тоже в это верим, и эта вера несет в себе смерть. Противоядием может быть только любовь. Любовь способна вылечить, потому что учит открывать границы и впускать в себя другого, чтобы стать с ним единым целым. Если один человек любит другого, он относится к нему, как к себе самому. Если человек любит животное, он не будет рассматривать его как источник питания. Речь здесь идет не о «добрых делах» и не о «любви к животным», а о состоянии сознания, когда человек ощущает общность всего сущего.

* Любовь преодолевает все границы и барьеры.

* В любви объединяются и переплетаются противоположности.

* Любовь — это единение со всем сущим, она распространяется на все и не останавливается ни перед чем.

* Любовь не боится смерти, потому что любовь — это сама жизнь.

Тот, кто не ощущает такой любви, подвергается опасности, потому что его любовь может опуститься на соматический уровень и попытаться реализовать свои законы в виде рака.

* Раковые клетки тоже преодолевают все границы и барьеры, отрицают индивидуальность органов и распространяются, не останавливаясь ни перед чем (метастазы).

* Раковые клетки тоже не боятся смерти.

Рак демонстрирует **искаженную любовь, низводя ее на материальный уровень**. Совершенство и единение могут быть реализованы **только в сознании, но не на уровне материи**, потому что **материя является тенью сознания**.

В полярном мире любовь ведет к застою, в мире единства — к свободному течению. Рак — это симптом неправильно по-

нятой любви. Ну а символ любви истинной — это сердце. Сердце — единственный человеческий орган, недоступный раку!

15. СПИД

Сегодня в центр общественного интереса попал симптом, который — и не без причин — еще долгое время будет будоражить умы. Эпидемию символизируют четыре буквы — СПИД. Расшифровываются они как «синдром приобретенного иммунодефицита», проще: «приобретенная недостаточность защитной системы». Материальной причиной этого симптома является вирус СПИДа — крошечный, высокочувствительный возбудитель, который может выжить только в очень специфической среде. Поэтому при переносе этого вируса необходимо, чтобы в кровообращение человека попали свежие клетки крови или спермы. Вне человеческого организма возбудитель погибает.

Источником вируса считаются некоторые виды обезьян Центральной Африки (прежде всего, зеленые «морские кошки»). Обнаружен он был в конце 70-х годов у одного наркозависимого жителя Нью-Йорка. Из-за использования общего шприца вирус распространился сначала в кругу наркоманов, затем попал в гомосексуальные круги, где передавался половым путем. До сих пор гомосексуалисты находятся на первом месте в группе риска, видимо, потому что практикуемый ими анальный секс связан с повреждениями чувствительной слизистой оболочки прямой кишки. Отсюда сперма с вирусом попадает в кровообращение (вагиналь-

ная слизистая оболочка намного меньше подвержена повреждениям).

СПИД появился в тот самый момент, когда американские гомосексуалисты добились законного признания своих взаимоотношений. Известно, что в Центральной Африке СПИД тоже распространен среди гомосексуалистов, но именно гомосексуальные круги Америки и Европы создали почву для распространения этой эпидемии. Сейчас всем кажется, что в наше время сексуальная свобода из-за СПИДа находится под угрозой. Одни сожалеют, другие видят в этом божью кару. С уверенностью можно сказать одно: СПИД превратился в проблему, которая касается нас всех. Мы попытаемся осветить это заболевание с точки зрения его сути.

Если говорить о симптоматике СПИДа, то особенно важным представляется следующее.

1. СПИД приводит к разрушению иммунной системы организма. Исчезает способность бороться с поступающими извне возбудителями. Слабость иммунной защиты, которую уже невозможно восстановить, делает человека, зараженного СПИДом, беззащитным перед любой инфекцией, даже такой, которая не опасна для остальных людей.

2. Так как вирус СПИДа имеет длительный инкубационный период (между моментом занесения инфекции и непосредственным заболеванием может пройти несколько лет), в нем есть нечто зловещее. Если не использовать специальный тест на СПИД, невозможно определить наличие инфекции. Невозможно установить и общее количество зараженных. Поэтому СПИД можно назвать «незримым противником», бороться с которым очень трудно.

3. Так как СПИДом можно заразиться через кровь и сперму, эта болезнь не является личной проблемой. Он заставляет нас с особой четкостью ощутить свою зависимость от других людей.

4. Основной темой при разговоре о СПИДе можно назвать секс, которым практически и ограничивается возможность получить инфекцию.

Следовательно, СПИД получил статус «полового заболевания», а на секс опустилась зловещая тень страха.

Мы убеждены, что СПИД — это последовательное развитие тех проблем, которые проявляются при раке. В сути рака и СПИДа очень много общего, их можно объединить в одну болезнь, которую мы условно назовем «больная любовь». У любви есть функция преодоления границ, потому что — как уже неоднократно говорилось — только она способна открыться, впустить в себя другого человека, принося в жертву собственное «Я».

Жертвы, которые приносят на алтарь любви, традиционно являются источником поэтических, мифологических и религиозных представлений: в нашей культуре существует пример Иисуса Христа, который ради любви к людям пошел на жертвенную смерть. Говоря о любви, мы всегда имеем в виду душевный процесс, а говоря о «физическом акте», подразумеваем секс.

В нашей сегодняшней культуре **с разделением понятий любви и секса сопряжены огромные трудности**. Любовь обращена к душе другого человека, а не к его телу, сексуальность же — как раз стремление обладать телом. И то, и другое имеет право на существование, но односторонность всегда опасна. Любовь — это баланс, равновесие между инь и ян, верхом и низом, между левой и правой сторонами.

Сексуальность должна быть сбалансирована любовью, иначе мы скатимся к односторонности, а любая односторонность зла и нездорова.

Тенденция к отграничению человека от всего, лежащего вовне, о которой мы так много говорили, проявляется в разных областях жизни. Исчезли большие семьи, люди живут в маленьких

«родственных коллективах» или даже предпочитают жить одни. Роскошные **отдельные** квартиры — самый современный вид жилья — тоже символ нашего одиночества и изолированности.

Человек пытается противопоставить одиночеству общение и секс. Наступила эра средств массовой коммуникации: газеты, радио, телевидение, телефон, компьютер и т. д. Мы связаны друг с другом электронными кабелями и сетями. Но электронная коммуникация не решает проблемы одиночества, потому что лишь создает иллюзию контакта и никого ни к чему не обязывает. Кроме того, развитие современных электронных систем показывает человеку бессмысленность и невозможность отграничить самого себя, сохранить что-либо в тайне или предъявлять свои эгоцентрические претензии (сохранить тайну, защитить информацию, осуществить права производителя становится все сложнее, так как развитие электроники идет вперед семимильными шагами!).

Так же эгоистична и сексуальная свобода: любой имеет полное право «вступить в половой контакт», не затрагивающий душу. Стоит ли удивляться, что новые коммуникационные системы поставлены на службу сексу, начиная с объявлений «о знакомстве» в газетах и заканчивая сексом по телефону и Интернету! Секс служит для удовлетворения желания, прежде всего, своего собственного, «партнер» же — только вспомогательное средство. Вторым человеком стал необязательным — желание можно удовлетворить по телефону или даже в гордом одиночестве (мастурбация).

Любовь предполагает реальную встречу с другим человеком, но такая встреча — это процесс, вызывающий страх, потому что он ставит под сомнение нашу самодостаточность. Встреча с другим человеком — это всегда встреча с собственной тенью. Именно поэтому партнерство дается так нелегко. В любви гораздо больше трудоемкой душевной работы, чем удовлетворения желания. Любовь разрушает границы Эго и хочет, чтобы мы раскрыва-

лись. Секс — большое подспорье для любви. Он помогает преодолеть границы на физическом уровне и ощутить единение.

Если человек отказывается от любви и ощущает только сексуальное желание, половой контакт не в состоянии выполнить стоящих перед ним задач.

Мы судорожно пытаемся, вооружившись сексуальностью, найти замену отсутствующей у нас готовности любить. Секс выходит на первый план, и, следовательно, любовь попадает в тень. Это общая проблема для всей западной культуры.

Особенно остро она проявилась в гомосексуализме. Речь сейчас идет не о различии между гомо- и гетеросексуальными отношениями. Мы говорим о том, что длительная связь с постоянным партнером уходит в прошлое, а сексуальный контакт с 10—20 партнерами за один уик-энд перестает быть исключением. Связанные с этим проблемы одинаковы у всех, но гомосексуалисты оказались большими экстремистами, чем сторонники гетеросексуальных отношений.

Чем в большей степени секс заменяет любовь, тем быстрее угасают сексуальные раздражители. Это приводит к нескончаемому поиску новых: они должны быть все более оригинальными и изощренными, иначе не возникает возбуждения. Именно поэтому столь популярны сегодня экстравагантные сексуальные эксперименты, ясно дающие понять, насколько мала роль партнера, который низведен до роли простейшего стимулятора.

Мы надеемся, что описанной картины вполне достаточно для того, чтобы стало понятно, что представляет собой СПИД.

Если любовь как встреча двух душ и слияние двух людей не проходит через сознание, то она попадает в тень и — в качестве последнего аргумента — в организм. Любовь — это **сомнение в необходимости собственных границ**, готовность раскрыть себя тому, что приходит извне, и слиться с ним в единое

целое. Распад иммунной системы, имеющий место при СПИДе, полностью соответствует этому принципу. **Ведь иммунная система защищает именно границы**, которые, безусловно, необходимы для физического существования, потому что любая форма обуславливает отграничение, а следовательно, и Эго. Больной СПИДом осуществляет на телесном уровне любовь, открытость и связанную с ними ранимость — все то, чего на уровне души он лишил себя из чувства страха.

Неслучайно мы уже говорили о том, что СПИД, как и рак, — это «больная любовь». Различие между ними состоит только в том, что рак является более «частным», чем СПИД. Действительно, рак касается в основном самого пациента, поскольку, в отличие от СПИДа, не распространяется как инфекция. СПИД же дает понять, что мы в этом мире не одни, что индивидуализация — это иллюзия, а Эго — просто безумие. При СПИДе человек ощущает себя частью сообщества, частью единого целого, разделяя и часть ответственности за всех. Неожиданно для себя пациент, заболевший СПИДом, ощущает на себе груз этой ответственности и должен принять решение, что же с ней делать. СПИД учит откликаться, обращать внимание и заботиться. Это те темы, на которые больные СПИДом до сих пор обращали слишком мало внимания.

Кроме того, СПИД вынуждает полностью отказаться от агрессии в сексе, ведь появление крови неминуемо ведет к заражению. Использование презервативов и резиновых перчаток искусственно восстанавливает границу, которую разрушил СПИД. Отказавшись от агрессивного секса, пациент получает шанс научиться мягкости и нежности, познать слабость, бессилие, пассивность, короче говоря, вступить в мир чувств.

Бросается в глаза, что все подавляемые СПИДом области: агрессия, кровь, невнимание — представлены в мужском по-

люсе, а все, что СПИД заставляет реализовать, — в женском. Поэтому не стоит удивляться, что СПИД проявляется, прежде всего, среди мужчин-гомосексуалистов, старающихся избегать контактов с женским полюсом (то, что у гомосексуального мужчины сильно развито женское начало, не противоречит нашей логике, поскольку уже само по себе является симптомом!).

Первое место в группе риска занимают гомосексуалисты и наркоманы. Это довольно обособленная часть общества, отношение к которой резко отрицательно. В немалой степени они способствуют этому сами. При СПИДе организм учится осуществлять противоположность ненависти: отказ от самозащиты и любовь ко всему без исключения.

СПИД противопоставляет человека глубоко лежащим частям тени. И сам возбудитель довольно долго остается «в тьме», незамеченным и неопознанным до тех пор, пока не проникает в сознание человека, нападая на него и вызывая распад. СПИД требует изменений, метаморфоз. В СПИДе мы чувствуем нечто зловещее, потому что он действует из тьмы неизвестного, неосознанного, как «невидимый противник», поразивший некогда короля Амфортаса.

СПИД находится в символической связи с угрозой радиоактивности. После того как современный человек отвернулся от всего «невидимого, не воспринимаемого, неосознанного», миры, объявленные несуществующими, вернулись. Они напомнили человеку, что такое древний исконный ужас (когда-то наводить такой ужас являлось задачей демонов, привидений, чудовищ и злых богов).

Сексуальная энергия — это огромная, «чудовищная» сила, притаившаяся в человеке. Она способна и освободить, и привязать, в зависимости от того, на каком уровне осуществляется. Естественно, мы совсем не собираемся проклинать и подавлять

сексуальную жизнь (как это когда-то было принято). Однако хотелось бы, чтобы каждый из нас понял: чисто физическую потребность в сексе необходимо привести в равновесие с теми качествами души, которые мы коротко называем «любовью».

Подведем итоги.

* Сексуальность и любовь — два полюса одной проблемы, имя которой — «объединение противоположностей».

* Сексуальность соотносится с физическим телом, а любовь — с душой другого человека.

* Сексуальность и любовь должны находиться в состоянии равновесия.

* Душевный контакт воспринимается как опасный и страшный, потому что ставит под сомнение границы собственного «Я». Одностороннее предпочтение физической сексуальности вынуждает любовь опуститься в тень. Вследствие этого у сексуальности проявляется склонность к агрессии (вместо психических границ своего «Я» атаке подвергаются физические границы тела — течет кровь).

* СПИД — это попавшая в тень любовь, доведенная в теле до логического конца. СПИД заставляет пережить страх перед разрушением границ «Я» на физическом уровне.

* Смерть — это физическая форма проявления любви, потому что в ней проявляется полная самоотдача и отказ от «Я».

16. ЧТО ДЕЛАТЬ?

После размышлений и попыток научиться понимать симптомы перед больным во весь рост встает вопрос: «Как все эти знания могут мне помочь? Что с ними делать?»

Ответ состоит всего из одного слова: «Наблюдать!» Сначала этот призыв воспринимается как банальность, он кажется слишком простым и бесполезным. Ведь хочется как-то бороться, измениться, начать «новую жизнь», поступать не так, как раньше, — чем же тут может помочь «наблюдение»? Стремление «измениться, изменить, обновить» — одна из самых больших опасностей, подстерегающих нас на пути. На самом деле менять абсолютно нечего — за исключением **собственной точки зрения**. Поэтому наш ответ и звучит так просто: «Наблюдайте!»

В Универсуме человек не способен сделать ничего большего, но это самое трудное. Все развитие основано на изменении точки зрения, все внешние функции — это только проявления нового угла обзора. Попробуем для примера сравнить уровень развития нашего технического века с уровнем средневековья. Все различие заключается в том, что мы научились видеть некоторые закономерности и возможности. Сами эти законы и возможности существовали уже десятки тысяч лет независимо от наших знаний о них. Человек с удовольствием воображает себе, что постоянно создает что-то новое. Мы очень любим говорить о своих **изобретениях**, не обращая внимания на то, что все **изобретения** сводятся к **открытиям**. В потенциале все наши мысли и идеи существовали всегда — нужно только время для их осознания и восприятия.

Самые сложные проблемы можно свести к старинной формуле: познай самого себя! А это и есть самое сложное.

«Необходимых изменений в мире и человечестве ни за что не достичь попытками усовершенствований. Люди, пытающиеся это сделать, просто тратят время, чтобы не

оказаться перед необходимостью менять самих себя. Они играют в привычные, по-человечески понятные, но все-таки лживые игры, требуя от других того, чем заниматься самим очень лень. Псевдоуспехи, которых они добиваются, не оправдывают того предательства, которое они совершают не только по отношению к миру, но и по отношению к самим себе» (Жан Гибсер. Распад и участие).

Усовершенствовать самих себя — значит научиться видеть себя такими, какие мы есть. Это не то же самое, что познать свое «Я». «Я» так относится к Сущности, как стакан воды — к океану. «Я» способствует нашей болезни, Сущность — выздоровлению. Путь выздоровления — это путь от «Я» к Сущности, из тюрьмы на свободу, из полярности в единство. С помощью симптома «Я» должно научиться видеть недостающее и, осмыслив, принимать его в себя. Наша интерпретация имела своей целью направить взгляд читателя на то, что обычно ускользает от внимания. Если это удалось, в дальнейшем вам достаточно просто не терять увиденное из поля зрения и рассматривать его все более внимательно. Только постоянное и внимательное наблюдение способно растворить сопротивление и пробудить ту любовь, которая необходима для принятия в себя обнаруженного. Обратит внимание на тень — значит, осветить ее.

Абсолютно неправильно стараться как можно быстрее освободиться от обнаруженного в симптоме отрицательного явления. Но эта реакция, к сожалению, оказывается наиболее распространенной. Тот, кто обнаруживает в себе агрессию, обычно спрашивает с ужасом в голосе: «Как мне от нее избавиться?» Не нужно ни от чего избавляться, постарайтесь получить удовольствие от ее наличия, ведь нежелание иметь какое-то качество и приводит к образованию тени, лишаящей человека здоровья и цельности. Если ваша агрессия кажется вам опасной, знайте, что

она никуда не исчезнет от того, что вы долго будете смотреть в ее сторону недовольным взглядом.

Не существует опасных явлений и черт характера: всякое явление нейтрализуется за счет противоположного. В изолированном же виде **любое** проявление опасно. Жара сама по себе так же враждебна жизни, как и холод. Изолированная мягкость не более благородна, чем изолированная строгость. Покой царит только при равновесии сил. Огромное различие между «мирянами» и «мудрецами» связано с тем, что «миряне» пытаются реализовать какой-то один полюс, а мудрецы предпочитают золотую середину. Человек, осознавший, что является микрокосмом, не будет бояться присутствия в самом себе «положительных» и «отрицательных» черт.

Если за каким-то симптомом мы не можем обнаружить того, что вызывает его к жизни, достаточно научиться любить этот симптом, потому что он реализует то, что в нас отсутствует. Если человек с нетерпением ждет, когда неприятный ему симптом исчезнет, значит, он не понимает предложенную нами концепцию. Адекватное отношение к симптому делает ненужной всякую борьбу с ним. Симптом исчезает только тогда, когда становится для пациента безразличным. Безразличие показывает, что человек осознал и принял во внимание актуальность выраженного в симптоме явления или чувства. Всего этого можно добиться с помощью наблюдения.

Чтобы избежать недоразумений, повторимся еще раз: мы говорим **о содержательном уровне** болезни и ни в коем случае **не даем рецептов относительно уровня ее проявления**. Изучение содержательного уровня болезни не мешает традиционному лечению. Все, что мы говорили о полярности, показывает, что мы отказываемся от принципа «или одно — или другое» и заменяем его принципом «как одно — так и другое». Если у челове-

ка прободение язвы желудка, не стоит размышлять, что делать: истолковывать симптом или немедленно оперировать. Одно не исключает другого, а, наоборот, придает смысл. Положительный результат операции скоро сойдет на нет, если больной не осознает значения этого симптома. Но и интерпретация сама по себе тоже окажется бессмысленной, если пациент умрет, пока мы ею занимаемся. С другой стороны, следует иметь в виду, что существует великое множество симптомов, не связанных с угрозой для жизни, поэтому вопрос о лечебных мероприятиях обычно стоит менее остро.

Лечение, вне зависимости от того, оказывается оно действенным или нет, никоим образом не связано с темой «выздоровления». Выздоровление происходит **только в нашем сознании**. В каждом конкретном случае вопрос, сможет ли пациент научиться честности по отношению к самому себе, остается открытым.

Опыт заставляет нас быть скептиками. Даже те люди, которые всю свою жизнь боролись за самопознание и развитие своего сознания, часто оказываются незрячими в некоторых вопросах. В конкретном случае это может быть связано с ограниченными возможностями данной книги, которая воспринимается далеко не всеми. Часто оказывается необходимым подчиниться некоторым глубоким процессам, чтобы наткнуться на то, чего раньше просто не хотелось замечать. Те процессы, которые направлены на преодоление человеческой слепоты, называются в наше время психотерапией.

Нам кажется принципиально важным избавить людей от стойкого предубеждения, что психотерапия — это метод лечения людей с психическими расстройствами или психическими симптомами. Такое отношение может быть, в известной степени, оправданным, если речь идет о методиках поведенческой терапии, но абсолютно не годится для любого из направлений психоанализа и

психологии межличностных отношений. С момента появления психоанализа психотерапия направлена на самопознание и восприятие содержания бессознательного. С точки зрения психотерапии, не существует человека, здорового настолько, чтобы он не нуждался в ее услугах. Человек болен сам по себе.

Удивительно, насколько мало большинство из нас заботится о том, что является смыслом бытия. Невозможно удержаться от иронии, наблюдая за тем, сколько внимания люди уделяют своему телу, хотя всем понятно, что когда-нибудь оно будет годиться только на пищу червям. Нельзя не помнить и о том, что в один прекрасный день придется оставить все (семью, деньги, славу, дом). Единственное, что избежит тлена, — это сознание, но ему-то как раз и уделяется минимум внимания. Развитие сознания — единственная цель нашего бытия, именно этой цели служит Универсум.

Во все времена люди пытались изобрести средства, облегчающие тяжкий путь познания и поисков самого себя. Вспомните йогу, дзен, суфизм, каббалу, магию и другие эзотерические системы и их тренинги. У них разные методы, но цель одна: совершенствование и освобождение человека. Младшие дети этих систем — психология и психотерапия — ориентированы на современного человека с западным образом мышления. Сначала, ослепленная дерзостью и самоуверенностью молодости, психология не обратила внимания на то, что занимается исследованием вещей, давным-давно известных под другими именами и изученных эзотерическими системами более полно и точно. Но каждый младенец должен самостоятельно пройти путь развития, поэтому психологии было необходимо самостоятельно набраться опыта, прежде чем она смогла найти свой путь к общему потоку великих учений о человеческой душе.

В практической психотерапии сейчас можно наблюдать соединение идей и методов разных культур, направлений и имен, она стремится к синтезу многочисленных древних знаний, изучающих человеческое сознание.

Психотерапия не создает просветленных — для этого не существует ни методов, ни технических приемов. Путь, который может привести к этой цели, долог и тяжел, поэтому он доступен далеко не всем. Но любой шаг, который приближает к цели, служит закону развития, делает нас честнее и сознательнее.

Говоря о психотерапии, мы исходим из той методики, которую применяем сами уже много лет. Это реинкарнационная терапия. Термин впервые появился в 1976 году. Нам хотелось бы сказать несколько слов, объясняющих в общих чертах, что это такое.

Реинкарнационная терапия получила свое название от того факта, что значительное место в ней отводится осознанию и пропусканию через себя прошлых жизней (инкарнаций). Осознание их — это технически-формальный уровень нашей терапии, но ни в коем случае не самоцель. Мы помогаем осознать инкарнации совсем не потому, что считаем важным узнать, кем был человек в предыдущей жизни. Просто мы не знаем лучшего способа достичь поставленных перед собой терапевтических целей.

В этой книге мы подробно говорили о том, что проблемы человека всегда связаны с его тенью. Центральная идея реинкарнационной терапии та же: встреча с собственной тенью и ее пошаговое принятие в себя. Это дает возможность встречи с большой кармической тенью, которая во много раз превышает биографическую тень этой жизни. Выработать отношение к собственной тени нелегко, но это единственный путь к выздоровлению в прямом смысле этого слова.

Мы работаем не с воспоминаниями. Осознанные инкарнации превращаются из прошлого в настоящее. Это возможно по той причине, что время существует только в сознании и является одним из способов наблюдать процессы.

Если преобразование времени в пространство, о котором говорит физика малых частиц, перенести на цепочку инкарнаций, их **последовательность** превратится в **сосуществование**. Другими словами: из вереницы идущих одна за другой жизней мы получаем одновременные, пространственно-параллельные жизни. Следует отметить, что пространственная интерпретация инкарнаций не лучше и не хуже временной модели — оба способа рассмотрения проблемы являются в равной степени допустимыми, субъективными точками обзора для человеческого сознания (ср. волновая и корпускулярная теории света). Любая попытка ощутить пространственную одновременность снова превращает пространство во время. Например, один радиоприемник одновременно транслирует многие радиопрограммы. Но если мы хотим послушать, что передают (*одновременно*) разные каналы, мы будем вынуждены слушать их поочередно, настраиваясь то на одну частоту, то на другую. Заменяв в этом примере радиоприемник сознанием, мы будем иметь дело не с частотами, а с инкарнациями.

В реинкарнационной терапии мы помогаем клиенту на время освободиться от актуальной для него частоты, чтобы высвободить место для других резонансов. Поскольку «другие жизни» или идентификации существуют параллельно и одновременно, то их можно воспринимать всеми органами чувств. «Третья программа» находится ничуть не дальше, чем «первая» или «вторая». Конечно, воспринимаем в определенный момент мы только одну из них, но при желании можно переключиться с одной на другую. Точно так же мы переключаем «частоты нашего сознания», меняя при этом угол падения и резонанс.

В конце книги мы уделили довольно большое внимание психотерапии, так как широкое распространение получила точка зрения, согласно которой психотерапия устраняет психические нарушения и симптомы. До сих пор люди очень редко при чисто соматических симптомах вспоминают про психотерапию. Но с нашей точки зрения, основанной на довольно богатом опыте, **именно психотерапия является единственной перспективной методикой устранения физических симптомов.**

Задача психотерапии — помочь человеку в процессе саморазвития и преобразования. Для этого мы, в отличие от официальной медицины, встаем на сторону симптомов наших пациентов и пытаемся использовать их как поворотный пункт на пути к выздоровлению, встаем на сторону тени и помогаем ей выйти на свет. На этом пути вам встретится меньше всего иллюзий и самообмана. Наверное, поэтому его так не любят. Как в используемой нами терапии, так и в нашей книге мы стараемся вывести болезнь за привычные узкие рамки и высветить ее истинную связь с человеком. Если человек не увидит ее, он не поймет, о чем мы здесь так долго говорили. А научившись воспринимать болезнь как способ познания, он увидит, что мир раскрывает перед ним новые перспективы. Болезнь — это великий шанс человека, его драгоценное имущество. Болезнь — это лучший учитель и руководитель на пути к выздоровлению. Наше общение с болезнью не делает жизнь ни проще, ни здоровее, но помогает набраться мужества честно и прямо взглянуть в глаза конфликтам и проблемам нашего полярного мира.

Герман Гессе сказал: «Проблемы существуют не для того, чтобы их решать. Они всего лишь полюса, между которыми создается необходимое для жизни напряжение».

«Растворяй и сгущай», — так звучал рецепт древних алхимиков. Сначала необходимо познать разделение через разли-

чие, наблюдая, растворить его и только потом можно решиться на слияние, со-единение противоположностей. Другими словами, человек сначала должен глубоко опуститься в мир плоти, болезни, греха и вины, чтобы научиться видеть самые темные уголки души. Этот умение видеть даст ему возможность пройти сквозь страдания и найти себя там, где и положено, — в единстве.

Я познал Добро и Зло,
Грех и Добродетель, Право и Несправедливость;
Я судил, и меня судили;
Я прошел сквозь Рождение и Смерть,
Радость и Страдание, Небеса и Ад;
И в конце я осознал,
Что я во всем и все во мне.
Хазрат Инаят Хан

ПСИХИЧЕСКИЕ СООТВЕТСТВИЯ ОРГАНОВ И ЧАСТЕЙ ТЕЛА

Влагалище — самоотдача
Волосы — свобода, власть
Гениталии — сексуальность
Глаза — взгляды
Горло — страх
Десны — доверие
Желудок — чувства, восприятие
Желчный пузырь — агрессия

Зубы — агрессия, витальность
Кисти — понимание, способность действовать
Кожа — отграничение, нормы, контакт, нежность
Колени — униженность
Конечности — подвижность, гибкость, активность
Кости — твердость, соответствие нормам
Кровь — жизненная сила, витальность
Легкие — контактность, коммуникабельность, свобода
Мочевой пузырь — потребность ослабить давление
Мышцы — подвижность, гибкость, активность
Ногти — агрессия
Нос — власть, гордость, сексуальность
Пенис — власть
Печень — оценка, мировоззрение, религия
Почки — партнерство
Рот — восприятие
Сердце — способность любить, эмоции
Спина — прямота
Стопа — понимание, стойкость, устойчивость, унижен-
ность
Толстый кишечник — бессознательное, жадность
Тонкий кишечник — переработка, анализ
Уши — послушание

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

Предлагаемый ниже список даст вам возможность быстро найти в тексте тот или иной симптом. В тех случаях, когда симптом обсуждается прямо в тексте, указана соответствующая стра-

ница. Симптомы, которые могут быть истолкованы так же, как и упоминаемые непосредственно, сопровождаются указанием на аналогию (сравните). Если даны сноски на несколько страниц, то следует самостоятельно составить толкование на основе нескольких аспектов (например, воспаление + орган).

Алкоголизм

Анорексия

Аппетит, отсутствие *ср.*

Астма, сенная

Беременность мнимая

Беременность

Беременность, рвота при беременности

Бессонница

Близорукость

Боли

Вены, варикозное расширение

Воспаление

Вскармливание грудное

Вывих

Глаукома

Глотание, боли при глотании

Глотка, воспаление

Головные боли

Горло, боли в горле

Грипп

Дальнозоркость

Двигательный аппарат

Десны, кровоточащие

Детские заболевания

Диабет (сахарная болезнь)

Дорожно-транспортное происшествие

Дыхательная система

Желтуха

Желудок

Желудок, язва

Желудочный сок

Желчный пузырь

Желчный пузырь, камни

Заикание

Запор

Защитная система

Зубы

Зуд

Изжога**Катаракта**

«Каша во рту» *ср.*

Кашель

Климакс

Кожа

Кожа, жжение

Кожная сыпь

Колики

Концептуальная несостоятельность

Конъюнктивит

Корь *ср.*

Косоглазие

Крапивница *ср.*

Кривошея

Кровообращение

Кровяное давление повышенное

Кровяное давление пониженное

Курение

Легкие, воспаление *ср.*

Лихорадка

Лихорадка сенная

Лишай

Лишай, опоясывающий *ср.*

Малокровие

Межпозвоночные хрящи

Менструация, нарушения

Метеоризм *ср.*

Мигрень

Миндалины, воспаление

Мозг, сотрясение

Молочница

Мочевой пузырь

Мочевой пузырь, воспаление

Мочевой пузырь, слабый

Наркотики

Несчастный случай

Ногти, обкусывание

Обжорство

Обморок

Ожоги

Органы чувств

Переломы

Печень

Печень, цирроз

Пищеварение

Подагра *ср.*

Поджелудочная железа, воспаление

Половые заболевания

Понос

Почечные лоханки, воспаление *ср.*

Почка, искусственная

Почки

Почки, камни в почках

Простуда

Раздражение

Рак

Рвота

Рождение

Сексуальность

Сердце

Сердце, инфаркт

Сердце, мутация

Сердце, сбои

Сердце, сужение сосудов
Сердце, фобия
Скарлатина *ср.*
Слепота
Слух, снижение
Соединительная ткань, слабая
Сосуды, известкование
СПИД
Спина, боли в спине
Судороги, писчие
Суставы, воспаление

Токсикоз при беременности
Толстый кишечник, воспаление
Тонкий кишечник
Тошнота
Тугоухость

Ухо, среднее, воспаление
Уши

Хрипота

Энурез

Яичники, воспаление *ср.*