



АНГИАНСКАЯ  
ПСИХОЛОГИЯ

Симона Мацлиах-Ханох

# Сказки обратимой смерти

*Депрессия как целительная сила*



COGITO  
CENTRE

Юнгианская психология

Симона Мацлиах-Ханох

**Сказки обратимой смерти.  
Депрессия как целительная сила**

«Когито-Центр»

## **Мацлиах-Ханох С.**

Сказки обратимой смерти. Депрессия как целительная сила  
/ С. Мацлиах-Ханох — «Когито-Центр», — (Юнгианская психология)

В современном обществе депрессию принято считать негативным явлением, болезнью, которую следует предотвращать или лечить. Однако многие героини сказок и легенд, на которых основана европейская культура, абсолютно осознанно обрекают себя на временное поражение, на муки ада, на обратимую смерть. В своей книге Симона Мацлиах-Ханох предлагает взглянуть на депрессию как на процесс, обладающий важным лечебным потенциалом, как на спасительное лекарство для загнанной в тупик души. Герои сказок и легенд подсказывают нам пути выхода из, казалось бы, безвыходных положений, учат мудрому отношению к боли и страданию.

© Мацлиах-Ханох С.

© Когито-Центр

## Содержание

Сказки обратимой смерти. Депрессия как целительная сила	6
Пролог	6
Жила-была девочка	10
К кому обращаются сказки обратимой смерти	15
Часть первая. Белоснежка (Кровавая Белоснежка)	19
Введение: красное – черное – белое	19
Все начинается с дома	24
Зеркальце на стене	24
Проглотить Белоснежку	26
Тревожный лес	27
Конец ознакомительного фрагмента.	32

**Симона Мацлиах-Ханох**  
**Сказки обратимой смерти.**  
**Депрессия как целительная сила**

© Когито-Центр, 2014

\* \* \*

## Сказки обратимой смерти. Депрессия как целительная сила

*Моим детям – любимым Яаре и Агаму  
Вы научили меня любви*

*Я знаю глубину. Я в нее проникла  
Корнем. Но ты боишься глубин,  
А я не боюсь – я там была, я привыкла.*

*(Плат С. Душа ивы. Пер. Рут Файнлайт)*

### Пролог

В один из вечеров третьего месяца безоблачной беременности у меня началось кровотечение. Я сидела на унитазе и плакала. Позвала своего тогда еще будущего мужа, добралась до машины – и в больницу: до нее было несколько минут езды. Худая врач с русским лицом такого же оттенка, как и ее бледно-зеленый операционный костюм, выглядела, будто ее только что разбудили, и была настолько вялой и безразличной, я бы сказала, даже отрешенной, что у меня закралось подозрение, не укололась ли она. Грубо покопавшись во мне наконечником устаревшего УЗИ, врач сообщила, что не видит никакой беременности. Получалось, что я все выдумала. Наверное, мой растерянный вид вызвал в ней жалость, и, смягчившись, она добавила, что аппаратура эта старая и что мне стоит подождать до утра, когда откроют кабинет с новым УЗИ и сделают более подробное обследование.

– Жаль, – еле коснувшись моей руки, заметила она.

Я лежала на больничной кровати. Одним этажом выше прямо надо мной рождались дети; матери кормили, кружили по коридору, как и положено после родов, на широко расставленных ногах и кровили в толстые прокладки. Я уже больше не кровила – моя маленькая уже не существующая беременность больше не кровила.

Утром молоденькая, лет двадцати, техник обследовала меня на новом УЗИ.

– Это mis<sup>1</sup>, – громко бросила она стоявшему возле моей головы врачу.

Я выползла из кабинета; трусы в пятнах свернувшейся крови, живот вымазан прозрачным гелем. Вытираюсь. Все. Я больше не беременна. И что же мне теперь делать?

Все старались делать вид, что ничего не случилось.

– Это ведь не то, чтобы ты действительно потеряла ребенка, – сказала мне моя лучшая подруга, и у меня не хватило духу ей возразить.

А на самом деле я чувствовала, что, да, потеряла ребенка, но говорить об этом мне нельзя. Всю свою жизнь я пыталась исправить неисправимое, спасти безнадежное тем, что переключалась на что-то новое и замечательное – это такое чудодейственное лекарство, которое я сама для себя же и придумывала. Лекарство достаточно длительного действия, чтобы, очнувшись, я вспоминала о пережитой боли как о чем-то мимолетном и незначительном. Так было и после выкидыша. Прошло два дня, мы ехали в машине. Дорога эта из Тель-Авива в Иерусалим всегда потрясающе красива.

---

<sup>1</sup> Сокращение английского «miscarriage» – произвольный выкидыш.

– Давай все поправим, – предложила я своему другу, не сводя глаз с дороги, – давай, поженимся.

В тот же вечер я позвонила нашим самым близким друзьям и сообщила, что у меня есть два известия: одно грустное и одно радостное. Я уже больше не беременна, и я выхожу замуж.

Мы погрузились в подготовку к свадьбе и делали все, о чем мечтали: подобрали чудесный свадебный наряд; накатали несколько сот километров в поисках особых сыров, хорошего вина и свежего домашнего хлеба, который будет доставлен еще теплым прямо к праздничному столу. И все это время я не радовалась так, как думала, что должна радоваться. А потому сердилась на себя, даже начала подозревать, что, возможно, недостаточно люблю своего будущего мужа, и придиралась к нему из-за любой мелочи, объясняя, как это важно не упустить ни одной детали. И мы ничего не упускали; все, конечно, было отлично. Все, кроме одного: ничто меня по-настоящему не радовало, и я пришла к выводу, что у меня явно есть какой-то дефект; что я не способна любить. Я продолжала готовиться к свадьбе, злясь на себя за то, что не свечусь от счастья.

Мы поженились в саду его мамы. Сама хупа происходила на вытоптанной площадке между лимонным и оливковым деревом. Позже я не раз мысленно возвращалась в это место в надежде найти там убежище и душевный покой. Все вокруг нас растроганно улыбались, а я сверхчеловеческим усилием пыталась связать себя с этим садом, с этими праздничными лицами, с моим женихом, с моей мамой, с моей свадьбой, с моим любимым человеком.

Ночью, не сменив одежды, мы разбирали подарки и воевали с муравьями, которые вдруг атаковали нас из-под двери ванной комнаты. В ту ночь я вела себя как мальчик из старой голландской сказки, который пальцем заткнул дырку в городской стене, чтобы спасти свой город от наводнения. Мой город будет затоплен уже завтра, но в ту самую ночь я об этом еще не знала. Только продолжала упрямо сражаться с черным увертливым существом, которое извергалось из щели за плинтусом.

Все это время мой теперь уже законный муж был настроен очень великодушно: он рассчитывал на щедрое вознаграждение, которое ждет его где-то там среди виноградников Бургундии.

Мы улетели рано утром. Париж встретил нас проливным дождем. Взяли напрокат машину и только тогда спохватились, что не имеем понятия, куда ехать. Девушка, оформлявшая наш заказ, сказала, что дорога в Осер (первый романтический городок на нашем пути) займет пару часов. Уверенные, что для нас нет ничего невозможного, мы успешно преодолели лабиринты мегаполиса и довольно быстро оказались на нужном нам загородном шоссе. Мы остановились в маленькой гостинице, на первый взгляд романтической, а на самом деле – сумрачной и пыльной. Потолки в ней были отделаны каким-то черным прозрачным материалом; и вся она выглядела, то ли построенной в стиле далеких 1980-х, то ли сохранившейся нетронутой с тех уродливых времен. Мы видели свои черные, как на негативе, отражения сначала на потолке ванной комнаты, а затем – над кроватью; эта картина отпечатавалась у меня на внутренней поверхности век и возвращалась ко мне в течение долгих месяцев, словно предвестник неотвратимых бед.

Утром мы отправились в Шабли. Через несколько минут я захотела пить. Выпила воды, но жажда не проходила; выпила еще, но горло по-прежнему оставалось сухим. Меня охватила паника; я была уверена, что умираю. Попросила вернуться в гостиницу. Он не понял. Немного поспорили.

Вернулись. Весь тот день провели в комнате. На следующее утро опять отправились в дорогу. Я чувствовала себя слабой и беспомощной. Глядя в окно нашей маленькой машины, я отсчитывала километры, радуясь уже знакомому мне пейзажу: мы едем – и все в порядке. Вот оно, то самое дерево, мимо которого мы проезжали вчера, а в горле не пересохло; после него – дорожный знак, а я не при смерти; мы поравнялись с маленьким мостиком, а я все еще не

умерла. Так прошел день. Мы пили знаменитое местное вино; у меня кружилась голова, но я не беспокоилась: алкоголь обычно вызывает головокружение.

Оставшиеся двенадцать дней мы колесили по самым красивым дорогам Франции, ночевали в действительно романтических придорожных гостиницах, средневековых замках и небольших дворцах. Я же была уверена, что со мной происходит одно из двух: либо я постепенно схожу с ума, либо – умираю. Я была раздавлена ужасом смерти. И ни разу так и не смогла толком объяснить моему самому любимому человеку, который уже пять лет был моим единственным мужчиной и уже несколько дней являлся моим законным мужем, что я чувствую.

Были ночи, которые он пролежал, не выпуская моей руки, так как я была уверена, что это последняя ночь в моей жизни. Как-то я выбежала из ресторана в ту самую минуту, когда нам подали еду: мне показалось, что я теряю сознание. Правда, я тут же себя успокоила, что местная больничка находится совсем рядом; гуляя, мы несколько раз проходили мимо нее.

С тех пор мы почти всегда ели в комнате. Он изловчился вкусно и быстро готовить, но потом сам же все и съедал: я потеряла аппетит, с трудом заставляла себя что-нибудь проглотить. Начала худеть и слабеть. Он пытался меня поддержать. День за днем, час за часом. Был счастлив, когда мне удавалось – ради него – заставить себя чему-то радоваться; проклинал (мысленно, конечно) те нескончаемые часы, когда я сидела с искаженным от ужаса лицом, всматриваясь в никуда. Он не понимал, что мне необходимо вернуться домой, а я боялась ему об этом сказать.

В начале третьей недели мы остановились в очаровательной маленькой гостинице в одном из городков Периго. Разместившись в уютной комнате, мы вышли во внутренний двор и неожиданно оказались в изумительном парке с небольшим бассейном, который выглядел, как настоящий пруд; с сочно-зелеными лужайками и клумбами роз. Я ступала по дорожкам, как столетняя старушка с пергаментной кожей и хрупкими косточками: шажок и еще шажок, медленно и осторожно.

Там я окончательно поняла, что если я не в состоянии наслаждаться окружающей меня красотой и любовью, нам лучше вернуться домой. И не только поняла, но и произнесла это вслух. Он согласился. Следующим утром мы выехали в Париж, до которого было десять часов пути. С этого момента я позволила себе расслабиться и тут же начала стремительно падать. Я не сомневалась, что умираю. Вечером к нам в номер пришла моя подруга. Я лежала в постели и виновато улыбалась. Она громко смеялась, курила возле окна, предложила посидеть в каком-нибудь маленьком кафе. Я почти все время молчала; у меня появилось чувство, что эта жизнь уже не для меня, и все, что она может предложить – уличные кафе, шутки, сплетни, веселье, – меня уже не касается. Непреодолимая сила засасывала меня все глубже и глубже. Я была уже далеко-далеко от того места, где моя подруга радовалась нашей долгожданной встрече.

Пришла врач и после короткого осмотра сказала, что у меня, скорее всего, мононуклеоз и мне, естественно, необходимо вернуться домой.

Возвратились. За окном были длинные, полные света и солнца летние дни, а я отказывалась встать с постели. Почти ничего не ела. Не могла объяснить, что со мной происходит, что я чувствую. От малейшего движения отвратительно кружилась голова. Огромными от ужаса глазами я вглядывалась в пустоту, в окружающую меня тьму, в лимб, в никуда... Меня не существовало... И так день за днем, неделю за неделей. Вечность.

Когда же наконец, все еще слабая и испуганная, я начала осторожно, опираясь на мужа, вставать и даже делать несколько шагов, мне стоило невероятных усилий убедить окружающих, мою маму, моего растерянного супруга, моего скептически настроенного врача, что мои ощущения не являются плодом моей перевозбужденной фантазии. Я была обижена на весь мир, испугана и очень одинока.

Должно быть, прошло около трех месяцев после нашей поездки. Мне казалось, что понятие времени меня больше не касается. Моя жизнь протекала в ее собственном режиме: от головокружения до потери равновесия, от испуга до ужаса.

Ну а затем я прошла все существующие анализы и обследования. Меня направляли на проверку слуха и пространственного зрения, на компьютерную томографию головы и шеи; записывали электромагнитные импульсы, делали УЗИ и общие анализы крови; проверяли гормоны и железы внутренней секреции. Меня осматривали специалисты-невропатологи; ортопеды стучали по коленкам и прощупывали позвонки. Я сидела в звуконепроницаемом аквариуме и должна была нажимать на большую кнопку каждый раз, когда слышала звук, иногда такой слабый, что мне казалось, что он звучит только у меня в голове. Я сидела напротив беспорядочно мерцающего экрана, и мне надо было в течение, как мне показалось, трех часов опять нажимать на кнопку каждый раз, когда я видела (или мне казалось, что видела) яркую вспышку молнии. Меня подсоединяли к электродам, смазывали гелем; я наклоняла голову, поднимала ее и опять наклоняла. Я садилась, вставала; мне мерили давление, пульс, температуру – ничто не свидетельствовало о каких-либо нарушениях; более того, даже уровень железа в моей вегетарианской крови никогда не был таким высоким, как тогда. От подозрения на мононуклеоз отказались еще в самом начале марафона после простого анализа крови. Ну а больше всего меня раздражало, что мой супруг не уставал повторять, какая я красивая, да и я сама, глядя в зеркало, видела перед собой действительно красивую женщину, но при этом у меня каждый раз все внутри сжималось от предчувствия надвигающейся беды. Мне казалось, что это моя лебединая песня. Я думала, что это еще один намек на приближающийся конец.

Часами я пыталась описать мужу, моим родителям, многочисленным врачам подробнейшие детали того, что я чувствовала, что меня так пугало. Паника, ужас, неожиданные необъяснимые волны головокружения и слабости. Я искала все новые образы и сравнения, которые приблизили бы их к моему состоянию; заставили бы их понять, что я чувствую. Я стою на палубе раскачивающегося на волнах корабля; нет, я вращаюсь внутри бетономешалки, я – мелкая разноцветная галька, которая поднимается и опускается в каком-то постоянном круговом ритме; я поднимаюсь и опускаюсь – почти падаю – и должна за что-то ухватиться. Но ухватиться было не за что, поскольку моему мужу надоело, и он сказал:

– Я не собираюсь больше погружаться с тобой в это твоё куда. Я опять начинаю жить.

И ушел. Правда, он каждый день возвращался с работы и преданно отвозил меня к врачам, на встречах с которыми я упрямо настаивала, но сам уже был не со мной.

Моя мама – опытный врач-психиатр – и мой участковый врач начали все чаще произносить вслух то, что раньше еле слышно бурчали себе под нос. Моя мама сказала: – У тебя депрессия.

Я позвонила своему психологу, той самой, с которой перестала встречаться, как только забеременела и была такой счастливой (миллион лет тому назад...).

Пришла к ней, села на диван и заплакала. Я плакала первый раз с той страшной ночи, когда потеряла моего ребенка; и это был первый раз, когда я вообще плакала у нее в клинике. Я рассказала ей все, что случилось после того, как в последний раз вышла из этой комнаты. О выкидыше, о свадьбе, медовом месяце и о моей болезни.

И она произнесла слова, которые распахнули передо мной двери на пути к медленному и длительному выздоровлению.

– С тобой произошло что-то ужасное, – сказала она. – Ты потеряла ребенка. Тебе надо было завернуться в дерюгу и посыпать голову пеплом, сидеть на полу и оплакивать свою судьбу, но никто не смог до конца понять и признать твою боль.

Происходящее со мной приобрело форму, а я, разобравшись, влила в нее содержание: я пыталась преодолеть и вычеркнуть мою потерю, не обращать внимания на боль, подавить ее, но она была сильнее меня, она овладела мной, заполнила меня всю – до краев. Я превратилась

в сосуд, вместилище для депрессии, для отчаяния и не отпускающего страха надвигающейся смерти; и ничто другое туда уже не помещалось. Я была в аду, и внутри меня тоже был ад.

Я была в депрессии.

## Жила-была девочка

Не могу сказать точно, когда именно и каким образом в моей постепенно выздоравливающей душе зародилась связь между депрессией и знакомыми мне с раннего детства сказками. Как долгожданные спасительные облака во время продолжительной засухи, всплывали в моем сознании образы, слова, картины: проглоченная волком Красная Шапочка появляется из его распоротого брюха, Белоснежка падает замертво и вновь оживает, Спящая Красавица просыпается через сто лет от поцелуя принца... Теперь все они стали мне особенно близки и понятны.

Я вспомнила сказку, которую читала девочкой в кибуце; одну из тех, что читала и перечитывала как замороженная пять, десять, а то и больше, раз в ленивые послеобеденные часы на железной кровати детского корпуса, одинокая в беспокойном ребячьем муравейнике. Вспомнила, как гуляла в волшебном лесу: там, в заброшенном замке жила принцесса с золотыми локонами (такими, каких у меня никогда не было), заколдованная злой феей на долгие семь лет. А потом она очнулась – красивая, умная и повзрослевшая.

Златовласка, Белоснежка, Красная шапочка, Спящая красавица, а с ними и Персефона – похищенная древнегреческая богиня плодородия, ставшая богиней царства мертвых – роились в моей усталой голове; переговаривались, шептались или просто, молча, кружились в воздушном безостановочном хороводе. И я, прислушиваясь к ним, начала прислушиваться и к тому, что происходит в моей душе: тщательно, крупинку за крупинкой очищала настоящее от надуманного, пока не начал вырисовываться облик монстра, угрожающего лишить меня всего самого дорогого. И вместе с этим мне становилось ясно, что моя история в точности повторяет их: как Белоснежка и Инанна (шумерская богиня, удалившаяся в царство мертвых), так и я оказалась похороненной заживо на дне глубокого колодца под названием депрессия, а теперь я пытаюсь оттуда выбраться. И, как Златовласка, я просыпаюсь совершенно другой.

В это же время начались мои встречи с потрясающей женщиной, «шаманкой», скрывающей свои волосы под плотным белым платком, которая с тех пор и до сегодняшнего дня служит мне верным и надежным проводником.

Тогда же моему мужу удалось в буквальном смысле слова вытащить меня из дома: на желеобразных, дрожащих, как студень, ногах, оглушенная, как мне казалось, невыносимым шумом улицы, с остановками и передышками я проделала путь от дома до машины, чтобы затем, вцепившись в продуктовую коляску, безразлично плестись вслед за ним по супермаркету. Нестерпимые приступы головокружения, превращавшие меня в ледяного истукана, моя оптимистически настроенная наставница называла «внутренним перерождением жизненных механизмов».

В те дни, в самом разгаре процесса, я не могла разобраться в истинном положении вещей, но сегодня с высоты прошедших лет я вижу, как неведомые силы, словно передвигая дрейфующие материки, перестраивали мою душу. Казавшиеся несокрушимыми преграды были снесены, а образовавшиеся еще в детстве бреши в защитной стене, наоборот, заделаны (и теперь я их тщательно оберегаю). Скрывавшиеся от посторонних глаз растрепанные ведьмы с черными ногтями вылезли из подземелья, и до сих пор я не всегда с ними справляюсь... Послушные мамини дочки, декламирующие на табуретке переходящие из поколения в поколение детские стихи, были загнаны на чердак и все еще не знают, как оттуда выбраться, и стоит ли вообще это делать. Цели, к которым я стремилась изо всех сил, не замечая, как по дороге топчу и давлю другие частицы моего же собственного Я, вдруг испарились, будто их и не было. Образы

успеха и счастья, поселившиеся в моем сознании еще в детстве, безжалостно подгонявшие меня, наступавшие мне на пятки, неподвижно замерли. Теперь мною управляли новые силы; и они были мягче, сострадательнее, человечнее по отношению ко мне и окружающим.

Тогда же я смогла увидеть принципиальную модель, по которой выстроены все сказки, не подвластные законам времени: ведь это их герои нашептывали мне свои истории, когда мне было особенно тяжело. Эти сказки загоняют своих героинь в безвыходное тупиковое положение, в результате чего они на какое-то время умирают, а затем, воскреснув, начинают новую жизнь. Я называю их *сказки обратимой смерти*.

В моем понимании, сказки обратимой смерти – это неоднократно повторяющиеся истории о депрессивном процессе, рассказанные посредством различных сюжетов, где обязательно присутствуют погружение в преисподнюю душевного ада, кажущееся бесконечным нахождение в этом аду, а затем не менее тяжелое восхождение, своего рода возрождение, которое влечет за собой жертвы, уступки и потери.

Те из нас, кто мыслит категориями современного западного общества и относит болезнь, депрессию или потерянность к явлениям однозначно отрицательным, которых следует избегать и предотвращать, будут сильно удивлены, когда убедятся, сколько героинь сказок и легенд, на которых основана наша культура, абсолютно осознанно обрекают себя на исчезновение (временное), на муки ада, на обратимую смерть. Сразу замечу, что эта тяга к небытию (и возвращению из него) не является исключительно женским делом, но мужчины и женщины умирают и рождаются заново совершенно по-разному; я обязательно остановлюсь на этом подробнее. Прежде чем мы продолжим, я хочу еще раз подчеркнуть, что эта книга касается в основном депрессии, наблюдающейся исключительно у женщин, поэтому она и написана мной от лица женщины: я часто использую обороты «мы, женщины» или «у нас, у женщин», а не обобщенные «мы» и «у нас», так как пишу оттуда, изнутри, где душа и плоть неразделимы. Ну а вам, мужчины, которые тоже решили запрыгнуть в нашу карету, я, естественно, говорю «добро пожаловать», но предупреждаю: на этой дороге иногда здорово трясет.

Почему Спящая Красавица не желает смотреть на мир через прозрачный целлофан, в который ее обернули необычно преданные родители<sup>2</sup>, и ищет по всему замку одну-единственную сохранившуюся иглу, чтобы наконец-то погрузиться в сон? И почему Инанна, владычица небес, отказывается от царского трона, покидает небо и землю и спускается в подземное царство своей сестры Эрешкигаль? Она совершенно осознанно идет навстречу своей страшной судьбе. А Белоснежка? Она снова и снова отворяет дверь перед своей Тенью<sup>3</sup>, скрывающейся под видом бедной старушки. Вряд ли девушка не знает, кто стоит (несколько раз подряд) за дверью: ведь это Старуха-Смерть собственной персоной, предлагающая ей яблоко!

Белоснежка отворяет дверь Смерти до того момента, пока перед ней самой не распахиваются ворота в небытие. И там, в стеклянном гробу, забывшись глубоким, как обморок, сном, она, наконец, успокаивается и дает возможность своей растерзанной душе перестроиться

---

<sup>2</sup> «Необычно преданные родители» – парафраз известного выражения Д. В. Винникотта «обычная преданная мать», объединяющего бесконечный перечень желаний, намерений и представлений, о которых он говорит, исследуя взаимоотношения родители – дети. Кларисса Пинкола Эстес пишет о матери из раннего детства как о «слишком хорошей» или «слишком преданной», когда она, укрывая свою дочку у себя под юбкой, невольно препятствует ее развитию и взрослению. Такая мать обязана «умереть», чтобы предоставить сцену матери подростка. Такого рода мать изображена (совсем нелестно) во многих сказках как «мачеха» в самой что ни на есть отрицательной коннотации.

<sup>3</sup> В аналитической (юнгианской) психологии Тенью называют набор тех негативных качеств человека, которыми он обладает, но не признает своими собственными. Это те свойства характера, которые человек не приемлет в других людях, не замечая при этом, что и сам наделен ими в не меньшей степени. Они образуют теневой образ человека, «темную сторону» его личности. Зачастую Тень заключает в себе загадочные, пугающие свойства – это, по мнению Юнга, нашло отражение во многих литературных и мифологических образах. Если мы обратимся к шаманству, то там роль Тени исполняет «внешняя душа», которая обычно принимает образ того или иного животного. «Если с тенью случится что-то серьезное, то человек – хозяин тени вскорости распрощается с жизнью» (Nahum Megged. Portals of Hope and Gates of Terror: Shamanism, Magic and Witchcraft... Tel-Aviv, Modan).

заново для того, чтобы жить дальше. Вот и Инанна – она погибает от «взгляда смерти», но затем благодаря усилиям богов в ее изувеченное тело возвращается жизнь. Что-то подобное происходит и со Спящей Красавицей: она погружается в вечный сон, из глубин которого и появляется долгожданный принц.

Несмотря на то, что я воспитана (в принципе все мы так воспитаны) на том, что депрессия, которую испытала я и испытывают героини сказок возвращения из небытия, представляет собой явление негативное, от которого необходимо излечиться, сегодня я уже так не считаю.

Депрессия в моем сегодняшнем понимании – это экстремальное орудие, крайняя мера спасения из безвыходного, тупикового душевного состояния (что абсолютно ясно вытекает и из сказок обратимой смерти); инструмент, вне всякого сомнения, опасный, который я ни в коем случае не посоветовала бы в качестве палочки-выручалочки. И все же я считаю, что мы в состоянии по-новому взглянуть на тяжелое испытание, называемое депрессией, оставив в стороне общепринятые условности, освободившись от необходимости непрерывного тотального контроля. Мы в состоянии отнести к депрессии как к неминуемому процессу, к которому прибегает душа, оказавшись в невыносимой ситуации.

Многие последователи холизма видят в любом заболевании обязательную лечебную составляющую, т. е., по их мнению, любая болезнь одновременно является и лекарством; к любому заболеванию можно отнести как к «падению ради взлета». Более того, даже конвенциональная медицина пусть не всегда, но признает, что в анамнезе многих заболеваний прослеживается история подавления эмоций, наших или наших родителей, или, на худой конец, что подавление эмоций может нанести вред физическому здоровью. В этой книге я пишу только о депрессии и только на основе моих личных переживаний, но вполне допускаю, что подобные процессы свойственны и многим другим как душевным, так и физическим расстройствам.

Я рассматриваю депрессию как своего рода благотворную регрессию, как убежище, в стенах которого можно укрыться, подобно улитке, прячущейся в раковине. И там, в недрах временного небытия, отпустить поводья жизненной колесницы, чтобы дать возможность затянуться той самой душевной трещине, которая и послужила входными воротами для депрессии. Ну а что касается потери управления, то остается надеяться на внутреннее свойство, называемое интуицией, которое, как верный конь, не даст нашей душе сбиться с пути и найдет потерянную нами дорогу домой.

По-моему, эту метафору я позаимствовала из русской сказки, где Иванушка-Дурачок (кажущийся таковым) настолько доверяет своему коню (Коньку-Горбунку), что по его совету прыгает в котел с кипящим молоком и как водится, выходит оттуда красавцем-принцем.

Первая, о ком я подумала, начиная мое путешествие по следам героинь сказок, вернувшихся из небытия, была Персефона. Юная беззаботная Персефона, как повествует греческая мифология, была похищена Аидом, богом подземного царства мертвых, и стала его женой. Деметра, богиня плодородия и земледелия, искала свою дочь по всему миру, предаваясь безутешной скорби, и в это время земля была бесплодна; ничто не всходило на засеянных полях. Люди умирали от голода и не приносили жертв богам. Зевс начал посылать за Деметрой богов и богинь, чтобы уговорить ее вернуться на Олимп. Но она, сидя в черном одеянии в элевсинском храме, не замечала их. В конце концов Аид был вынужден отпустить девушку, но перед освобождением дал ей семь зерен (или три, есть разные варианты) граната. Персефона, все это время отказывавшаяся от пищи, проглотила зерна – и тем самым была обречена на возвращение в царство Аида. Полгода (весну и лето) она проводила с матерью на Олимпе, а осенью опускалась в подземелье править царством мертвых. И так из года в год вся природа на земле цветет и увядает, живет и умирает – поднимается и опускается вместе с Персефой.

Этот пересказ древнего мифа может вызвать недоумение: казалось бы, что общего между мифологическим похищением и нами – женщинами, добровольно ищущими дорогу в недра своего подсознания и идущими по ней до полного изнеможения? Воспользуюсь красочным

образом, позаимствованным у Клариссы Пинкола Эстес: достаточно лишь слегка дунуть, как с Персефоны слетит вся пыль «патриархальной морали», предписывающей обязательное похищение в Царство Мертвых и обнажится древний «оригинал» – Персефона сама по доброй воле отправляется в дальний путь.

Ведь не может быть, чтобы богиня весны, дочь богини плодородия, была похищена во чрево земли, которое по логике вещей принадлежит ее матери: сюда, в земные глубины, уходят своими корнями деревья; здесь спят, набираясь сил, пшеничные зерна; земные соки питают все живое на земле. Вся земля – все, что на ней, и все, что под ней, – находится во владении Деметры, а значит, уже принадлежит или будет принадлежать и ее дочери, Персефоне.

Что же происходит в то теплое солнечное утро? Персефона с подружками собирает чудесные полевые цветы – фиалки и ирисы, крокусы, цветы дикой розы и гиацинта – и незаметно отдалается от всех. И вот, одна, замороженная пьянящей красотой цветущего луга, она находит давно поджидающий ее нарцисс и, естественно, срывает его. Нарцисс с его дерзким тревожащим запахом, с его манящим взглядом, обращенным вовнутрь, в бесконечное «Я», увлекает нас все дальше и дальше вглубь, в зеркальный лабиринт, в стенах которого отражается бездонная вечность. Черная пустота затягивает нас – мы тонем. Стоит Персефоне сорвать нарцисс, как из недр земли возникает колесница, а в ней – Аид, властелин царства мертвых; он увозит ее в свое лишенное света логово.

Даже если Персефона (которая являет собой не что иное, как позднюю версию Инанны) не совсем отдает себе отчет в том, что происходит, она в действительности самым активным образом ищет ворота, ведущие туда, где она должна оказаться. Какая часть Персефоны знает, что нарцисс и есть те самые ворота в мир мертвых? На этот вопрос нет точного ответа, но несомненно, что именно эта часть руководила всеми ее действиями в то солнечное утро.

А теперь еще одно легкое прикосновение – и перед нами вырисовывается другая стародавняя картина: прежде чем отпустить Персефону, протягивает ей Аид гранатовые зернышки. Крошечные капельки на мужской ладони, они мерцают в темноте, как налитые кровью рубины...

Гладкие, как речные камушки, зерна приятно холодят девичьи пальцы; на мгновение она ощущает языком их тяжесть, еще мгновение – кисло-сладкий взрыв во рту, а затем – слабый всплеск памяти, легкий приятный озноб; и все...

– Счастливого пути, – говорит ей муж.

– До скорого свидания, – добавляет он шепотом, так, чтобы она не услышала.

А Персефона? Бросив короткий взгляд назад, она устремляется вверх по лестнице прямо в объятия готовой ради нее на все матери.

– Ты ведь ничего у него не брала? – прижимая к себе дочь, спрашивает Деметра.

– Нет, мамочка, только зернышки граната. Только несколько зернышек.

– Глупышка моя, – заливаясь слезами мать. – Ты же знаешь, что нельзя выносить с собой ничего из Аида. Теперь Аид внутри тебя. Теперь ты обязана туда вернуться. О боги! Помогите мне!

Мать падает на колени возле черного бездонного колодца.

Конец второго акта.

«Ты прекрасно знаешь, почему, – настойчиво нашептывает поселившийся внутри меня змей познания, – почему Персефона съедает гранатовые зерна, которые дает ей ее коварный дядюшка». Те самые зерна, которые делают невозможным ее полное возвращение на землю и вынуждают ее подчиниться ритму вечного маятника: вниз – в преисподнюю и назад, вверх – к свету; ритму, по законам которого богиня весны отцветает и предается земле, как богиня смерти, а затем возрождается – прорастает вновь, как весна.

Зернышко граната, древнего символа плодородия, процветания и супружества, используется как метафора, как поэтический образ, намекающий на добровольное слияние Персе-

фоны с духом преисподней; на союз между высшим и низшим, между светом и тенью, между сознанием и подсознанием.

Теперь меня влекла не столько знакомая мне с детства античная легенда, сколько ее древние предшественники. И действительно оказалось, что в начале своей эволюции Персефона спускалась в Подземелье добровольно, никто и не пытался ее похитить. Та самая богиня весны, которую греки позаимствовали из существовавшей до них многовековой мифологии, стремилась в Вечное Царство Мертвых, чтобы утолить жажду познания, встряхнуть скучное спокойное бытие и наконец-то встретиться с поджидающим ее там загадочным мужем; открыть для себя покрытый мраком внутренний образ ее матери – образ так называемой Черной Деметры и рассмотреть вблизи скрытую в недрах души свою собственную Тень.

И сейчас, когда мы сняли с лица нашей богини весны античную маску, нам ничего не стоит разглядеть древние корни мифа, старательно припудренные свежим покровом патриархальной древнегреческой морали, которая проповедовала полное разделение между высшими и низшими, между внутренним, спрятанным, и наружным, находящимся на поверхности. Еще одно легкое прикосновение – и мы оказываемся в совершенно ином пространстве, в среде, которая признает важность и даже необходимость периодического погружения в бездонные глубины подсознания. Именно так я и предлагаю читать все сказки возвращения из небытия. Смахнем с них налет патриархальной пыли, и перед нами слой за слоем откроется скрытая в глубине мозаика происходящего: погружение в Аид является внутренней необходимостью.

Я отношу себя к сторонникам теории эволюционного развития, и поэтому мне трудно представить, что в нас существуют силы, оказывающие исключительно разрушительное действие. В творении божьем, называемом человеком, у каждого компонента, физического или духовного, обязательно должно быть первичное предназначение с ярко выраженным положительным потенциалом.

Даже западная медицина, веками направленная против повышенной температуры, кашля, насморка, рвоты и других, хорошо знакомых нам симптомов, сегодня видит в них необходимую защитную реакцию организма. Я бы прибавила к этому списку и депрессию. И все же, как воспаление, являющееся естественной защитной реакцией организма, может перейти в хроническую форму, так и депрессия – затянувшаяся, повторяющаяся снова и снова – теряет свои целительные свойства и сама превращается в болезнь.

«Я хочу отметить ценность такого процесса, как депрессия, – говорил по этому поводу Д. В. Винникотт, – при этом я не отрицаю, что люди, подверженные депрессии, тяжело страдают и могут нанести себе серьезные повреждения, вплоть до самоубийства»<sup>4</sup>. Итак, в большинстве случаев, какими бы тяжелыми и затяжными они ни казались, как воспаление, так и депрессия выполняют важнейшую целебную функцию. Признав это, нам остается только не мешать вечному тандему души и тела использовать заложенные в них природой способности самоисцеления.

Винникотт отмечал, что «депрессивное настроение указывает на то, что Я еще не разрушено окончательно и сможет устоять, даже если ему не удастся найти то или иное определенное решение»<sup>5</sup>. Другими словами, существование этого подавленного Я, по определению Винникотта, является обнадеживающим признаком того, что Я не развалилось, не распалось – своего рода, «я подавлен, следовательно, существую».

Я бы хотела опереться именно на эту, довольно удручающую фразу, чтобы пояснить, в чем основное отличие моей точки зрения: по-моему, депрессия, по крайней мере, в ее чистой, изначальной форме, не является *побочным продуктом, следствием, результатом* тяжелого

---

<sup>4</sup> Winnicott D. W. Home is Where We Start From: Essays by a Psychoanalyst / Ed. by C. Winnicott. N. Y. – London: W. W. Norton; Harmondsworth: Penguin, 1986. Далее: D. W. Winnicott, Essays.

<sup>5</sup> Там же.

психологического состояния, как это следует из высказываний Винникотта, а оказывается тем самым *решением*, которое находит для себя растерзанная душа, замыкаясь в своем собственном аду, пассивно выжидая своего возрождения. По Винникотту, депрессия – это тяжелый симптом, для меня – это горькое лекарство.

Книги-наставники необходимы нашей душе, как поцелуй при ушибе; они пришли на смену повествованиям, пересказываемым длинными вечерами у пылающего очага. В них собранные человеком знания о механизмах самозащиты и самоизлечения неразрывно связанных между собой души и тела. Прислушайтесь к историям Белоснежки, Красной Шапочки, Персефоны, Психеи и всех тех женщин, которые были погребены в глубинах депрессии и восстали из нее вновь, и вам откроется их первоизданная мудрость, ставшая источником силы и утешения для многих и многих поколений.

Естественно, я не призываю хвататься за депрессию, как за всемогущую волшебную палочку, но я вижу ее лечебные свойства и предлагаю попытаться найти дорогу (обществу в целом и нам в частности) к ее – нашим древним истокам.

Важно, чтобы мы признали эволюционную необходимость ухода от действительности, отказа от бытия, сопровождающих депрессию; а находясь в ее темных глубинных лабиринтах, чтобы помнили, что на самом деле туннель, ведущий на поверхность, существует и в конце его – свет и воздух.

Наши великие мифы, легенды и сказки рассказывают нам о тяжелом, полном страданий и боли, но неизбежном путешествии женщин – юных девушек в мир депрессии и о возвращении из него. Белоснежка, Красная Шапочка и Инанна проделали этот путь и вернулись, умерли и родились заново. Их истории глубоко укоренились в нашем коллективном подсознании, чтобы служить нам опорой в особо тяжелых обстоятельствах. Эти дремлющие женские архетипы, живущие, как кроты, в глубинных слоях нашей души, существуют, чтобы напоминать нам, что даже если наша депрессия длится сто лет или вечность, если мы кажемся мертвыми, если отравленная игла вонзилась нам в сердце и ядовитое яблоко застряло у нас в горле, если наше гниющее мясо подвешено на крюке в адском подземелье или куски нашего тела перевариваются в кишках хищного чудовища, – все равно, несмотря на отчаяние, на ужас, на безучастность, ничто не может остановить невидимого, по-черепаши медленно процесса пробуждения и восстановления сил, необходимых нам для продолжения жизни. Принц, тот самый жизненный двигатель, внезапно появляющийся в сказках в последнем акте, может возникнуть только при полном бездействии, вплоть до полного отсутствия нашей главной героини; и лишь он способен заставить всю душу в целом совершить еще один, на этот раз успешный виток.

Ну, а раз так, то:

Жила-была девочка. Она умерла. И она родилась заново.

## **К кому обращаются сказки обратимой смерти**

Нам, с детства знакомым с диснеевской Белоснежкой – красавицей с осиной талией и эффектной грудью, трудно представить, что Белоснежке, брошенной в лесу по приказу завистливой королевы, едва исполнилось семь лет. Я думаю, что не только сегодня, но и во времена братьев Гримм, когда эти сказки были собраны и записаны, да и еще раньше, когда их только пересказывали, никто из сказочных героев, будь то Белоснежка, Ганс и Гретхен, Василиса, Златовласка или Красная Шапочка, не перенесли бы отведенных на их долю испытаний, если бы им действительно пришлось столкнуться с ними в столь раннем возрасте. Повинуясь замыслам рассказчиков, они борются с кровожадными ведьмами – людоедами, злыми колдунами и лютыми волками. Но за захватывающими приключениями скрываются не менее интригующие душевные испытания: они поглощаются собственным безжалостным нутром, они прячутся в дремучих лесах подсознания, воссоединяются со своим началом в его первоизданной, инстинк-

тивной, форме; они выпускают на свободу свою тень и противостоят ей, избавляясь от элементов, с которыми они не в состоянии справиться, и сливаясь с теми, которые они в состоянии выпитать. И хотя антропософы считают семилетний возраст рубежом детства, вряд ли найдется девочка, какой бы развитой и смысленной она ни казалась, которая выполнит все эти задачи, да и вряд ли от нее это когда-нибудь потребуется. А значит, настоящими героями этих хорошо известных всем историй являются не девочки семи – двенадцати или даже шестнадцати лет, а мы, слушающие рассказчика: женщины более или менее зрелые, но оказавшиеся опять на стадии взросления. И пусть зачатки душевных узлов, которые мы вынуждены распутывать, заложены в нашем детстве (а некоторые утверждают, что еще раньше, в предыдущей жизни), саму эту тяжелую работу нам приходится проделывать на гораздо более позднем этапе.

Если же нам действительно пришлось пережить что-то из того, что выпало на долю наших героинь, то процесс исцеления отзовется эхом глубоко внутри нас; и, будто путешествуя во времени, будет продвигаться все глубже и глубже, пока не столкнется с нашим внутренним Я, покоящимся на глубине наших трех, пяти, семи и двенадцати лет.

Именно такой путь я прошла у моей духовной наставницы. Она говорила мне: «Взгляни на себя трехлетнюю. Прислушайся к ней... Пожалей ее, если она плачет. Что она говорит? Что ты хочешь сказать ей? Посмотри вокруг. Кого еще ты там видишь?..». Не раз я встречала там, внутри, себя двух-, трех-, десятилетнюю. Иногда мы беседовали, иногда просто немного гуляли вместе. И каждый раз, прощаясь, я с огромной любовью обнимала и сильно-сильно прижимала себя к себе. Встречи такого рода, по-моему, хорошо залечивают застарелые раны.

Целительное влияние сказаний и всякого рода литературных произведений лежит в основе большого числа методик и систем. Преподаватели, работающие в школах Вальдорфской системы образования, используют в лечебных и педагогических целях рассказ, специально написанный для определенного ученика; библиотерапия реализуется на занятиях с детьми и взрослыми, при работе с заключенными и душевнобольными; индийские лекари пересказывают душевнобольным легенды, размышления над которыми должны способствовать их выздоровлению.

Вполне может быть, что сказки возвращения из небытия, как и другие архетипические истории, которые существуют вне времени и пространства и несут в себе вечные человеческие истины, рассказывались, пелись, а возможно, и разыгрывались во время ритуальных обрядов, отмечавших взросление, – переход из детства в юность; это был подарок любящих матерей или, скорее всего, бабушек, так как у них было больше свободного времени для болтовни у костра. Эти подарки преподносились девушкам на пороге взросления, затем с появлением первой менструации, и вновь – когда они становились матерями, а затем – зрелыми женщинами, и снова, и снова с каждым завершением очередного витка великого женского цикла.

Эти сказки не могли бы выжить, если бы не затрагивали вечных общечеловеческих тем, которым не страшны ни время, ни общество. Тысячелетия мы страдаем от той же боли и попадаем в те же ловушки. Наивно утверждать, что знание избавляет от страдания и что те, кто с детства слушал архетипические сказки, могли полностью управлять своими переживаниями и избегать боли и печали. Но у древних женщин, для которых эти метафорические откровения были частью хорошо знакомого ритуала, было одно явное преимущество:

Как и мы, они знали, что есть путь-дорога.

Как часть из нас, они знали, что им предстоит ее преодолеть.

Но в отличие от нас у них была карта.

Рассказ, история, сказка – это карта. Пусть зашифрованная, но доступная.

Карта, которая раз за разом чертилась на песке, рисовалась на пещерной стене, изображалась движением рук в танце, нашептывалась в нежное ушко; отпечатывалась линией судьбы на ладони, когда «сорока ворона кашу варила». Кашу варила, варила – и костлявый палец опи-

сывает круги в углублении мягкой ладонки и оставляет там свой отпечаток – все ту же карту. На этой карте проложен маршрут во внутреннюю преисподнюю и назад, но более того – на ней означен путь, проделанный душой на протяжении полного жизненного цикла: от ущербности – через депрессию – к полноценности.

Если бы тогда, когда я оплакивала мой потерянный плод, в моем распоряжении оказалась бы подобная карта с изображенной на ней дорогой вниз, а затем назад, я смогла бы пройти весь свой длинный путь в себя сама, а не скатилась бы туда против своей воли, оцепеневшая от страха и отвращения. Если бы я имела ее там, внизу, то, возможно, вернулась бы домой намного быстрее.

Шесть лет прошло с тех пор, как во мне начали вырисовываться первые узоры ковра, сотканного из отголосков образов и звуков, обрывков мыслей и путаницы идей, вернувшихся со мной из бездны. Шесть лет работы над текстом, которая порой была настолько спонтанной и быстрой, что мне иногда казалось, будто кто-то невидимый диктует мне эти строчки, а временами каждая буква давалась с таким трудом, словно я выдалбливала ее на неподатливо твердой каменной поверхности.

И вот теперь, стоя на моей в общем-то невысокой скале, я оглядываюсь назад и понимаю, что все эти годы я была не одна, что я не могу назвать себя одиноким путником.

Я, как и все остальные, кто отправляется на поиски затерявшейся тропинки, ведущей в то самое глубинное внутреннее пространство, к которому нас влечет каждый раз, когда мы оказываемся в тупике, убедилась в существовании дорожных проводников, многие из которых обладают древними знаниями, сохранившимися и продолжающими жить в разных уголках мира. У народов Южной Америки и Сибири – это шаманы, знахари, духовные наставники, которые, увлекаемые волной галлюциногенных веществ, «зельями познания» и самовнушения, оказываются в местах, для нас – простых людей – недоступных. Именно о них я читала в захлеб у Карлоса Кастанеды, когда мне было семнадцать.

Сегодня мне ясно, что проводники, сопровождающие своих подопечных в их пути по неизбежной извилистой тропе в ад и назад, вовсе не обязаны иметь рога, закатывать глаза или выдыхать дым благовоний (хотя я, по-прежнему, отношусь к ним с немалой долей уважения).

Сопровождающий, конечно, может – но не обязан, – достигнув особого душевного и духовного состояния, проникать в самые сокровенные тайны души; и это совсем не плохо, когда справа от него резвится его шаманская «животная сила», а слева парит его добрый дух, но обычное сочувствие, сострадание, жизненный опыт, способность не судить и готовность быть всегда рядом при всех взлетах и падениях делают наставника, если не шаманом, то, по крайней мере, достойным другом и желанным попугачиком.

Меня сопровождали четыре попугачицы, и каждая делала это по-своему. Одна – целительница и медиум – на протяжении длительного времени поддерживала меня и морально, и физически посредством хилинга. Вторая – психолог, которая сказала мне:

– Ты потеряла ребенка. Так плачь, завернись в мешковину, посыпь голову пеплом – ведь у тебя горе!

Третья – моя духовная наставница, вместе с которой мы ныряли в неизведанные глубины сознания; и вряд ли я когда-либо испытаю более сильные и эффективные чувства, чем пережитое тогда потрясение. И последняя, но тоже замечательная, – инструктор по шиаци и голосовой терапии, короткое знакомство с которой открыло заложенную во мне, но до этого скрытую и неподвластную мощь и научило меня слушать и слышать плачь и крик моего тела.

В течение долгих лет я думала, что все могло выглядеть по-другому. Я верила, что если бы вместо того, чтобы оттолкнуть себя от себя, отвернуться от своей боли, отречься от своей потери; если бы вместо бесконечных анализов и консультаций у врачей, которые не видели меня, а только мою болезнь (и, соответственно, не видели ничего), если бы вместо всего этого я нашла хотя бы одну из этих женщин, которая в тот день, когда из меня выскребли мой мертвый

плод, стала бы моей попутчицей, взяла бы меня за руку и проделала со мной весь тяжелый путь все ниже и ниже до самой моей внутренней преисподней, а затем назад, я бы оперлась на ее плечо, выкричала перед ней мою утрату, разорвала одежду и посыпала голову пеплом, а потом бы поднялась. И самое главное: я жила бы, сознавая, что со мной происходит, а значит, проживала бы свою жизнь во всей ее полноте.

Я верила в это, жалела себя и злилась. Я злилась на врачей и на судьбу, которая в то невыносимо тяжелое время не позаботилась обо мне, не снабдила меня проводником, шаманом или просто попутчиком. Но сегодня я понимаю, что все происходило именно так, как могло и должно было происходить. Моя встреча с попутчицами, так же как и все другие значительные встречи в моей жизни, не состоялась слишком поздно – она состоялась ровно тогда, когда я была к ней готова. Более того, я знаю, что ни тогда и ни сейчас я не достигла конечного пункта моего странствия.

Прежде чем мы отправимся в путь, одно важное замечание: сказки можно читать и толковать по-разному, мое же отношение к сказкам подобно юнгианскому отношению к сновидениям, и я считаю их неподвластными времени повествованиями, которые нам посылает наше личное и коллективное подсознание.

Сюжет сказок, как и сновидений, развивается на наших внутренних просторах, и их герои олицетворяют нашу внутреннюю суть. Каждое действующее лицо – это всего лишь один из образов того, кто этот сон видит. Если во сне ко мне являюсь «я» вместе с другими знакомыми и незнакомыми мне участниками, каждый из которых изображает какую-то определенную частицу меня, то и в сказках героиня (Белоснежка, Красная Шапочка, Спящая Красавица) присутствует в виде своего имени или прозвища, в котором отражена доминантная часть ее личности, в то время как остальные образы представляют дополнительные лица («мать», «охотник», «волк», «мачеха» – их не счесть). Какими бы они ни были: знакомыми и близкими или незнакомыми и вызывающими страх – эти образы всегда являются частицами души самой героини.

Нам предстоит встреча с несколькими – хорошо знакомыми и менее известными – сказками и мифами возвращения из небытия, которых мы будем рассматривать как истории о депрессии, закончившейся исцелением. Белоснежка, Красная Шапочка и Спящая Красавица исполнят роль опорных столбов в архетипической пещере, в то время как другие сказки этого жанра (к примеру, «Заколдованный лес» или «Амур и Психея») будут нам служить фонариком. Я не смогу обойтись без помощи наших выдающихся современниц: Адриенны Рич, Сильвии Плат, Симоны де Бовуар и их соратников; в их трудах я нашла для себя много нового, их мысли придали глубину моим изысканиям.

Я расскажу истории, о которых повествуют образы архетипических женщин из сказок забвения и смерти, исходя из моего собственного, очень личного к ним отношения. Я слышу в них вечный, существующий вне времени урок: в состоянии, называемом в этих сказках «сон», «забыть» или «смерть», кроется мощная целительная сила; именно это состояние мы сегодня называем его современным именем – депрессия.

## Часть первая. Белоснежка (Кровавая Белоснежка)

### Введение: красное – черное – белое

Было то в середине зимы. Падали снежинки, точно пух с неба, и сидела королева у окошка – рама его была из черного дерева – и шила королева. Шила она, загляделась на снег и уколола иглою палец, и упало три капли крови на снег. А красное на белом снегу выглядело так красиво, что подумала она про себя: «Если бы родился у меня ребенок, белый, как этот снег, румяный, как кровь, и черноволосый, как дерево на оконной раме!». И родила королева вскоре дочку, и была она бела, как снег, как кровь румяна, и такая черноволосая, как черное дерево, – и прозвали ее потому Белоснежкой. А когда ребенок родился, королева умерла<sup>6</sup>.

Вот перед нами пять коротких, скрупулезно отточенных предложений, ставших самым выразительным прологом братьев Grimm. Пять предложений – и весь жизненный цикл одного женского архетипа: юность, ожидание ребенка, материнство и смерть. Это трогательное, поэтическое повествование, подобно древней реке, берет свое начало где-то в глубине сказочных веков и со сказочным упорством прокладывает себе путь в наши дни. Повествование, которое неподвластно времени.

*Было то в середине зимы...* В воздухе кружится снег, снежинка за снежинкой, невесомые, как пух с огромного небесного лебедя. Красивое женское лицо в оконном проеме: черное грубо обтесанное дерево, а снаружи – белизна, бесконечная белизна. И женщина, молодая королева, еще не познавшая материнства, то ли видит в полусне, то ли грезит наяву: ее мысли плывут, как снежный пух, кружатся и тонут в бесконечном белом океане.

Она очнулась от укола иглы; три капли крови – три алых пятна на белоснежном покрывале. И вдруг все оживает: пятно крови, словно брошенный в воду камень, разбивающий зеркальную гладь озера, расплывается алым кругом на девственно белом снегу; расплзается по застывшей картине, нарушает ее покой и влечет за собой перемены, беременность, рождение...<sup>7</sup>

А королева загадывает желание, повторяя его про себя, как молитву: она мечтает о младенце, белом, как снег, румяном, как кровь, и черноволосом, как дерево; она создает его в своем воображении – она шьет. Она шьет губы, алые, как кровь, – кровь девственницы; она шьет белоснежную кожу – бледную, как остывающее тело; она шьет черные, как черное дерево, волосы – черные, как жирные слои чернозема. Девочка рождается, и королева умирает.

*И родила королева вскоре дочку, и была она бела, как снег, как кровь румяна, и такая черноволосая, как черное дерево, – и прозвали ее потому Белоснежкой.* Сколько раз мы слышали это предложение, которому явно предназначена роль предупреждающего знака, и не остановились. Ведь согласитесь, это более чем странно: родилась девочка, которая была одинаково бела, красна и черна, но почему-то, на первый взгляд, совершенно произвольно, но на самом деле, как мы сможем убедиться далее, вполне преднамеренно красный и черный были проигнори-

---

<sup>6</sup> Все фрагменты сказки «Белоснежка» взяты из сборника сказок братьев Grimm.

<sup>7</sup> Подобную картину мы наблюдаем в повествовании о Психее, героине греческой мифологии: и там капли крови нарушают ленивое течение дремлющего сюжета. Ночь за ночью Психея и ее возлюбленный отдаются любовной страсти, пока Психея, случайно уколов палец об одну из стрел Амура, не наклоняется поцеловать своего таинственного мужа, и капля раскаленного масла из ее светильника капает на его плечо. Боль от ожога прогоняет сон, и разгневанный Амур убегает, тем самым вынуждая Психею отправиться в длительные и опасные поиски, в течение которых она, естественно, взрослеет, и боги в конце концов меняют гнев на милость.

рованы, только белый цвет оказался соответствующим образу малышки. История, на которой выросли поколения, не озаглавлена как «Краснокровка» или «Черностволка», а известна всем под названием «Белоснежка».

Как же получилось, что малышка избавилась от двух из трех частей своей многоцветной личности и ухватилась за такой бледный, безжизненный цвет, как белый?

Идеальная внутренняя мать периода беременности – та самая очень-очень умная, совершенная внутренняя мать, какой все мы собираемся стать; та, которую все мы хотели бы иметь в качестве своей собственной матери; та, которая на самом деле может существовать только в пределах утопического периода увеличивающегося живота, стежок за стежком создавала в своих мечтах этакую бело-красно-черную девочку; она мечтала о трехцветной дочке.

И ее желание исполнилось.

В момент рождения еще без имени, то есть до того, как было предопределено ее общественное лицо, Белоснежка является законченным, целостным человеческим созданием, состоящим из полного спектра жизни и смерти: она черная, белая и красная. Но только тогда, как это обычно происходит в утопиях, умирает внутренняя идеальная мать из периода беременности, вернее, уступает место действительности – действительности более сложной, когда новые голоса и силы заявляют о своих правах на только что появившееся существо. Ну а дочка, которая сразу улавливает, что здесь установлены другие правила игры, чем там, в «чреве», где ее принимали всю, без оговорок и ограничений – со всем ее красным, белым и черным, – делает свой выбор.

Белоснежка, «хорошая и послушная девочка», выбирает белый.

Еще одной девочкой, которая предпочла белый, прикоснулась к красному и стала жертвой кровожадного черного, была выдающаяся писательница и поэтесса Сильвия Плат (1932–1963). Она сознательно ушла из жизни в возрасте 31 года, но успела подарить миру стихи, которые на сегодняшний день признаны вершиной женской лирики XX века, и ее единственный роман – автобиографию «Под стеклянным колпаком» («The Bell Jar»), повествующий о событиях 1953 года, когда она находилась в состоянии глубокой депрессии. Плат дала современные имена действующим лицам, населяющим мир депрессии, знакомый ей до мельчайших подробностей. Ее произведения стали моим путеводителем в сказочном лабиринте чувств и эмоций, по которому она сама передвигалась с уверенностью современной Белоснежки или Инанны; за время наших скитаний мы не раз обратимся к ее творчеству.

«Стародавняя потребность быть лучшей во всем ради матери, чтобы в награду удостоиться ее любви» – записала Сильвия в дневнике<sup>8</sup>, облекая в слова от нашего общего имени форму поведения, которой мы, как это ни банально, подчиняем наши помыслы и поступки. Эта фраза как нельзя лучше объясняет, почему Белоснежка останавливает свой выбор именно на белом. Работы Винникотта, Алис Миллер<sup>9</sup>, Маргарет Малер<sup>10</sup> и многих других указывают на очень распространенный психологический процесс, в результате которого ребенок – зачатую младенца – изобретает и присваивает себе *псевдоличность*, «мнимое Я», вся роль которой заключается в облажении родителей в обмен на их любовь.

---

<sup>8</sup> Plath Sylvia. The Unabridged Journals of Sylvia Plath / Ed. by Karen V. Kukil. N. Y.: Anchor books, 2000. Далее: Plath S. The Journals.

<sup>9</sup> Алис Миллер (1923–2010) – психолог, исследователь и писательница. Ее книга «Драма одаренного ребенка и поиск собственного Я» переведена на русский язык (М.: Академический проект, 2001). В конце 1970-х годов, разочаровавшись в психоанализе, Миллер разработала собственную систему, основанную на опыте швейцарского психотерапевта Конрада Штетбахера. Миллер утверждает, что фрейдянская школа относится к фактам как к фантазии и тем самым препятствует поискам правды, утерянной в детские годы. По ее утверждению, такого рода терапия может оказаться не только безрезультатной, но и опасной.

<sup>10</sup> Маргарет Малер (1897–1985) – врач-педиатр, исследователь и психиатр, занимавшаяся аспектами становления собственного «Я» у ребенка – процессом разделения и приобретения собственной, отдельной и отличной от матери, индивидуальности. Она утверждала, что этот процесс не ограничивается периодом детства, а продолжается в течение всей жизни индивидуума.

Алис Миллер описывает, как «истинное Я», загнанное в бессознательное, просыпается к жизни в результате психотерапии (или в состоянии психоза) в виде «опасного чужестранца», перед которым мы чувствуем себя абсолютно беспомощными. Неважно, какое имя мы ему присвоим: Тень, Волк или Колдунья, речь идет о подлинной частице нашей души, которая задыхается в вязкой трясине нашего внутреннего болота и с которой мы все не раз сталкиваемся в ночных кошмарах, просыпаясь от собственного крика или плача, из-за того, что нас опять атаковало наше же «запретное» Я.

«А что произойдет, если я перестану убегать? – спрашиваем мы себя, устав от погони. – Остановлюсь с разбегу, обернусь: раз, два, три – все фигуры на месте замри! И что, превращусь в соляной столб? На меня нападет злодей? Провалюсь? Упаду в обморок?»

Подобно малышкам, испуганно вглядывающимся в ночную темноту комнаты, когда небрежно брошенная на стул одежда принимает очертания чудовища, мы замираем перед отвратительно-заманчивой загадочной неизвестностью: кто прячется там, за елью? Принц, гном или колдунья?

Ой! Это опять всего лишь я сама.  
Я поймала себя,  
И я замерла

И вот, именно в этот момент неясности, или раздвоенности, врывается в сюжет «злая колдунья» – в черном бархате и ярко-красных остроносых туфлях – это не кто иной, как «теневая сторона», с отвращением загнанная в глубину души и неожиданно потревоженная ослепляющим неоновым светом самой же Белоснежки. Злобная мачеха, злая колдунья рождается в то самое мгновение, когда Белоснежкой овладевает белизна; она возникает из черного и красного, изгнанных из мира Белоснежки; из того самого черно-красного, насильно упрятанного вглубь, который бурлит, пенится, сотрясает и, приняв незнакомую ранее и вселяющую ужас форму, наконец вырывается наружу.

«Я ревную, завидую, помогаюсь, требую – потерянно мечусь; и вместе со мной мечутся отраженные в витринах магазинов и в стеклах автомобилей развевающаяся черная накидка, красные каблуки, алые перчатки – чужая, чужая, чужая как никогда...»<sup>11</sup>, – пишет Сильвия Плат, и перед нами возникает женщина, не готовая признать неожиданно проявившиеся в ней и вызывающие отвращение красное и черное. Они, словно негативный снимок ее отбеленного самовосприятия, ей абсолютно чуждый и незнакомый, в котором отображены такие антиобщественные чувства и качества, как ревность, зависть, жадность, алчность, из которых в нашем рассказе выстроен образ злой колдунии. И точно так же, как Плат, не признает своего черно-красного отражения и Белоснежка. Она делит себя надвое: создает для себя внешний отрицательный образ («злой мачехи») и чувствует, что он ее преследует: это не *я*, это *она* в зеркале – черно-красная, чужая; *она* – та, что завидует; *она* – жадная, алчная, растерянная; *она* – та, что в устрашающем красном и развевающимся черном. Ну а *я*? *Я* – Белоснежка. Белоснежная.

Вот что пишет Сильвия Бринтон Перера, юнгианский аналитик, в своей книге «В подземном царстве темной богини. Символический путь женской инициации»<sup>12</sup>, посвященной погружению шумерской богини Инанны в подземный мир: «Разветвление надвое часто появляется во снах женщин – дочерей патриархальности в виде разделения женского тела на два этажа: до талии и – ниже. Верхний отдел (белый) символизирует в основном полезную, кормящую, собственную – персональную, возвышенную, достойную, „дозволенную“ и „хорошую“ сторону женщины, а нижний (красный) – „отвратительные“, „зловонные“, „отрицательные“, „агрессивные и безличностные силы“».

---

<sup>11</sup> Plath S. The Journals. От 5.02.1958.

<sup>12</sup> Бринтон Перера Сильвия. В подземном царстве темной богини. Символический путь женской инициации. Интернет-издательство Эксклюзив-книга, 2010. Далес: Бринтон П. С.

Такое патриархальное, моралистическое, силовое общество и родители, которые служат посредниками между ребенком и этим обществом, воспринимаются ребенком как единая и единственная действительность, как бесспорная истина. Это огромное общественно-родительское существо, подобно дрессированным волам, всегда идущее только по проложенной борозде и обладающее невероятной животной силой, навалившись на ребенка своей гигантской тушей, душит его уникальное первичное «я», заполняет все пространство вокруг, не давая рассмотреть окружающий мир во всем его разнообразии, и удобряет почву своими экскрементами. Из этой почвы пробивается, а затем вырастает маленький «я-ведомый-обществом», тратящий все свои силы на то, чтобы соответствовать образу, который родители, словно прозрачная капельница, покапельно вливают в его организм.

Я не плакса, я – герой,  
И никогда не плачу.  
Но, мама, что это со мной:  
Вдруг слезы сами плачут?

*(Штекелис М. Я. Детская песенка<sup>13</sup>)*

Ребенок, которому не разрешено проявлять его амбивалентные естественные чувства, вынужден отделить «плохое» от «хорошего», составляющие его личность. Он создает для себя Тень, в которую заключены все отрицательные и запретные чувства, и Персону<sup>14</sup> – маску, служащую своего рода внешним представителем (послом) в его отношениях с миром в лице его родителей и общества. В нашем уравнении Белоснежка является персоной, а злая колдунья – то самое теневое «другое я» Белоснежки, взявшее на себя всю агрессию, которую она чувствует и которая позже изнутри даже угрожает ее жизни.

Необходимо отметить: большинство матерей детей с «отсеченной тенью» не сознают, под каким психологическим прессом пребывают их дети. Зачастую, наоборот, они не устают повторять: «Я всегда готова принять любое твое решение» или «Главное, чтобы ты была довольна/счастлива». Но, копнув поглубже, мы обнаружим, что ребенок, получающий материнскую любовь скудными дозами и поэтому страдающий «хроническим недоеданием», постоянно занят всевозможными ухищрениями, направленными на усиление этой любви.

Умный, чуткий, внимательный ребенок довольно скоро замечает, что некоторые его поступки, определенные чувства и определенные реакции, вызывая одобрение родителей, «выдавливают» из них дополнительную порцию любви. Само собой разумеется, что он спешит усвоить это «правильное» поведение, и оно становится неотделимой, интегральной частью его строящейся личности – личности, которая строится в процессе очень осторожного диалога с потребностями родителей, но абсолютно изолированно от его собственных нужд, за исключением одной – быть любимым.

«Почему я совершенно не чувствую, что она меня любит? – пишет Сильвия Плат в своем дневнике. – Какой именно „любви“ я жду? Как выглядит то, что я не получаю и что заставляет меня плакать?.. Я желаю ее смерти, чтобы я смогла наконец-то понять, кто я на самом деле»<sup>15</sup>.

Дональд Винникотт предлагает свой сценарий, по которому люди с особенно развитой чувствительностью неосознанно вынуждены присвоить себе искусственный, фальшивый облик, так как иначе они не в состоянии противостоять окружающему их миру. По его словам, этот ложный облик есть не что иное, как защитный механизм, охраняющий перенесшее травму, раненое и ранимое истинное «я», которое необходимо спрятать и тем самым предотвратить

---

<sup>13</sup> Мириам Ялан Штекелис. Дани – гибор (на иврите).

<sup>14</sup> Персона – маска актера (лат.).

<sup>15</sup> Plath S. The Journals. От 27.12.1958.

новую травму. Зачастую речь идет о защитной маскировке, имеющей парадоксальный (противоположный) характер: белый или освещенный вместо темного; жизнеутверждающий вместо смертного и т. д.<sup>16</sup> Именно таким образом, как мы скоро убедимся, скрывает снежная белизна нашей героини ее внутреннюю мглу, а под неутомимой жизнедеятельностью Белоснежки в доме у гномов прячется на самом деле тяга к смерти.

Какими бы ни были причины глубокого душевного конфликта: вызван ли он, как утверждает Алис Миллер, стремлением соответствовать требованиям родителей; отражает ли он, по словам Сильвии Бринтон Перера, несоответствие между патриархальным укладом общества и душой женщины, или является следствием других разрушающих факторов, о которых говорит Винникотт, – в любом случае, мы имеем дело с внутренним расколом между «истинным» и «фальсифицированным» Я. Это конфликт, на протяжении которого все новые и новые нежелательные элементы истинного «я» подвергаются заключению в тайных подвалах души: там они должны будут умереть или хотя бы уснуть вечным сном. Где же они все покоятся: страсть, тень, колдунья, злая, зловонный, самоубийца, кровожадный, позорящая, уродливый, отрицательное, половое, ночное? В каких глубинах человеческой души прячется все то, что пенится, как кровь, и бурлит, как стая летучих мышей, вооруженных сверхчувствительными ночными сенсорами? Где красное и черное?

Эти красные и черные части души не умерли и даже не уснули. Надолго затаившись в дремучем лесу теней подсознательного, они разрастаются, набухают, принимают форму чудовища – злодея и людоеда, угрожающего уничтожить «белоснежку».

«Приспособление к родительским потребностям зачастую (хоть и не всегда) приводит к превращению ребенка в „псевдоличность“, развитию *мнимого Я*», – пишет Алис Миллер. Основываясь на накопленном годами опыте исследователя и психотерапевта, она описывает пациентов, которые жалуются на чувство душевной пустоты, никчемности, на отсутствие смысла в жизни. Более того, это не просто чувство; по словам Алис Миллер, пустота эта реальна: «Действительно, наблюдается полное душевное опустошение, обеднение и частичная утрата возможностей». Еще одно интересное явление, которое наблюдает автор: большинство этих людей видели в детстве неоднократно повторяющиеся сны, в которых они зримо переживали собственную смерть<sup>17</sup>.

И это ощущение собственной гибели, принявшее в сказках форму «обратимой смерти», оказалось, как ни странно, единственным средством, способным высвободить, вытащить бес сильного ребенка – нас – из полуживой – полумертвой жизни, которой мы живем.

Сохранившаяся только на одну треть Белоснежка – та самая теряющая силы бледная *Персона* – борется из последних сил, чтобы устоять на крохотном кусочке земли, осыпающемся прямо из-под ног в бездонные глубины преисподней, но, обессилив, сдается: все, что ей остается, – это сложить оружие или исчезнуть.

В конце внутреннего диалога между белым, с одной стороны, красным и черным – с другой, между Персоной и Тенью, прорежется новая женщина. Способность воспринимать себя как красное – белое – черное сможет проявиться в ней только после изнуряющего спуска в адские катакомбы подсознательного. Но для этого ей необходимо умереть, и сюжет в принципе об этом.

---

<sup>16</sup> Winnicott D. W. Essays.

<sup>17</sup> Миллер Алис. Драма одаренного ребенка и поиск собственного Я. М.: Академический Проект, 2001.

## Все начинается с дома

### Зеркальце на стене

Год спустя взял король себе другую жену. То была красивая женщина, но гордая и надменная, и она терпеть не могла, когда кто-нибудь превосходил ее красотой. Было у нее волшебное зеркальце, и когда становилась она перед ним и гляделась в него, то спрашивала:

– Зеркальце, зеркальце на стене,  
Кто всех красивей во всей стране?

И зеркало отвечало:

– Вы всех, королева, красивей в стране.

И она была довольна, так как знала, что зеркало говорит правду. Белоснежка за это время подросла и становилась все красивей, и, когда ей исполнилось семь лет, была она такая прекрасная, как ясный день, и красивее самой королевы. Когда королева спросила у своего зеркальца:

– Зеркальце, зеркальце на стене,  
Кто всех красивей во всей стране?

Оно ответило так:

– Вы, госпожа королева, красивы собой,  
Все же Белоснежка в тысячу крат выше красотой!

Испугалась тогда королева, пожелтела, позеленела от зависти. С того часа увидит она Белоснежку – и сердце у нее разрывается, так стала она ненавидеть девочку. И зависть, и высокомерие росли, точно сорные травы, в ее сердце все выше и выше, и не было у нее отныне покоя ни днем, ни ночью.

И вот после пролога, посвященного утопической матери, которая в конце этого же пролога и умирает, повествование переходит к подробному описанию мрачного образа новой матери, в то время как Белоснежка – не только сирота, оставшаяся без матери в младенческом возрасте, но и главная героиня рассказа – остается напрочь забытой рассказчиком.

Но не один лишь рассказчик бросает Белоснежку – она сама «отказывается от себя», чтобы своим белоснежным существованием не обмануть ожиданий отца, который тоже отсутствует. Ее витальная, подлинная, аутентичная часть прозябает во мраке, и именно туда перемещается и повествование: во владения злой королевы, к «тени» с ее собственными требованиями и надеждами относительно действительности.

Проходят семь лет, прежде чем гордая и надменная красавица-мачеха принимает облик злой колдуньи. Это те самые семь лет мифического детства, которые, по словам Рудольфа Штайнера, проходят в состоянии ментального сна. Их отзвуки можно найти и в «Новых волшебных сказках»<sup>18</sup>, героиня которых (Блондина) засыпает на долгие семь лет: срок достаточ-

---

<sup>18</sup> «Новые волшебные сказки» – название сборника переведенных на русский язык сказок графини де Сегюр, написанных в середине XIX века (*прим. пер.*). // Заблудившаяся в волшебном лесу Блондина не может вернуться к своему доброму отцу

ный, чтобы все те необработанные, нежелательные чувства, не получившие легитимации в младенчестве, успели, перебродив, взойти до вызывающих ужас гигантских размеров «кровавой злодейки».

И действительно после семи лет, на протяжении которых в душевном королевстве Белоснежки царили тишина и покой, неожиданно проснувшиеся черное и красное нарушают установившийся статус-кво и громко заявляют о себе.

Алис Миллер пишет, что иногда в душе взрослого, завоевавшего «любовь» и восхищение окружающих его достижениями, красотой и одаренностью, «вдруг пробуждается маленький одинокий ребенок, который спрашивает: „А что если бы я предстал перед вами злым, уродливым, раздражительным, завистливым и беспокойным?“»<sup>19</sup>.

Какова судьба тех отвергнутых частиц собственного Я, которые мы с большими затратами труда вычеркиваем, как добросовестные дети, старательно, высунув от усердия кончик языка, короткими упрямыми штрихами? Целые картины нас самих в наши самые неудобные – неловкие – чудные мгновения исчезают за пеленой тумана, оставляя после себя еще одно опустевшее место. Не беспокойное, не уродливое, не зловонное, не ранимое, не существующее. Очень грустно наблюдать, как раз за разом легко и быстро мы готовы похоронить целые фрагменты нашей личности; как в течение многих лет избегаем даже упоминания о них; с каким постоянством мы разводим наш высококонцентрированный настой обыкновенной кипяченой водой, пока не превращаемся в разбавленный водяной раствор, ведомые обществом и направляемые надеждами родителей (тех внутренних родителей, которые позже, во взрослом возрасте, воплощаются в наших друзьях, наставниках, любимых и различных альтер эго, выбираемых нами, как кажется, абсолютно случайно).

На протяжении долгих лет, занимаясь весенней внутренней генеральной уборкой, я с особой тщательностью сдираю и сбрасываю с себя любые внутренние качества или черты, которые на тот момент не соответствовали создаваемому мной личному образу.

Куда, к примеру, исчез тот забытый маленький кусочек меня со старой детской фотографии, где я сижу на траве и, блаженно улыбаясь, ковыряю в носу? Я его разорвала и выбросила. И как я тоскую об этой девочке сегодня; о том, как она могла там сидеть, не подозревая ни о чем, уверенная во всем и верящая всем, – одна частичка из груды таких же преданных забвению, безвозвратно удаленных из моей жизни милых – отвратительных кусочков моего собственного Я. Нередко мы даже не замечаем, как оказываемся далеко-далеко от этих жалких-эксцентричных-ребяческих-крикливых лоскутков самого себя; и только вдруг чувствуем, что в крови у нас – вода, а не огонь и проявления жизни в нас настолько слабы, что иногда необходимо себя ущипнуть, чтобы убедиться, что мы все еще здесь.

И, как у всякого ребенка, поменявшего кровь на клюквенный морс, в жизни Белоснежки наступает день, когда бурлящие внутри кровь и тень выплескиваются наружу и, разъедаемые кислотой зависти и ненависти, предъявляют ей счет. И счет этот кровавый.

Тень вдруг понимает, что ее ненаглядное зеркальце – та самая любящая внутренняя мать, которая всегда говорит, какая она красивая, какая она хорошая девочка и как она ее любит – на самом деле любит не ее, то есть не всю ее, а только ее «белоснежную» часть. Она любит ее только тогда, когда та – Белоснежка.

---

королю, пока не пройдет самый сложный подготовительный курс под присмотром доброй феи, которая ради такого случая принимает облик лесного оленя. Чтобы хоть как-то облегчить столь болезненный процесс взросления, она усыпляет свою воспитанницу на целых семь лет, в течение которых обучает ее всем премудростям, необходимым любой принцессе – дочке короля: проснувшись Блондина великолепно играет на пианино и скрипке, мастерски владеет пером и кистью и, перелистывая книги в библиотеке, вдруг осознает, что все это она уже читала во сне. Девушка бросается к фее со словами благодарности, а затем, преодолев еще ряд затейливых препятствий, достигает победного финиша.

<sup>19</sup> Там же.

Поэтому она «испугалась», «пожелтела, позеленела от зависти», «сердце у нее разрывалось», «и зависть и высокомерие росли, точно сорные травы, в ее сердце все выше и выше, и не было у нее отныне покоя ни днем ни ночью». На первый взгляд, очень мрачная и тяжелая картина, но ведь, и правда, речь идет о вполне естественных и даже вызывающих сочувствие переживаниях девочки, осознавшей, что родители любят вовсе не ее, а какую-то нафантазированную ими персону. И за этим немедленно следуют чувство потери, скорбь, обида, гнев, чувство беспомощности и непреодолимое желание отомстить. Отомстить кому?

Той самой белоснежной части, вытеснившей и растолкавшей по дальним углам все остальные (и далеко не маленькие) части ее существа. Вот тут-то Тень и разбушевалась! Она им всем покажет, на что она способна – какой действительно плохой она может быть. С этого момента и до окончания повествования она должна стать единовластной хозяйкой души, единственной дочерью матери, скрываемой под образом зеркальца; быть в его глазах «всех красивей». И если подытожить продолжение истории, исходя из того, как его видит Тень, то: внутреннее зеркало, мать, продолжает упрямо и последовательно рассказывать, насколько Белоснежка красивее (т. е. желаннее, любимее), чем она; а она, Тень с не меньшим упрямством пытается уничтожить занявшую ее место эту фальшивую и такую положительную девочку-самозванку.

## Проглотить Белоснежку

...Подозвала она одного из своих егерей и сказала:

– Отнеси ребенка в лес, я больше видеть ее не могу. Ты должен ее убить и принести мне в знак доказательства ее легкие и печень.

Егерь повиновался и завел девочку в лес, но когда вытащил он свой охотничий нож и хотел было уже пронзить ни в чем не повинное сердце Белоснежки, стала та плакать и просить:

– Ах, милый егерь, оставь ты меня в живых, я убегу далеко в дремучий лес и никогда не вернусь домой.

И оттого, что была она прекрасна, сжалился над нею егерь и сказал:

– Так и быть, беги, бедная девочка! Смотри, чтоб тебя не разорвали хищные звери! И точно камень свалился у него с сердца, когда не пришлось ему убивать Белоснежку. На ту пору как раз подбежал молодой олень, и заколол его егерь, вынул из него легкие и печень и принес их королеве в знак того, что приказание исполнено. Повару было велено сварить их в соленой воде<sup>20</sup>, и злая женщина их съела, думая, что это легкие и печень Белоснежки.

Еще несколько сот лет тому назад идея каннибализма вовсе не претила человеческой природе. Греческие герои и боги, например, с завидным аппетитом уплетали своих детей. Они поедали своих противников – поедали все, что движется. Тема каннибализма в греческой мифологии звучит в унисон с мотивом рождения заново: подобно Красной Шапочке, выпрыгивающей из распоротого волчьего брюха, проглоченная богом жертва возвращается к жизни, рождается заново.

По одной из версий предания о Тантале, царе Лидии, он, испытывая всеведение богов, убил своего сына Пелопа, приготовил блюдо из его мяса и подал его пирующим богам. Те, однако, сразу поняли замысел Тантала и отказались от угощения. Только Деметра, погруженная в печаль о своей исчезнувшей дочери Персефоне, в рассеянности съела лопатку юноши. Разгневанные боги заключили Тантала в подземное царство, где он испытал нестерпимые муки

---

<sup>20</sup> Соль, добавленная в воду, в которой должна вариться Белоснежка, – это не только пикантная приправа к этой жуткой истории, но и консервант – для длительного хранения тех элементов, которые особенно привлекали королеву.

голода и жажды, ну а сына его, Пелопа, вернули к жизни. Недостающую лопатку возместили протезом из слоновой кости.

Еще один герой древнегреческих мифов Кронос<sup>21</sup>, возможно, страдал паранойей, а возможно, справедливо видел в своих детях угрозу власти и поэтому проглотил всех по мере их рождения: Гестию, Деметру, Геру, Аиду и Посейдона, а затем, опоенный своим младшим сыном Зевсом, изрыгнул их из своего чрева. Младенец Дионис – почти забытый в современности бог, которого «опустили» до уровня покровителя виноделия, – был съеден титанами. Они коварно заинтересовали божественного ребенка игрушками, предлагая ему то яблоки, то шишку, погремушку, кубики и, наконец, зеркальце. Титаны напали на младенца, когда он разглядывал свое отражение, разорвали его тело на части и съели. Афине удалось спасти только сердце, еще трепетавшее, и она принесла его Зевсу, который вернул Диониса к жизни и наделил его бессмертием.

Роберт Грейвс, автор «Белой Богини», значительную часть своей книги посвятил описанию обрядов кастрации, расчленения, поедания покидающих свой трон царствующих героев и приношения их в жертву богиням зачастую в форме грандиозных по накалу страстей и жестокости церемоний. Подобные ритуалы существовали практически во всех частях древнего мира; свидетельства о них найдены Грейвсом в Британии, на территории древней Галлии и стран Средиземноморья. Со временем такого рода ритуальное действие переросло в театрализованный акт: царствующий герой изображал мертвого, ел пищу мертвецов, а на завтра заново женился на своей «вдове». В обоих случаях, и в реальном, и в инсценированном, главным смыслом обряда являлось бессмертие как следствие поедания. Этот же принцип лег в основу важнейшего религиозного обряда христианства – Причащения к Телу (освященный хлеб) и Крови (освященное вино) Христа, который стал жертвой, был умерщвлен, воскрес и обрел бессмертие.

Племена каннибалов верили, что они приобретают свойства съеденного ими человека. Согласно этой древней логике, если бы коварная королева добилась своего и получила печень и легкие девочки или если бы оправдалось предупреждение отца-охотника<sup>22</sup> и хищные звери разорвали бы бедного ребенка, в нашей истории произошло бы рождение заново и, более того, – воссоединение. Ведь королева жаждала не только увидеть в себе Белоснежку, получить ее «красоту», то есть ее способность внушать к себе всеобщую любовь, ее желания гораздо серьезнее: она стремится слиться с ней, чтобы навсегда прекратить расслоение, насаждаемое критичными родителями, которые строго соблюдают деление на «плохую» и «хорошую», «всеми любимую» и «отверженную».

## Тревожный лес

И осталась бедная девочка в большом лесу одна-одинешенька, и стало ей так страшно, что все листочки на деревьях оглядела она, не зная, как быть ей дальше, как горю помочь. Пустилась она бежать, и бежала по острым камням, через колючие заросли, и прыгали около нее дикие звери, но ее не трогали.

---

<sup>21</sup> Мария – Луиза фон Франц считает, что образ Кроноса связан с темой депрессии. Отсюда следует, что акт поедания «внутреннего другого» (бог поедает своих детей, Тень пожирает Персону) напрямую связан с депрессивным состоянием, сопутствующим расслоению, и, как следствие, с потребностью вновь объединить все душевные компоненты.

<sup>22</sup> Бруно Беттельгейм, автор «Психоанализа волшебной сказки», проецирует образ отца на образ охотника, так как никто другой не сможет защитить девочку в тот момент, когда он будет притворяться, будто бы выполняет приказ мачехи-королевы. По его словам, любой ребенок, читая сказки, архетипически склонен видеть в образе охотника своего отца. Правда, в «Белоснежке» – в отличие от по-отечески надежного и заботливого охотника, спасшего Красную шапочку, – образ внутреннего отца слаб и ненадежен: охотник/отец не уничтожает Белоснежку, но и не предпринимает ничего для ее защиты. Только пережив глубокую депрессию, Белоснежка найдет в себе силы воспроизвести на свет своего принца.

Тревога, в моем понимании, – это разрушительный, кровожадный механизм, действующий рука об руку с депрессией. Тысячи раз мы умираем от тревоги, под ее влиянием мы становимся ходячими покойниками. Но, как у любого механизма, у нее есть предназначение; и пока мы не окажемся у ее истоков и не обнаружим ее истинного лица, скрывающегося под отвратительной маской, мы не сможем ее разоружить и обезвредить.

Итак, на почти обезличенную, растворившуюся за долгие семь лет в своей белизне Белоснежку неожиданно нападают намного превосходящие ее в силе коварные тени, которые все это время росли, разбухали и всасывали в себя все питательные и жизненно необходимые соки ее души. Лишенная защиты, брошенная всеми, Белоснежка оказывается одна-одинешенька в огромном и кажущемся бесконечным лесу своего подсознания. Знакомая до этого окружающая действительность становится чужой и угрожающей: утопическая мать принимает облик мачехи, а затем и колдуньи.

Белоснежка, изучающая листья на обступивших ее деревьях в попытке расшифровать незнакомую обстановку, подобна человеку, который в разгаре приступа тревоги перестает понимать, где он и что с ним: при ярком солнечном свете особенно ясно видно, как трескается и разваливается поверхностный глянец жизненных будней, обнажая черную, пустую, отвратительную и пугающую гниль.

«Жуткое, таинственное, кровавое зрелище скрывается под наружным, открытым всеобщему обозрению слоем каждодневных жизненных атрибутов: роды, брак, смерть, родители, школы, кровати и обеденные столы – отовсюду появляются темные, жестокие и смертоносные тени, демонические существа, костлявые ведьмы»<sup>23</sup>, – записывает в своем дневнике измученная приступами тревожности Сильвия Плат.

Эти демонические существа, костлявые ведьмы, чудовищные драконы, крадущие и разлучающие с матерью малокровных принцесс; Эрешкигаль – великая подземная госпожа из шумерской мифологии или отвратительная «горгона Медуза», от одного взгляда которой у нас холодеет внутри, – все они представляют темные стороны нашей души. Одно лишь упоминание о них вызывает у нас отвращение, потому что в них мы узнаем себя; мы видим свой собственный, отвергнутый нами образ – уродливый, одинокий, низменный и безнравственный.

Иногда – я это видела не раз и не два – тревожное состояние служит чехлом, покрывающим табу. К примеру, подавляемый гнев, вызванный – о, ужас – самыми дорогими нам людьми: родителями, любимыми, детьми. И вот это запретное чувство, эта безудержная ярость вместо истинного адреса перенаправляется вовнутрь; мы настолько раздавлены гневом и задушены яростью, что воспринимаем действительность через слой удушливой пелены и тупеем от недостатка воздуха. Многие из нас, несомненно, помнят с детства запретное, подавляемое чувство недовольства нашими родителями, тем, как они признавали только нашу «белоснежность», тем, что были нам недоступны. Нередко дети используют свой организм для того, чтобы выразить то, что им запрещено не только чувствовать, но и выражать словами. В альтернативной – холистической – медицине многие заболевания (в первую очередь, дыхательной системы) считают проявлением все того же тщательно скрываемого запретного гнева.

Мне было пять лет, когда мои родители репатрировались в Израиль. Мы поселились в кибуце, где большую часть дня я оставалась без родителей, так как они, молодые врачи, должны были утвердиться в своей профессии в незнакомой стране с непонятным языком и непривычным образом жизни. А для меня, пятилетней, родители оставались единственной опорой, на которой балансировал мой счастливый мир. Признаться в обиде на них и на их длительное отсутствие означало лишить себя единственного живительного источника. Подавляемый гнев

---

<sup>23</sup> Plath S. The Journals. От 3.01.1959.

перевоплотился в неподвластную тревогу, которая стала моей верной спутницей. Эта тревога выражалась в приступах затрудненного дыхания; они, подобно тени, преследовали меня все мое детство. Я боялась темноты, болезней, террористов, короче, всего, что только могло придти мне на ум; и сколько душевных сил мне пришлось потратить, чтобы преодолеть эти страхи! Я держалась за мою любовь и уважение к родителям, а мой гнев направляла против себя самой.

Известный исследователь южно-американских культур профессор Нахум Меггед рассказывает в своих лекциях о белой женщине, которая преодолела огромные расстояния, чтобы добраться до знаменитого в тех краях шамана по имени Дон Сирило. У нее был вид совершенно потерянного человека – женщина была явно чем-то напугана и очень этого стеснялась. Ее преследовали постоянные кошмары: страшные огромные скелеты протягивали к ней свои длинные костлявые руки и тащили ее в могилу; и так каждый день, ночью и днем, во сне и наяву – беспрерывно. Дон Сирило надолго погрузился в себя и наконец пришел к заключению, что кто-то зарыл тень этой женщины, и теперь эту тень необходимо освободить и спасти<sup>24</sup>.

Святой огонь поведал ему, где тень похоронена, и трое – шаман, антрополог и женщина – немедленно отправились в путь. Через несколько часов они приехали в заброшенную, давно опустевшую деревню, возле которой находилось древнее кладбище. Шаман сразу направился к свежему холмику, видному издали на фоне заросших могил, и начал рыть. Через несколько минут он вытащил из ямы куклу; на ней было написано имя стоявшей возле могилы женщины. С осторожностью хирурга шаман начал удалять булавки, иголки и острые шипы, торчащие из тряпичного тельца куклы. Как только он закончил, раздался голос женщины, в котором смешались ужас и облегчение: «Скелеты и руки ушли в землю».

Позже женщина рассказала, что ее брат завидовал ей в связи с тем, что отец перевел на нее все наследство и, по всей вероятности, обратился к колдуну<sup>25</sup>.

Эту историю можно рассказать и иначе: жила-была женщина, которой отец завещал все свое состояние, и она забрала себе все наследство, не посчитавшись с братом, которому не досталось ни копейки. Жадность, безразличное отношение к брату или, возможно, даже чувство злости из-за самого факта его существования – все эти чувства были естественным образом подавлены: ведь они признаны антисоциальными, постыдными, отвратительными. Женщина пыталась их не замечать, игнорировать, старалась их победить или хотя бы подавить. И действительно, какое-то время казалось, что это ей удастся. Но, как часто бывает, весь этот ворох запретных, позорных, гадких чувств, спрятанный в дальнем углу ее душевного подполья, рос и расползался, пока не достиг размеров чудовища, изрыгающего пламя ненависти – ненависти к брату. Это пламя, за неимением другой цели, было направлено против нее самой. В вырытом женщиной подполье корчились в предсмертных муках исколотое ядовитыми иглами презренное чувство, и это не могло остаться безнаказанным. По словам профессора Меггеда, цитирующего шамана, если с тенью случится что-то серьезное, дни хозяина человеческой тени сочтены. Ее тень, ее невысказанные, раздавленные в кашу гнев и обиды бродили и пенились, наполняя душу ядовитыми парами; они лишили женщину воздуха. Состояние тревоги, приступы панического ужаса стали невыносимы.

---

<sup>24</sup> По словам профессора Меггеда, индейцы Средней Америки верят, что источником большинства психических расстройств, в том числе и «болезни ужаса», соответствующей депрессивному состоянию, служит потеря человеком своего «животного двойника» (нагуаля): той части души, которая существует абсолютно отдельно от нашей персоны. Этот «животный двойник» и есть наша интуитивная, инстинктивная, примитивная часть, которую в западной культуре принято считать низменной, нежелательной и постыдной. Нагуаль в моем понимании – это тот же душевный компонент, который присутствует во всех сказках обратимой смерти в виде «королевы подземного царства» или «злой колдуньи». Его подавление может привести к тревожному состоянию и депрессии. Меггед пишет: «Неподвластный страх, который иногда сопровождается бегством животного двойника, является самым знакомым и распространенным расстройством, а его физические и душевные последствия – потеря сил, слабость, отсутствие аппетита, потеря в весе и зачастую апатия по отношению окружающим – ясно видны каждому» (Ворота надежды, ворота ужаса. Шаарей Тиква, Шаарей Эйма. Модан, 1980 (на иврите)).

<sup>25</sup> Меггед Нахум. Шеарей Тиква ве Шеарей Эйма. Бен-Шемен: Модан, 1998 (на иврите). Далее: Меггед Н. Шеарей.

Шаман заставил ее вскрыть могилу, вынуть оттуда изуродованное тельце ее куклы-тени – и признать свои чувства.

Здесь, как и во многих других случаях, лечение отталкивается от обратного: как только женщина осознала и признала направленный против нее гнев брата, она тем самым признала правомерным свое озлобленное отношение к нему; она дала свободу своим чувствам и сразу же освободилась от кошмаров. Тень может вернуться и занять свое место в душе. Она не должна больше протягивать свои костлявые руки, чтобы напомнить о своем существовании, потому что никто не пытается ее изгнать, зарыть в заброшенной людьми деревне.

Эта женщина настолько боялась своей недозволенной тени, что не только закопала ее на кладбище, но и сделала это в далекой опустевшей деревне, то есть окончательно изгнала ее из сознания. Там, на безлюдном кладбище, «никто» не станет эту тень оплакивать или откапывать, там ей обеспечено полное всеобщее забвение.

Многие из нас становятся жертвами изнуряющих приступов тревожного состояния, не подозревая, что сами же и «породили» это чудовище; что они месяцами согревали своим теплом – высиживали – крокодилье яйцо, не подозревая, что зубастый детеныш уже вылупился и только выжидает удобного момента, чтобы наброситься на свою жертву<sup>26</sup>.

Приступы тревожности «неизвестного происхождения» атакуют нашу жизнь в самом ее апогее, наказывая за то, что в этой жизни не находят своего отражения наши истинные потребности, подчиненные нашим внутренним или внешним (социальным) понятиям о неких нравственных идеалах. Так, к примеру, матери в кибуцах, подчиняясь идеологическим требованиям коммуны, были вынуждены жить практически отдельно от детей, которых кормили, укладывали спать, наказывали и утешали нянечки – верные уполномоченные кибуцного движения; или женщины, посвятившие себя карьере, которые, следуя идеям феминизма, заглушают в себе отзвуки взывающего к их материнскому началу детского плача. Этой теме посвящена книга Арэлы Ламдан «Конец безмолвию: мы не желаем больше молчать»<sup>27</sup>, в которой она публикует беседы с женщинами трех поколений, живущими в кибуцах. Яэль «мать второго поколения»: «Быть матерью в кибуце того времени означало быть послушной матерью... С одной стороны, мне было важно соблюдать правила и законы, с другой – меня преследовало тяжелое чувство, что что-то я делаю не так... Каждый вечер я брала детей, без которых жить не могла, и отправлялась с ними на другой конец кибуца в детский корпус, где находилось их детское общежитие... Я слишком хорошо знаю, что если ты не будешь подчиняться законам, тебя не будут любить; а если тебя не будут любить – это конец...»

Другая крайность – женщины, которых полностью поглотило интенсивное, тотальное материнство, не оставляющее места как для самых элементарных потребностей (прервать кормление, чтобы сходить в туалет, или сделать себе бутерброд, даже если дочка именно сейчас хочет играть), так и для надобностей личного плана (быть наедине с собой, загадывать на будущее, что-то делать в свое удовольствие). Какой приятной и притягивающей, но в то же время опасно иллюзорной, может оказаться детская неспособность отличить свое младенческое незрелое «я» от всего, что связано с понятием «мама», особенно если «мама» – сама младенец, слишком рано лишенный целительного материнского тепла.

Вот и я, как многие женщины, чьи бесконечно преданные работе родители воспитывали своих детей на фрейдистских принципах «сепарации» между матерью и ребенком (это должно

---

<sup>26</sup> В отдаленных индонезийских селениях можно и сегодня встретить женщин, которые, перечисляя рожденных ею детей, с гордостью назовут крокодила. В раннем возрасте животное живет наравне с другими членами семьи, ест вместе со всеми и спит на мягком матрасе в том же помещении. Оно помогает семье в заработке: в праздники вся деревня, поклоняясь святому животному, приносит дорогие подарки. Когда детеныш достигает угрожающих размеров, становится грозой кур и не прочь полакомиться своими «братьями» и «родителями», ему устраивают праздничное новоселье в просторном вольере, и семья продолжает о нем заботиться зачастую до его глубокой старости. Нередко такой святой крокодил нападает на «самых близких ему людей», и его жертвой становится «родившая» его женщина.

<sup>27</sup> Ламдан Арэла. Мештика ле Заака ве Дибур. Тель-Авив: Йад Табенкин, 2004 (на иврите).

было помочь ребенку вырасти и сложиться как индивидууму), и были слишком рано лишены дивного диалога, который происходит между нежным алым ротиком и мягкой теплой грудью, между любящими убаюкивающими руками и прижимающимся беспомощным тельцем; как те, кто махал ручкой вслед энергично шагающей маме и оставались дома с няней (которая тоже оставила дома детей и отправилась на работу) – я, подобно многим женщинам, искала утешения в материнстве. Моя преданность ребенку незаметно перешла в абсолютную зависимость, равную той, в которой находится младенец по отношению к своей матери: из моей жизни было вычеркнуто все, что не определялось потребностями ребенка; я полностью отреклась от той части моего «Я», которое не было связано с функцией «мама».

Раз за разом отказываясь от наших самых элементарных, казалось бы, давно привычных и вполне доступных желаний и стремлений, мы незаметно погружаемся в пустоту безразличия. Мы еще не понимаем, что происходит, но уже испытываем усталость, равнодушие к происходящему вокруг нас, граничащие с полной апатией. Вещи, которые всегда будоражили наше воображение, вызывали в нас спортивный азарт и требовали немедленного действия – обустройство дома, новый проект на работе, – оставляют нас абсолютно безучастными, погруженными в полудрему, как будто наши жизненные резервы на исходе и не в состоянии мобилизовать чувства, необходимые для реализации каких бы то ни было планов на будущее. Чаще всего мы начинаем понимать происходящее слишком поздно: беспощадная лавина уже несет нас к бездне, и только крошечный осколочек, оставшийся от нас прежних, преодолевая смертельный ужас, трубит тревогу. Жутко!

А ведь, если подумать, еще задолго до тревоги, задолго до депрессии наши внутренние сейсмометры посылают нам настойчивые сигналы о надвигающейся катастрофе. Все, что мы должны сделать прежде, чем наши тени начнут протягивать к нам свои костлявые руки из ямы, которую мы для них вырыли, – это подать им руку, помочь выбраться на поверхность, осторожно отряхнуть их от пыли и грязи и желательно обнять. Обнять тень, потому что без нее наша жизнь – не жизнь.

Пробуждение к жизни настоящего «я», которое существует бок о бок с «тенью»<sup>28</sup>, нередко сопровождается неприятным покалыванием, подобным тому, что появляется в занемевших, а затем наполнившихся кровью органах. Теперь, когда раздавшееся вширь «я» потягивается во вдруг ставшей узкой кровати, когда руки и ноги заполняют собой все домашнее пространство и крадут время, внимание и силы, – в доме необходима перестановка, чтобы освободить место для появившегося там нового человека. И человек этот – я.

---

<sup>28</sup> Герои сказки Ганса Христиана Андерсена «Тень» по воле автора меняются ролями. Тень покидает своего хозяина, живет отдельной, независимой от него жизнью и только изредка навещает своего прежнего владельца. Чем сильнее и увереннее становится тень, тем слабее становится человек. Его состояние ухудшается настолько, что он готов стать тенью своей тени и даже обещать, что никто никогда не узнает правды; и все же – он умирает. По другой версии, тень предаст своего хозяина, и он, чудом избежав смертной казни, покидает город, селится в тихой деревне, чтобы там вдали от всех вырастить себе новую тень.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.