

КРИЗИС КАК ШАНС НАЧАТЬ ЖИТЬ ЛУЧШЕ!

Как использовать
болезни и трудности
для создания
счастливой жизни



Р. ДАЛЬКЕ

купить на ОЗОНЕ <http://www.ozon.ru/context/detail/id/2250825/>
[Р. Дальке](#)

Кризис как шанс начать жить лучше
Серия: [Исцеление души и тела](#)
Издательство: [ИГ "Весь"](#), 2006 г.
Твердый переплет, 256 стр.

ISBN 5-9573-0419-0

[Формат](#): 84x108/32

От издателя

Воспринимая понятие "кризис" как нечто негативное, мы упускаем возможность увидеть скрытый потенциал кризисной ситуации. В медицине понятие кризис связано с решающим этапом развития болезни. С этого момента, если все в порядке, начинается выздоровление. Кризис - это поворотный пункт в сторону улучшения. Это шанс, который нам дает судьба, чтобы начать новый жизненный виток на более высоком уровне.

В этой книге:

- Что поможет нам правильно прожить переходный период в жизни?
- Какие кризисы еще ждут нас?
- Как помочь себе и своим близким преодолеть трудный жизненный этап?
- Как распознать скрытое послание болезни, возникшей в результате кризиса?
- Что делать, чтобы кратчайшим путем прийти к здоровью и благополучию?

Рудигер Дальке

Жизненные кризисы как возможность развития Глубинный смысл ваших заболеваний

Оглавление

Введение. Значение и сила перехода

Часть 1

1. Кризис
2. Мандала как жизненный образец
3. Ритуалы как ключ к новому отрезку жизни
4. Год и его важнейшие точки

Часть 2

1. Зачатие и беременность
2. Рождение
3. Послеродовой период и кризисы маленьких детей
4. Детские кризисы
5. Пубертатный период
6. Молодость
7. Женитьба
8. Профессия
9. Духовные кризисы
10. Климакс, или Кризис среднего возраста
11. Старость
12. Смерть

Часть 3

1. День как зеркало жизни
2. О правильно выбранном времени и правильной последовательности
3. Перспективы
4. Обзор

Увядает цветок, молодость склоняется перед старостью.

Так и каждая ступень нашей жизни расцветает пышным цветом,
В свое время расцветают мудрость
И добродетель, но не навсегда.

При каждом призыве сердце должно быть готово
К расставанию и к встрече, чтобы смело и без грусти
Подчиниться новым условиям.

В любом начале скрыто чудо, которое нас защищает и помогает нам жить.

Мы должны бодро преодолевать пространство за пространством,
Не цепляясь ни за одно из них, как за родину,
Дух мира не собирается заключать нас в оковы или стеснять,
Он хочет поднимать нас с одной ступени на другую, все дальше
и дальше.

Едва мы прикипаем к одному кругу жизни,
Как эта привычка погружает нас в сон.
Лишь тот, кто готов к прорыву и путешествию,
Способен не покоряться ленивым привычкам.
Наверное, и в смертный час
Мы сможем, как в молодости, броситься вперед,
Покорять новые пространства.
Зов жизни нескончаем...
Так что ж ты, сердце, простишь и здравствуй.
Германн Гессе. Ступени

ВВЕДЕНИЕ ЗНАЧЕНИЕ И СИЛА ПЕРЕХОДА

Чем лучше человечество решает технические проблемы, тем больше оно теряет способность адекватно воспринимать естественные явления. Особенно тяжело дается людям переход от одной возрастной ступени к другой.

Феномен ускорения развития очевиден. Если переход от охоты к земледелию занял несколько тысяч лет, то для перехода к индустриальному обществу понадобилось чуть больше века. Постиндустриальная культура — культура высоких информационных технологий — возникла настолько быстро, что многие этого просто не заметили.

Говоря о *возрастных этапах*, мы имеем в виду зачатие, рождение, пубертатный период, уход из родительского дома, женитьбу,

кризис среднего возраста и смерть. При зачатии и рождении человек еще не обладает «настоящим сознанием». Переход к пубертатному периоду более или менее понятен: взрослые осознают сложность процесса и стараются не мешать подростку и не предъявлять к нему завышенных требований.

Окончательный уход из родительского дома, то есть конец юношеского периода, зачастую просто выпадает, так как многие из прагматичности или по другим причинам стараются продлить пребывание в отчем доме до бесконечности.

Кризис среднего возраста у женщин превращается исключительно в гормональную проблему, мужская часть населения старается этот вопрос игнорировать.

Последний большой кризис — смерть — сопряжен с самыми трагичными и неприятными обстоятельствами.

Игнорирование кризисов — порочная практика: если нет четкой линии их последовательного преодоления, то возникают поводы для проблем. Вместо того чтобы на короткое время сконцентрироваться на переходном этапе, мы превращаем жизнь в один сплошной кризис.

Кризисы утрат — будь то расставание с партнером или смерть любимой собачки — свидетельствуют о том, что мы не умеем отпускать. Синдром «опустевшего гнезда» означает, что радоваться вновь появившейся свободе человек не способен. А ведь когда молодежь «обретает крылья», старшее поколение тоже получает возможность лететь куда угодно. Многие «старрики» просто разучились летать, им уже не хочется. Они сидят в опустевшем «гнезде» и пытаются заманить молодежь обратно. А если это не удастся, впадают в депрессию и требуют, чтобы за ними ухаживали.

Переезд на новое место жительства и переход на новую работу тоже зачастую воспринимаются как кризис. Здесь речь опять идет о неумении отпустить старое, привычное и о неспособности принять новое, неизведанное.

Кризис пенсионного возраста свидетельствует о том, что большинство людей не умеет с пользой проводить свободное время. Предыдущие поколения готовы были праздновать это событие, нынешнее же страдает и грустит.

В моменты жизненных кризисов возникает огромное количество проблем на самых разных уровнях личной и общественной жизни. Хотелось бы поговорить об этих проблемах с точки зрения эзотерической философии и попробовать соответствующим образом трактовать некоторые болезни. Архаичные примеры из глубокой древности не являются призывом вернуться к старым формам. Наоборот, в эзотерической философии речь всегда идет о развитии, правда, не в том смысле, который придают этому слову современные сторонники прогресса.

Во времена Пифагора греческое слово *esoterós* обозначало внутренний круг его школы, *exoterós* — внешний круг учеников. Традиционно знания внутреннего круга были доступны лишь небольшой группе посвященных, которые тщательно их оберегали, но не для того, чтобы иметь преимущества перед другими. Для светских людей эти

знания не были связаны ни с какими преимуществами, скорее, в них таилась опасность. До сих пор мало что изменилось. Сокровенные знания обладают тенденцией защищать себя сами. Так, например, тайные египетские знаки Таро стали доступными каждому из нас на самых обыкновенных игральных картах, но остались непонятными большинству. Книги по астрофизике тоже остаются «тайным знанием» — просто в силу их сложности.

В последние годы благодаря настоящей волне увлечения эзотерикой сокровенные знания были чрезмерно упрощены. Их рекламировали так, что становилось и смешно, и грустно. Нам обещали «духовный скачок на работе и в личной жизни», а также «материальное богатство, вечную молодость и непобедимость». Но ведь эзотерика не виновата в том, что нашлись люди, готовые ею злоупотреблять, так же как медицина и религия не несут ответственности за то, что творится от их имени. Поэтому мы будем использовать в первоначальном значении понятия, введенные в книге «Болезнь как язык души»: это надежная основа для восприятия эзотерической картины мира и попытки ее трактования.

Болезненные состояния у многих людей часто превращаются в жизненные кризисы или сопровождают их, между ними существует тесная взаимосвязь. Неадекватно воспринимаемые жизненные кризисы являются причиной многих симптомов болезни. Иногда это понятно даже из названия: юношеские угри, возрастная депрессия, страх смерти. Некоторые расстройства можно осознать только на базе жизненных образцов, например болезнь Альцгеймера, болезнь Паркинсона и другие заболевания, связанные с возрастом.

ЧАСТЬ 1

1. КРИЗИС

Греческое слово crisis имеет много значений: решение, разделение, раздвоение, суждение, выбор и испытание. Соответствующий китайский иероглиф обозначает также «опасность» и «шанс». Ограничившись негативным аспектом понятия, мы рискуем односторонне воспринять происходящее. В медицине понятие «кризис» связано с решающим этапом развития болезни. С этого момента недуг отступает и начинается выздоровление. Древнегреческое толкование слова «кризис» («решение») приводит нас к пониманию сущности этого явления. Подключив китайский вариант «шанс», можно проследить и перспективы. Карл Ясперс дает следующее определение: «Кризисом называется момент, когда целое подлежит трансформации, из которой человек выходит преображенным, готовым к новым решениям, или больше не способным подняться». Для нас важно то, что Ясперс говорит дальше: «История жизни не продвигается вперед равномерным шагом. Время подлежит качественному делению, развитие приближается к пику, на котором необходимо принять решение. Противясь развитию, человек может совершить бесполезную попытку не принимать никакого решения. В таком случае решение примет за него сама жизнь. У кризиса есть свое время, его нельзя уничтожить, его нельзя избежать. Как и все в жизни,

он должен созреть. Кризису не обязательно врываться в жизнь катастрофой, он может войти тихо и незаметно, но, тем не менее, его приход окажется решающим».

Любой кризис можно осознанно принимать или, напротив, игнорировать или отбиваться от него. Самое главное, окажется он для вас опасностью или шансом. Древние китайские знания, основанные на принципе полярности *инь* и *ян*, видят в этих взаимоисключающих возможностях единство.

Такое решение определяет и любую картину болезни. Воспринимая болезнь как послание, человек превращает ее в шанс. Сражаясь с болезнью, он приобретает опасного врага. Даже само появление болезни проходит путь принятия решения. Если проблема не воспринимается осознанно, энергия уходит в область бессознательного, а затем материализуется в виде болезни. Даже если мы не зафиксировали в сознании принятое решение, оно все равно было.

Исключая ту или иную тему из сознания, мы автоматически создаем пропасть между телом и душой. Если пропасть слишком широка, тело и душа отдаляются друг от друга. Человек или заболевает, или переживает какой-то другой кризис, в ходе которого ему так или иначе приходится принимать решение. И то, и другое есть попытки воссоединить душу и тело с помощью овеществленных или переведенных на общественный уровень событий.

Чтобы ввести кризисы во временные рамки, необходимо поговорить об основном образце жизни, который называется мандала.

2. МАНДАЛА КАК ЖИЗНЕННЫЙ ОБРАЗЕЦ

Мандала — это круговая структура, которая в любой своей точке соотносится с центром. Математики назвали бы ее ротационно-симметричной. В соответствии с представлениями восточной культуры мандала возникла из центра и содержит целое в собственной середине.

Рис. 1. Южная «роза» собора в Чартресе

Среди символов и картин мандала занимает особое положение, поскольку интегрирует все остальные символы и, собственно говоря, все сущее. Мандалы можно найти и в самых малых и в самых больших структурах. Любой атом, рассмотрим ли мы самую старую его модель, предложенную Нильсом Бором, или новейшую, принятую в квантовой физике, за счет вращательного танца электронов вокруг покоящегося центра образует мандалу. Поскольку все в этом мире состоит из атомов, мандалы представляют собой основную структуру любого вида материи. Принцип танца вокруг центра характерен для любого атома, при этом центральная точка недоступна нашему пониманию. Центральная точка не принадлежит этому миру даже в представлении математики, у нее нет и не может быть пространственной протяженности. «Дао Де Цзин» описывает ступицу колеса или господствующую в ней пустоту как основной центр, вокруг которого вращается все. Мифологический танец вокруг пустоты подтверждается нашими знаниями о внутренней

структуре атома. Размеры ядра по сравнению с электронной оболочкой чрезвычайно малы. Будь атом размером с собор Святого Петра в Риме, ядро оказалось бы не больше пылинки. И, тем не менее, все вращается вокруг этого ядра, по сути, вокруг пустоты.

В клетке, основной строительной единице органической жизни, мы снова сталкиваемся с мандалой. Все вращается вокруг находящегося в относительном покое ядра. Именно из него исходит вся информация для жизни самых разнообразных клеточных структур. И даже в неорганическом мире многие кристаллы основаны на структуре мандалы, вокруг центра которой идет процесс кристаллизации.

Если мы перейдем к большим структурам, то снова встретимся с мандалами. Земля и другие планеты вращаются вокруг находящейся в состоянии покоя середины, в которой действует сила тяжести. Вся Солнечная система является мандалой, так же как и любое спиралевидное облако, и универсум в целом.

Спираль, которая тоже является мандалой, выдвигает на передний план свойственный ей элемент движения. Все образуется из центра, связано с ним и стремится обратно к нему. Универсум возник из центра спирали и когда-нибудь вернется обратно, именно этому посвящен индийский миф о Сотворении мира, об этом говорят и некоторые астрофизики. Жизнетворный свет Солнца доходит к нам не по прямой, а по спирали. Субатомарные частицы, которые физики изучают в пузырьковых камерах, движутся по спиралевидной траектории. А там, где находится основа органической жизни, в наследственном материале клеточного ядра, центральной является двойная спираль ДНК.

В больших величинах макрокосмоса и в самых малых микрокосмических частицах мы сталкиваемся с мандалой. Но и в промежуточных областях, там, где протекает наша жизнь, мандала всегда рядом. Она смотрит на нас из головки цветка, из глаз животных и человека. Она вращается в любом круговороте воды, в вихревом потоке и тайфуне. Ее можно найти в ракушке, в домике улитки, в каждой снежинке. Представьте себе, в мире не существует двух одинаковых кристаллов или двух одинаковых снежинок, но при этом все они имеют форму мандалы. Этот факт позволяет сделать выводы о ее уникальных возможностях и роли в сотворении мира. Все возникает из мандалы или находится на пути к ней, потому что даже первоначальный толчок, в соответствии с научным описанием, образует мандалу.

Разве можно удивляться тому, что мы, люди, тоже следуем этому универсальному образцу? Жизнь в нашем полярном мире принимает первую форму в центре мандалы, в оплодотворенном яйце, которое тоже является мандалой. Душа из пространственной независимости попадает в тесное тело, вначале напоминающее тюрьму. Центральная точка мандалы соответствует единству, райским кушам, где нет никаких противоположностей. В материнском чреве ребенок все еще близок к центру, то есть к единству. Связанный пуповиной с матерью, он обеспечен всем необходимым и может наслаждаться праздностью и беззаботностью. Но младенец растет и постепенно, шаг за шагом, отдаляется от рая и на каждой ступени развития все больше увязает в полярности. Вскоре «гнездо» оказывается для него слишком тесным. В

схватках, сопровождающихся сильной болью, мать, хочет того ребенок или нет, выталкивает его наружу.

С первым глотком воздуха ребенок сталкивается с проблемой полярности дыхания. Ему приходится делать то вдох, то выдох. Сердце раздваивается, образуя левую и правую камеры. Теперь ребенок дышит самостоятельно. Если раньше ему не приходилось заботиться о питании, то теперь он вынужден сосать. Конечно, сначала мать кормит его грудью, но и этому скоро приходит конец. Отнимая ребенка от груди, мы еще глубже погружаем его в мир полярности.

Сначала он ползает на животе и ощущает надежность матери-земли, но через какое-то время он встает на ноги, знакомясь с вертикальным равновесием, и еще глубже погружается в ненадежную полярность.

Впервые произнеся слово «нет», ребенок делает следующий шаг на этом пути и начинает исключать некоторые вещи, из которых образуется тень. Полярность противоположностей усиливается.

К пубертатному периоду он уже достаточно отдален от центра мандалы, относительно нейтральное детство подходит к концу. «Ребенок» должен «умереть», дав жизнь мужчине или женщине. Отдаляясь от родителей, он делает следующий шаг к самостоятельности, при этом жизненное напряжение увеличивается.

С женитьбой и созданием собственной семьи приходит ответственность. Полярность ощущается теперь совершенно отчетливо. Все давно идет совсем не так, как хотелось бы, при абсолютно надежных мероприятиях в действие неожиданно вступает тень. Все последующие попытки взять жизнь в свои руки и подчинить себе землю ведут к росту ответственности. Если удастся скопить большие ценности, то с ними приходится что-то делать, их следует охранять, что приводит к еще большему напряжению.

В конце концов на периферии мандалы возникает точка неизбежного поворота. Единственно возможный прогресс в этом месте — это регресс. Пытаясь проигнорировать эту точку или перешагнуть ее, человек сталкивается с непреодолимостью внешней границы. Никому не дано покинуть этот образец иначе, чем через центральную точку. Любые попытки уцепиться за периферию заканчиваются провалом. Не об этом ли свидетельствуют слова Иисуса: «Истинно говорю вам, если вы не обратитесь и не будете как дети, не войдете в Царствие Небесное» (Матф., 18; 3). Все пути ведут назад, домой, к центру мандалы, к прощанию с полярностью и к смерти.

Люди, не верящие в ритмичность жизни и смерти, испытывают огромный страх и делают все возможное, чтобы избежать этой точки, но это невозможно. Поэтому для большинства из нас смерть превращается в нелепый спектакль. Культуры типа тибетской, которые в центр существования ставят мандалу, воспринимают смерть и зачатие как дверь, которая открывается внутрь и вовне.

Мандалу как основной образец всякой жизни великие религии используют для наглядной демонстрации пути. Так поступает и христианство, увековечившее эту мысль в готических витражах. О том же самом речь идет и в притче о блудном сыне. Отец, символ Бога и

единства, живет в собственном доме с двумя сыновьями. Один из них требует выделить ему долю наследства, отделяется от семьи и уходит в мир, покидая центр мандалы и целенаправленно стремясь наружу, прочь. Ему достаются все мыслимые и немыслимые испытания, он проигрывается и растрчивает наследство и в конце концов становится пастухом. Тут он вспоминает об отце и возвращается домой, где отец принимает его с распростертыми объятиями. Для сына устраивается большое торжество, которое возмущает второго, оставшегося дома трудолюбивого сына. В честь него никогда не устраивали праздников. С точки зрения мандалы это вполне объяснимо: почему птенца, оставшегося в родном гнезде, нужно награждать за недостаток смелости? Любому следует уйти прочь и самому узнать, что такое жизнь. В этой притче успокаивает мысль о том, что мы должны только попытаться и имеем право потерпеть крах — главное помнить путь и когда-нибудь вернуться в единство, то есть к Отцу.

Буддистские и индуистские храмы в классическом варианте имеют четыре двери, сориентированные по сторонам света, в центре храма изображается мандала — символ единства. Так выражается мысль, что все пути ведут к одной цели в одном и том же образце. В мандале обретает смысл восточное описание пути «отсюда сюда», с которым связано множество недоразумений, потому что многие воспринимают его как разрешение отказаться от развития в пользу застоя. Путь ведет от центра к центру, или, чтобы быть еще более точным, из невоспринимаемого осознанно центра к центру, найденному абсолютно сознательно.

Мифы и сказки, создателям которых были известны эти образцы, иллюстрируют именно эту мысль. Жизнь Одиссея есть не что иное, как путешествие по мандале. Его поездка к стенам Трои — это путь туда, его победа приходится на середину жизни, а все приключения, описанные в «Одиссее», иллюстрируют дорогу героя домой, к своей лучшей половине, к Пенелопе.

Героя сказания о Святом Граале, Парсифаля, мать очень долго не отпускает от себя и заставляет сидеть дома, в родном гнезде. Она не ждет ничего хорошего от мира, в котором уже потеряла мужа. Она переодевает своего единственного сына девочкой и дает ему воспитание, которое совсем не подходит для самостоятельной жизни. Но едва только Парсифаль впервые увидел рыцаря, как тут же убежал из дома. Он вынужден дорого заплатить за обучение, он совершает одну ошибку за другой: безо всякой причины он убивает Красного рыцаря Иттера и, приехав в Граальсбург, не может задать спасительный, направленный на тень вопрос: «Чего тебе не хватает?», потому что его мать внушила ему, что спрашивать нельзя. И только дойдя до отчаяния, он видит путь в обратном направлении.

Классический сказочный герой всегда покидает отчий дом, к чему его зачастую вынуждает жадная мачеха или жестокие родители. Он должен выполнить ряд заданий в мире, чтобы заслужить аниму, свою женскую половину. Обретя ее, он возвращается в страну отцов.

Мифы, сказки и притчи являются вспомогательным средством для наглядной демонстрации жизненного образца. Невнимание к ним затрудняет человеку поиск пути и создает препоны в его преодолении.

3. РИТУАЛЫ КАК КЛЮЧ К НОВОМУ ОТРЕЗКУ ЖИЗНИ

Просвещенный западный человек не ощущает недостатка в ритуалах, наоборот, он рад, что освободился от подобных «суеверий», и он удивился бы, обнаружив, что в современной жизни ничуть не меньше ритуалов, чем было раньше.

Понаблюдав за выходящим из машины ее владельцем, можно увидеть целую серию ритуалов, посвященных закрыванию автомобиля и настраиванию сигнализации. Даже те, у кого машина с центральной блокировкой, добросовестно проверяют все четыре двери, некоторые еще и не раз возвращаются. Кое-кто обходит машину со всех сторон и раз десять оборачивается, чтобы убедиться, что все в порядке. Практически так же ведут себя люди, закрывающие дверь дома перед отъездом в отпуск. Все проверяется и контролируется под девизом «Семь раз отмерь, один отрежь».

Присмотритесь, как ведут себя «взрослые» люди в пешеходных зонах. Одни наступают только на стыки плиток, другие делают все возможное, чтобы ступать точно посередине. В поездах вы наверняка не раз сталкивались с пассажирами, которые, как сумасшедшие, считают пронсящие мимо столбы. Иные с обеих сторон прочитывают все надписи на рекламных щитах. Кто-то использует ритуалы во время мытья, превращает унитаз в трон, на котором самым тщательным образом выполняет все ритуалы, связанные с выведением из организма ненужных веществ. Какое горе, если во время путешествия такой человек лишается возможности выполнить привычные ритуальные действия, он даже не способен элементарно сходить в туалет! У одних существуют ритуалы для приведения в порядок себя или своего автомобиля, другие чисто автоматически помечают район своего обитания, несколько раз проводя рукой по знакомым предметам. Примеров можно привести сколько угодно.

Наряду с безобидными, неосознанными ритуалами существуют и такие, которые больше напоминают болезнь. Вряд ли можно назвать нормальным человека, который по сто раз на дню моет руки и испытывает настоящий ужас из-за невозможности это сделать. У него существует принудительный ритуал мытья, при котором главное отнюдь не устранение грязи. То же самое можно сказать и о принудительной уборке, которая способна испортить человеку жизнь. За принудительным контролем часто скрывается затерявшийся во тьме веков ритуал безопасности. Постоянные подсчеты указывают на ритуалы упорядочения, которые не удалась, а религиозный фанатизм напоминает нарушения устава монашеского ордена.

Для такого поведения характерен страх, который появляется, стоит только хоть что-нибудь сделать не так. В наши дни люди страдают в одиночестве, раньше же виновные в нарушении ритуала нередко подвергались суровому наказанию. Они пытаются осуществлять свои

ритуалы незаметно, именно так, как когда-то и предполагалось. Многие невротические симптомы, несомненно, связаны с утраченными ритуалами.

Ритуалы прослеживаются во всех сферах жизни человека: при утреннем туалете, во время еды и перед отходом ко сну. Мы их соблюдаем не потому, что они логичны, а просто потому, что они существуют.

Множество ритуалов имеет общественное значение. Строго подчинено ритуальным правилам уличное движение. Ездить справа, а не слева несколько не логичнее, но нарушать ритуал, противореча правилам, опасно. Официальные государственные визиты, представительские мероприятия, переговоры требуют строгого соблюдения множества ритуалов.

Как только появилось право, оно тут же обросло огромным количеством ритуалов. Почему, например, судьи-мужчины надевают в качестве ритуальной одежды платья, а иногда даже и парики, если они не играют символическую роль Юстиции? Почему обязательно нужно вставать, когда «суд идет»? Почему эти правила, если это не ритуалы, выполняются неукоснительно? Почему судья не может позволить обвиняемому сидеть?

Ритуалы обладают воздействием, даже если мы их не осознаем. Видимо, существует в нас некая субстанция, которая заставляет искать и находить замену старым, отжившим официальным ритуалам.

Таинства церкви — это ритуалы основных жизненных кризисов, они, как понятно из названия, представляют собой священные действия, направленные на сохранение или восстановление цельности и здоровья человека и, в конце концов, его святости. При таинстве крещения человека водой посвящают в христианскую жизнь. Первое причастие открывает доступ в общество верующих. Брак вводит в семейную жизнь при Божьем благословении, священство* есть введение в контакт с Богом. Соборование ритуально готовит к переходу в иной мир. При разнообразных кризисах вне этих основополагающих ситуаций облегчить и успокоить душу можно исповедью, при этом человек получает прощение, что соответствует очистительному ритуалу. Собственно говоря, исповедь — это христианский ритуал обращения. Человек подводит итоги, составляет своеобразный отчет и переживает *метанойю*, то есть обращение сознания, которое католики воспринимают как раскаяние. Семь таинств создавали своеобразную ритуальную рамку до тех пор, пока христианская культура объединяла людей. Теперь у нас нет объединяющего культа, и мы прекратили быть единой культурой.

* *Священство* (хиротония) — таинство, посредством которого избранные для соответствующего церковного служения возводятся в ту или иную степень священства.

Так как мы утратили ощущение величия переходных ритуалов, появились псевдоритуалы, в чем, собственно говоря, нет ничего удивительного. Они плохо выполняют свои функции и, несмотря на постоянное повторение, не могут сравниться со своими

предшественниками по силе освобождающего воздействия. Молодой человек в первобытном племени становился взрослым, единожды пройдя обряд инициации, современному же подростку не хватает и сотни испытаний. Чтобы разобраться в этой тайне, следует более подробно поговорить об основе и строении ритуалов.

Ритуалы и их воздействие

Наука до сих пор не в состоянии объяснить эффективность ритуалов. Тот, кто возвышается до ритуального воздействия, покидает трон научной объективности. Ритуальным изгнанием из племени шаман может приговорить человека, нарушившего табу, к смерти. Несмотря на отменное здоровье, изгнанный умирает в течение нескольких часов. То же самое можно сказать о ритуалах вуду и подобных им. С другой стороны, существует множество документов, свидетельствующих о том, что во все времена с помощью ритуалов человека можно было вылечить. Опровергнуть подобные факты наука не в состоянии, как не может она объяснить и многочисленные в истории христианства случаи чудесных исцелений.

Биолог Руперт Шелдрейк в своих опытах постоянно сталкивался с необъяснимыми явлениями, многие из которых образовывали некую цельность. Он проводил эксперименты, чтобы выяснить, передаются ли по наследству приобретенные знания. Ученые тренировали крыс, чтобы те смогли как можно быстрее выйти из лабиринта. Этим крыс скрещивали друг с другом. Потомство находило выход из лабиринта с той же скоростью, что и родители. Казалось, данный факт доказывает наследование умений. Но другие ученые в другой части света так не думали и провели собственный эксперимент. Размеры и форма лабиринта были теми же самыми, но их крысы находили выход за такое же время, как и подопечные Шелдрейка. Когда первой группе ученых удалось натаскать крыс на еще большую скорость, эксперимент повторила и вторая группа. Результат оказался ошеломляющим: их крысы обладали теми же способностями, хотя у них не было никакой возможности общаться. Получается, что они находятся в какой-то связи, им доступна коммуникация (от лат. *communis* — вместе), не поддающаяся никакой логике. Взаимосвязь крыс нельзя было не заметить. Шелдрак собрал большое количество таких же удивительных результатов и сформулировал теорию формообразующих полей, которые осуществляют связь через какие угодно расстояния, не опираясь на материальные структуры. Они не подвластны законам времени.

Российские ученые военно-промышленного комплекса получили ошеломляющие результаты, проведя другой, довольно жестокий эксперимент. У крольчихи забрали недавно родившихся крольчат, поместили в подводную лодку и увезли на противоположный конец света. В определенное время крольчат по очереди убивали, при этом у матери измеряли многочисленные физиологические параметры. Данные проведенного исследования однозначно доказывали, что крольчиха моментально ощущала смерть каждого своего детеныша. Здесь тоже следует говорить о связи, которая не зависит от материи и не нуждается

во времени для передачи информации. До сих пор естественнонаучная картина мира подобную связь не предусматривала.

Похожий феномен существует и у людей. Речь идет о так называемой кинестетической связи между матерью и новорожденным ребенком. Мамы даже во сне реагируют на мельчайшие акустические сигналы своих малышей, хотя не слышат посторонних, гораздо более громких звуков. Американцу Кондену с помощью снимков, сделанных высокочастотной кинокамерой, удалось доказать, что общающиеся люди связаны между собой так называемыми микродвижениями, которые сами люди не воспринимают. Речь при этом идет не о реакции на услышанное, а о равномерном колебании.

Представление о том, что некие поля или картины структурируют действительность, помогает классифицировать ряд феноменов, до сих пор не имевших объяснения. Многие становятся понятными, например, в эмбриологии. Почему в искусственных культурах клетки непрерывно и с огромной скоростью размножаются, а в соответствующих тканях и органах этого не происходит? Оказывается, в искусственных культурах у них нет образца, плана готовой структуры. Часто бывает так, что насыщенные химические растворы не могут кристаллизоваться, но как только в качестве образца появляется единственный кристалл, процесс начинается и протекает очень быстро. Информационные поля объясняют эффективность гомеопатических средств и прививок, хотя до сих пор не обнаружены некоторые антитела. В случае с прививками, как и в гомеопатии, достаточно одной защитной молекулы, которая служит образцом или информацией. Однажды попавшие в мир образцы могут действовать даже на материальном уровне — способом, который до сих пор не поддается логическому осмыслению, в обход времени, имея возможность действовать везде одновременно. Видимо, тайна связана с *ин-форма-цией*. Она транспортирует *со-держание* через пространственную форму. В качестве аналогии можно использовать архитектурный план для строительства дома, который иногда существует только в голове архитектора. Строить без него невозможно, в нем нет ничего материального, и он не является строительным элементом. Он существует с начала до конца и действует на любом участке стройки одновременно.

С помощью своей теории Шелдрейк сделал в биологии тот шаг, который в начале этого столетия сделали ученые-физики, отказавшиеся от причинно-следственных отношений в пользу синхронности. В тот момент физики выяснили, что крошечные, так называемые фазозапираемые частицы — это частицы, которые возникают из одного и того же события и из одного источника, они появляются всегда парами и находятся в зеркальном отношении друг к другу. Если оказать воздействие на свойства одной из них, вторая в то же мгновение изменится, хотя с ней никто ничего не делал. Обе частицы сделали все возможное, чтобы сохранить свою зеркальность. Это явление было достаточно непонятным. К тому же выяснилось, что эти изменения не были разделены временным промежутком. До сих пор физика воспринимала абсолютно все явления во времени. В данном случае она не могла объяснить подобное явление как процесс передачи

информации. Многие физики перестали сопротивляться очевидному и признали новую картину мира. Они согласились, что синхронность является определяющим принципом, стоящим гораздо выше причинности. Англичанин Джон Белл доказал, что это распространяется не только на субатомарную область, но и на весь мир. Если этот мир, как утверждают астрофизики, образовался в результате взрыва, то все его частицы должны находиться во взаимосвязи. Таким образом, мы вернулись к индуистским «Ведам» и буддистским сутрам, в которых говорится, что все в этом мире связано.

Получается, что ритуалы создают поля, которые обладают воздействием и существуют без посредства материи и вне времени. Ясно, что поле создается за счет точного повторения ритуального образца. Важную роль при этом наверняка играет энергетический заряд, возникающий за счет сознания, которое каждый раз заново создает ритуал в заданных рамках. При этом любое осознанное восприятие оказывает воздействие на то, что воспринимается. Это подтверждает и современная физика. Здесь и находится объяснение тому, что ритуалы, заимствованные из чужой культурной среды, часто не имеют на нас никакого влияния. Мы их не воспринимаем, потому что они для нас ничего не значат. Зачастую нам с самого начала недостает способности точного воспроизведения, ключ не подходит к замку, поэтому дверь, ведущая на эффективный уровень, не открывается. Фактор усиления при постоянном повторении оказывается недееспособным. В конце концов создать осознаваемый заряд часто оказывается невозможным, потому что ритуальные символы не находят резонанса у участников. Естественный доступ мы имеем только к основным символам нашей родной культуры.

Первый шаг при создании нового поля всегда самый трудный, это известно каждому. Если же поле создано, то оно обладает стабильностью. Научившись плавать, вы будете уметь это всегда. Допустим, десять лет вы не плавали. За это время не осталось ни одной старой клетки, организм полностью обновился, с помощью обмена веществ произошла даже замена всех нервных клеток. Но образец «плавание» сохранился, не имея материальной базы и вне зависимости от прошедшего времени. Конечно, определенную роль временной фактор играет, но эта роль подчиненная, не основная. Если не плавать несколько десятков лет, то образец, безусловно, помутнеет. Примерно такое же помутнение бывает и у ритуалов, если их долго не выполнять или выполнять, не подключая сознание.

Сознание — это энергия для ритуального мотора, что соответствует и повседневному опыту. Сознательно совершаемое действие запоминается гораздо быстрее, чем то, которое мы производим, механически копируя. Но даже при простом подражании надежные образцы возникают не только у маленьких обезьян. Своими действиями мы явно оказываем влияние на внутреннюю и внешнюю действительность. Влияние на собственный внутренний мир хорошо видно на примере приобретенных способностей, а на внешний мир — на множестве других явлений.

Поле, возникающее в соборе или храме, в котором в течение долгого времени люди медитируют и молятся, ощущает даже неопытный или неверующий человек.

Чем более координированными и похожими являются наши действия, тем лучше они откладываются, и тем более четкое поле образуется. Сохраняющиеся поля появляются, как видно из примера с плаванием, сначала при определенном уровне сознания, а затем при определенном количестве повторений. Нам трудно говорить об этом моменте, потому что об этой душевной и энергетической области мы знаем меньше, чем любой «примитивный» медик. Но очевидно, что точка сохранения стабильности достигается в том случае, когда образец, как образно принято говорить, *вошел в нашу плоть и кровь*. Поля становятся постоянными, если нам больше не приходится задумываться. Это «само по себе» не имеет пространственных границ. Поля находятся в нас, так же как мы находимся в них. Поскольку они не могут быть определены ни во времени, ни в пространстве, то они везде и одновременно нигде. Но, тем не менее, в них можно войти, как в помещение. Они обладают воздействием там, где возникает родство, контакт, если же поле никого не интересует, оно остается незамеченным. Наивно утверждать, что «следовательно, поле не существует». Это похоже на человека, который отрицает существование радиопрограмм только на том основании, что у него нет радио. Правильнее было бы сказать: они не существуют для него, потому что у него нет радиантенны.

Таким образом, получается, что каждый из нас живет в реальности своих собственных полей. Для аборигена, который считает, что выжить можно только в племени, изгнание оказывается смертельным. Может быть, в конце нашей жизни мы тоже умрем именно потому, что это относится к полю нашей действительности.

После нечестного поступка мы чувствуем себя плохо, так как вступили в конфликт со своими полями. Совесть просыпается и начинает действовать, если мы поступаем вопреки образцу нашего поля.

Мы совершенно сознательно создаем поля, воспитывая собственных детей. Если в профессорской семье молодому человеку постоянно задают вопрос, что он хочет изучать, но никому не приходит в голову поинтересоваться, а хочет ли он вообще учиться, то для него через какое-то время будет существовать только поле «учеба».

В психологии известно выражение «самореализация предсказания», которое подразумевает, что некоторые люди ведут себя так, что предсказания в их жизни сбываются. Это тоже может быть связано с воздействием поля, которое сильная личность с помощью внушения навязывает чужому сознанию.

Воздействие, влияние — тема, которая часто вызывает страх. Но ведь любая эффективная форма психотерапии есть не что иное, как оказание воздействия, причем это воздействие является двусторонним. Собственно говоря, это соединение энергий. При терапии создается поле, в котором в идеальном случае становится возможным сделать шаг по направлению к выздоровлению. Опыт показывает, что правильное «колебание» имеет при этом большое значение. Гораздо проще работать в помещении, где удалось провести множество удачных сеансов. Важную

роль играет и правильный выбор времени, и самые мелкие детали, такие как запах и расслабляющая музыка. Создав подходящие рамки, проще найти доступ к самым глубоким уровням души, откуда можно сделать новый шаг на пути развития.

Интактные* ритуальные миры

В ритуалах архаичных культур существовал хороший подготовительный процесс. То, что мы называем словом «торжественность», находило свое естественное выражение во внешних действиях и внутренних установках. Длительные танцы и пение приводили всех собравшихся в состояние транса. Разрисовывая лицо и тело, надевая маски и специальную одежду, священники и участники ритуального процесса создавали внешнее обрамление для особенного момента и настраивались на происходящее. Все это делалось во имя ритуала — того образца, которому следовало придать живое выражение.

* *Интактный* — неповрежденный; такой, к которому не применялось воздействие.

Так называемые примитивные народы совсем не стремятся создать что-то новое или уникальное с точки зрения искусства. Их единственная цель — воссоздание уже существующих полей и воспроизведение живых, хотя и невидимых структур. На самом глубоком уровне они переживают повторение первоначальной ситуации в момент ее сотворения, чувствуя себя не творцами, но свидетелями творения. Для них самое важное — не записать некое уникальное историческое событие, а придать вечному колебанию живое выражение. Ритуалы дают возможность выделить особые временные точки и облегчить происходящие в этот момент процессы (например, переход с одного уровня на следующий). Как в повседневной жизни, так и при наиболее важных событиях ритуал — это создание соответствующих событию рамок и его интеграция в мир первообразов.

Огромное преимущество любого члена племени состоит в том, что сложности перехода с уровня на уровень он воспринимает не как свои личные проблемы, а как необходимые шаги, которые обязан совершить каждый. Ритуал помогает придать общий вид индивидуальному процессу, вводя его, таким образом, в космический порядок.

Еще одно преимущество осознанного отношения к ритуалам заключается в том, что они, имея конкретную цель, снимают часть груза с родителей и племени. Молодые люди в цивилизованных странах, переживающие пубертатный период, вынуждены сами придумывать себе монстров, с которыми им придется сражаться. Нередко такими монстрами они «назначают» родителей. У примитивных народов подходящих монстров буквально «приносят на блюде» и подают в передаваемой из поколения в поколение форме.

Современный человек переживает важные перемены в своей жизни без поддержки племени, в одиночестве, которое зачастую оказывается невыносимым.

Исцелительные ритуалы

Члену племени, выпавшему из привычного порядка вещей и ставшему жертвой болезни или несчастного случая, необходим исцелительный ритуал. Это ни что иное, как попытка ликвидировать открывшуюся пропасть между человеком и существующим порядком. Если края раны соединить, она закроется. Точно так же закрывается разверзшаяся пропасть, если в переносном смысле соединить ее края. Разумеется, местная колдунья или шаман не полагаются исключительно на собственный опыт, они просят более высокие уровни о помощи в деле воссоединения или возвращения порядка. В той же степени, в которой знахарь способен чувствовать и воспринимать наиболее важные для своего племени поля, он может сыграть и регулирующую роль. Хорошие знахари сами чувствуют, в какой степени они могут вмешаться. Решение они оставляют за богами; мы бы сказали, что это решение связано с интуицией и вдохновением. Ведь иногда бывает опасно закрыть рану просто так: может начаться воспаление. Зашить можно только абсолютно чистую рану. Точно так же и с проблемами: некоторые можно решить мгновенно, другие требуют внимания и терпения.

Трудно себе представить, что какое-то важное событие воспринимается архаичным человеком как ни о чем не говорящее. Архаичный человек всегда чувствует себя подвластным фетишам Великого Духа или другой божественной инстанции, поэтому для него не существует слепого случая. Спонтанно он начинает воспринимать судьбу как то, что ниспослано ему свыше и направлено на его развитие.

Для архаичного общества иерархия богов соответствует иерархии племени, но только на более высоком уровне. Вождь представляет собой высшую инстанцию в светских делах племени, шаман — в религиозных. Верховное божество обладает всеобъемлющей компетенцией. Иерархия в этом обществе понимается как господство святых. Если на земле что-то выпало из привычного порядка, шаман вступает в контакт с максимально высокой инстанцией божественной иерархии, потому что на том уровне все в порядке. Ориентируясь на эту предпосылку, он должен попытаться снова упорядочить верх и низ. Точка зрения, что верх соответствует низу, не чужда и христианству, ведь в «Отче наш» мы произносим: «Да будет воля Твоя как на небесах, так и на земле». Это соответствует не только взглядам, сознательно основанным на ритуалах древних культур, но и эзотерическому принципу «как наверху, так и внизу». В последнее время подобные представления о мире принимаются во внимание даже строгими представителями естественнонаучной мысли. Физика, как наиболее прогрессивная дисциплина, выяснила, что высшими из всех доступных нам на сегодняшний день законов являются законы симметрии. А симметрично отражающиеся уровни (и наверху, и внизу) являются базой как архаичной, так и религиозной картины мира.

Для исцелительных ритуалов необходимо, чтобы целитель хорошо разбирался в сущности болезни, даже если понимает он ее не так, как это представляем себе мы. Мы с вами исходим из того, что современные медики теоретически должны знать все обо всех заболеваниях. Архаические же культуры решающим считают тот факт, что целитель лично вошел в мир болезни и тщательно ее изучил. То, что кажется нам непривычным, на самом деле подчинено логике. Если мы захотим поехать в Египет, то отдадим предпочтение гиду, который уже там побывал и может показать страну, исходя из собственного опыта, а не тому, кто рвется продемонстрировать свои книжные знания в поездке по чужой для него стране.

Отношение к болезни как к полю человеческого сознания имеет смысл не только с точки зрения архаической культуры. Неужели кто-то из нас может сомневаться в том, что болезнь обладает свойством трансформировать сознание человека и его отношение к жизни?! Многие пациенты чувствуют, что их изменившиеся взгляды связаны именно с перенесенной болезнью. Стоит ли удивляться тому, что будущие шаманы с нетерпением ждут посвятительной болезни, открывающей доступ к соответствующему полю и приносящей необходимые знания.

Если признать, что болезнь есть не только выражение бессознательного, но и посвящение в новые жизненные задачи (как принято во многих древних культурах), то изменится не только личное, но и общественное отношение к этой теме. Этот принцип лежит в основе выражения «болезнь как язык души». В таком случае больных не будут изолировать и отодвигать на самый край общества, наоборот, к ним будут относиться со вниманием и почтением, ведь это те люди, в контакт с которыми вступает сама судьба, обратившаяся к ним именно таким способом. Этим объясняется и благоговение, с которым в некоторых культурах относятся к эпилептикам, душевнобольным и недоразвитым.

Посвятительные ритуалы

Основное различие между исцелительными и посвятительными ритуалами заключается в том, что во втором случае указание судьбы поступает не сверху, а от племени или от самого лекаря. Ответственность за повреждения и заболевания при посвятительных ритуалах находится в руках шамана. Конечно, судьба тоже играет роль, ведь она подает телесные и душевные знаки, чтобы дать понять о предстоящих изменениях.

При посвящении в жизнь взрослых жестокость, которая ожидает молодого человека в этом поле сознания, предварительно снимается ритуальными мероприятиями, в ходе которых иногда наносятся физические увечья. Но, к примеру, обрезание играет роль и в близких нам культурах — в частности, иудаизме. Сюда же относятся испытания мужества и отваги, от которых дыбом встают волосы (человека приковывают рядом с муравейником, закапывают в землю по шею, заставляют жить на деревьях или в пещерах, нагоняют на него страх, симулируя ночное нападение духов и т. д.).

Увечья выводят человека на новый, уже подготовленный физическим созреванием, уровень сознания. И всегда на помощь спешит шаман, который примиряет молодых людей с этим новым для них уровнем, используя активную или пассивную символику. Разрыв последовательности происходит не за счет судьбы, а с помощью шамана, ритуал для примирения с новым уровнем соответствует ритуалу исцеления. Возникающая за счет процессов созревания и роста пропасть между старым детским и новым сознанием взрослого человека считается отныне закрытой. Нанесенные увечья символизируют нецельность, полярность, которые необходимо познать. Цельный детский мир, рай следует покинуть. Боль и страх считаются при этом абсолютно нормальными, они занимают строго отведенные им место и время.

Огромное влияние общеплеменных полей сознания становится явным после совершенного ритуала. Приняв участие в посвящении, молодые люди становятся частью мира взрослых. При этом им не нужно учить новые правила и нормы поведения, не требуются никакие тренировки. Процесс проходит по другую сторону интеллектуального уровня, за рамками нашего понимания. Морфогенетическое поле включает в себя взрослого человека и с этого момента откладывает на нем свой отпечаток. Устанавливаются новые границы и новая система ценностей. Для человека, прошедшего ритуал посвящения, немыслимо снова впасть в детство.

Мы почти не понимаем эффективности обряда инициации, а аборигены не смогли бы разобраться в наших проблемах, связанных с переходным возрастом. В принципе, их жизнь легче, в ней мало стрессов. В любой кризисной ситуации решение принимает племя, стрелки переводятся на нужные рельсы без подключения сознания.

Все члены племени происходят от одного корня, как ветки от одного дерева, жизнь каждого члена племени зависит от жизни племени в целом. На уровне полей племя заботится обо всех соплеменниках. Здесь немыслимы кризисы (трудные решения, принимаемые лично), но так же невозможно самостоятельное развитие. Иными словами, индивидуальный путь невозможен, потому что отдельный человек не способен выжить вне племени.

Любое нововведение — это нарушение традиций, оно направлено против племени и жизни. Первобытный человек целенаправленно развивается в кругу заданного поля, хотя с нашей точки зрения, здесь не может идти речь ни о развитии, ни о прогрессе. В этом смысле они не могут служить нам примером.

Но мы можем научиться у них снова стать детьми. Однако между выражениями «снова стать детьми» и «остаться детьми» огромная разница. Наивность и чувство групповой взаимосвязанности архаичных культур могут стать для нас моделью только на более высокой ступени развития. После того как мы сделали все возможное, чтобы опуститься в глубины полярности, невинность оказалась потерянной. Теперь мы можем только вернуться назад к единству, как блудные сыновья и дочери. Но нельзя терять из виду тех, кто всегда оставался дома, иначе не будет возможности отыскать дорогу.

Качество времени для ритуалов и праздников

Наша трудность в понимании ритуалов архаических народов в значительной мере связана с различием в восприятии времени. Для нас время — понятие количественное, а для примитивных народов — качественное. В античности качество и количество времени считались противоположными понятиями, их обозначали разными словами. Хронос с его песочными часами ассоциировался с количеством, а Хариос — с качеством времени. Говоря, что время — деньги, мы выдвигаем на первый план количественные параметры. Фактически, большая часть населения современных промышленных стран через свое время продает себя работодателю. Их производительность определяется временем. Но люди творческих профессий все еще понимают, что качество играет, по крайней мере, не менее важную роль. Гениальное озарение, испытываемое в течение доли секунды, иногда оказывается более продуктивным, нежели многочасовые напряженные раздумья.

Записывая свою историю — что для архаичного человека представляется непонятным, и более того, избыточным, — мы идем на компромисс. На количественном уровне мы подсчитываем годы, как будто все они одинаковы, а при изучении конкретных исторических событий рассматриваем лишь те из них, которые связаны с выдающимися историческими событиями.

Архаичных же людей интересует только качество времени. Они находятся в одном временном круге со своими историями и легендами. Мифические события они считают не историческими, а существующими вне времени. В любом событии их интересует только его вневременная сущность. Их праздники — отнюдь не воспоминания о старых временах, они происходят в данный конкретный момент. Их истории могут быть или живы, или забыты. Если шаман рассказывает миф предков, то он использует образец настоящего, сущного для тех, кто живет сейчас.

То же самое происходит на уроке истории, когда хороший учитель оживляет давно свершившиеся события перед внутренним взглядом учеников. Урок истории начинает доставлять удовольствие, надолго остается в памяти, с его помощью становится возможным понять суть целого.

Из религиозной истории нам известно, что легенды живут за счет того, что к ним прикасаются. Ведь и христианские праздники — это не воспоминание об историческом факте, а участие в ожившем мифе. Когда Ангелиус Силезский говорит: «Если Христос родился в Вифлееме, а не в тебе самом, то тебе никогда не испытать спасения», он имеет в виду живую связь с настоящим временем.

Качество времени нам известно на уровне отдельной личности. Некоторые события мы переживаем снова и снова. Нам из собственного опыта известны особенные для нас лично моменты. Мы суеверно относимся к разным приметам, источником которых были события, произошедшие когда-то раньше. Нам кажется, что некоторые события являются знаками, предвещающими другие события.

4. ГОД И ЕГО ВАЖНЕЙШИЕ ТОЧКИ

Внимательно рассмотрев год, мы поймем, что он представляет собой круг. В нем есть фиксированные, постоянные точки. Годовой круг разделен на четыре части четырьмя фиксированными точками — двумя точками равноденствия и двумя точками солнцестояния. В этих четырех точках есть нечто подкупающе-объективное. Удивительно то, что древние люди тоже умели их измерять, о чем сохранилось множество каменных документов эпохи мегалита и свидетельством чему являются пирамиды египтян и ацтеков.

Рис. 2

- точки равноденствия
- точки солнцестояния

Четыре фиксированные точки высчитываются через астрономические явления. Земля вращается вокруг своей оси, что особенно ясно видно на экваторе, где движение оказывается наиболее быстрым. Если через него провести воображаемую плоскость, то она под углом 23° разрежет плоскость эклиптики, то есть ту плоскость, в которой все планеты, и Земля в том числе, движутся вокруг Солнца. Точки пересечения обеих плоскостей — это точки равноденствия, точки наибольшего удаления — точки солнцестояния. Летнее солнцестояние — самый длинный день в году, а зимнее солнцестояние — самый короткий.

Поле этих точек настолько сильное, что более поздние религии, в том числе и христианство, после недолгого сопротивления начали ориентироваться именно на них. Поколебавшись, в христианское Рождество верующие начали праздновать то, что праздновалось в более ранних культурах, — наступление ночи, когда свет бывает наиболее слабым, а надежда — наиболее сильной.

ТЕЧЕНИЕ ГОДА И ТЕЧЕНИЕ ЖИЗНИ В ОТРАЖЕНИИ СОЛНЦА

В понимании архаических и настроенных на общение с потусторонним людей течение года отражает течение жизни, поскольку в части всегда заключено целое. В этой связи в эзотерике принято говорить о принципе «часть как целое». На сегодняшний день этот закон является научно доказанным, ведь даже генетики теперь исходят из того, что в одной клетке заключена информация о человеке в целом. Таким образом, в любой отдельной структуре можно найти целое. Нетрадиционной медицине этот принцип известен очень давно. Не случайно, воздействуя на рефлекторные зоны стопы или уха, мы пытаемся воздействовать на организм в целом. В качестве технического аналога можно привести трехмерную лазерную голограмму, где по любой части можно реконструировать изображение целиком.

В соответствии с этим законом, любая, даже самая маленькая единица содержит в себе целое: день содержит в себе неделю, месяц, год, жизнь и сумму многих жизней, существующих до момента выхода из круговорота возрождений. Следовательно, во всех этих структурах

можно обнаружить мандалу. По тому, как человек начинает утро, можно сделать вывод о том, как он проживает свою жизнь. Мы часто говорим о закате жизни, подразумевая тем самым, что воспринимаем жизнь как один день. В течение дня мы уменьшаем на один-два сантиметра из-за давления тела на межпозвоночные хрящи, но ведь точно так же в течение жизни мы становимся ниже под действием собственной тяжести. Ночью межпозвоночные хрящи восстанавливаются, и наутро мы вновь приобретаем привычные размеры. В течение жизни мы «усыхаем», чтобы восстановиться в фазе покоя.

Начальной точкой года в большей части земного шара считается 1 января, что практически соответствует зимнему солнцестоянию. Рождество — основной поворотный пункт года. Смена направления движения происходит задолго до того, как человек начинает ее ощущать, точно так же человек чаще всего не в состоянии сразу заметить, что произошло зачатие. Рождественская ночь — самая длинная ночь в году. На эту святую (цельную, совершенную) ночь, самую длинную и темную ночь в году, приходится зарождение света, что соответствует зачатию, при котором душа появляется в темноте тела, хотя родители об этом еще не подозревают.

С этого момента количество света начинает незаметно прибавляться. Дни постепенно становятся длиннее, на момент весеннего солнцестояния, соответствующего рождению и восходу солнца, приходится день весеннего равноденствия. Победное шествие света теперь уже видно всем. Через пубертатный период (раннее утро жизни) взлет сил света распространяется на юность (позднее утро) и достигает высшей точки дня и года. На полдень и летнее солнцестояние приходится самое высокое положение Солнца и самый интенсивный свет. Это самый длинный день, климакс года и климакс жизни. Это поворотный пункт, соответствующий основополагающей перемене.

Смена направления необратима, хотя середину жизни можно превратить в кризис в его отрицательном значении. Мы достигли периферии мандалы. Может быть, нашему современнику покажется, что говорить об этом еще очень и очень рано, но, с другой стороны, речь идет о годах, а не о днях. В мандале мы получаем достаточно времени, чтобы выработать адекватное отношение к смене направления. Если Рождество является самой низкой точкой, то летнее солнцестояние — это самая высокая точка года.

Наступает время сбора урожая, сила Солнца отражается в ароматных, сочных плодах, подаренных нам природой. Климактерический период, который все так ненавидят, это на самом деле вершина жизни, время сбора урожая и наслаждения плодами жизни. Если бы мы не пытались обогнать время, не спешили неизвестно куда, то могли бы получить настоящее удовольствие от этой фазы. Только осенью можно наслаждаться жизнью, то есть делать то, к чему, может быть, стремились всю жизнь. Можно остановиться и пребывать в состоянии покоя вплоть до осеннего равноденствия.

Но наслаждение — это только одна сторона, ведь сбор урожая — это еще и время умирания колоса. Он засыхает на поле, или же его молотят, чтобы *отделить зерна от плевел*. В Библии этот образ

соответствует подведению итогов. Отдавая свои семена на зерна для будущих растений или на питание для других существ, стебель пшеницы отдает лучшую свою часть и достигает бессмертия в круговороте жизни. Ставший ненужным колос попадает в почву, чтобы стать основой для новой жизни. С момента осеннего равноденствия свет начинает уступать темноте, день становится короче, чем ночь. Приближается вечер жизни, но ведь закат и вечерние сумерки — это прекрасное время. Уменьшение происходит не только на материальном уровне, но и на духовном. Балласт хочет оказаться за бортом — речь идет о прощании. Поздней осенью главная тема в природе — прощание, отпусkanie, угасание. Свет становится все более слабым, часто это касается и света в глазах. Внешние чувства притупляются. Осенью краски еще раз ненадолго расцветают, но только затем, чтобы сразу же отступить. Сначала на передний план выступает серый цвет, заполняя все грустью. Потом серый цвет вытесняется белым, это самый совершенный цвет, в котором заключены все другие цвета. Итак, на сцене царит белый цвет, закрывающий все. Уменьшение количества внешнего цвета контрастно увеличению внутреннего. Если с момента зачатия до кризиса середины жизни основной темой был рост, а затем на передний план вышло уменьшение размеров, то в конце остается только самое значительное, главное. Конец и вместе с тем начало снова приходится на темную центральную ночь, ночь зимнего солнцестояния. Это и смерть, и зачатие, в зависимости от того, с какой стороны мы подошли к двери.

ЛУННЫЙ ЦИКЛ КАК МАНДАЛА РАЗВИТИЯ

В нашем патриархальном обществе мы привыкли ориентироваться по Солнцу, которое является символом мужского, дающего начала. Но ведь точно так же мы могли бы взять за основу Луну, символ женского, получающего и отражающего начала. Месяц так же, как и год, содержит в себе целое. Новолуние — точка самой глубокой темноты — соответствует менструации в месяце жизни женщины, в годе — зиме, а в жизни — старости и смерти. Символически новолуние можно представить в виде старой, мудрой женщины, бабушки. Новолуние ответственно за зачатие, появление зародыша света. Возвращение лунного света несет в себе рождение. Увеличивающийся лунный серп соответствует росту ребенка, весне, молодой женщине. Половина серпа — это пубертатный период. Три четверти — юная невеста. Такая Луна соответствует пробуждению сил, которые полностью проявляются к полнолунию. С точки зрения года этот апогей соответствует лету, с точки зрения жизни — символизирует материнство. Полнолуние — это еще и поворотная точка, середина жизни. Перейдя ее, человек неминуемо начинает приближаться к климактерическому периоду, рост с этого момента приобретает негативный, отрицательный характер. Затем Луна становится ущербной. Это период сбора урожая, время интеграции, начало отторжения собственного Эго, но не в спиритическом смысле, а с точки зрения детей. Половина серпа при ущербной Луне символизирует осень, пожилую, мудрую женщину. К моменту новолуния мы достигаем

старости, периода прощания. Новолуние замыкает круг, и все начинается сначала.

Рис. 3. Спираль года и составляющие ее месяцы.

Культуры, ориентированные на круг, вращаются вместе со временем вне всякого развития. Те общества, которые стремятся к линейному прогрессу, оказываются вне порядка, подвергая опасности и себя, и мир. Попытка соединить круг и стрелу дает в результате спираль, древнейший символ жизни. Ведь на самом деле спираль есть не что иное, как круг, движущийся в определенном направлении. Начертив спираль, сужающуюся кверху и заканчивающуюся одной точкой, мы получим великолепный символ развития.

Каждый виток обозначает год, а совокупность годовых витков образует спираль. Этому образу соответствует и наш собственный опыт, согласно которому с возрастом годы становятся все короче. Размахи при колебании маятника, который снова ввергает нас в полярность, становятся меньше и меньше, потому что все приближается к средней точке, то есть к единству.

ЧАСТЬ 2

1. ЗАЧАТИЕ И БЕРЕМЕННОСТЬ

Как и в день, введший тебя в этот мир,
Солнце встало, приветствуя планеты,
Как быстро ты уходишь прочь,
Следуя закону, по которому когда-то пришел.
Таким и нужно быть, ведь от себя не убежать,
Так говорили прорицатели — сивиллы.
Ни времени, ни силе не удастся расколоть
Отлитую форму, которая живет и развивается.
Иоганн Вольфганг Гете. Орфические первоглаголы

Моя мать и мой отец захотели иметь ребенка
и они зачали меня.
А я захотел иметь мать и отца,
и я зачал ночь и море.
Халил Джебран

Пытаясь установить, когда же начинается жизнь, мы сталкиваемся с множеством проблем. С точки зрения мистически настроенных людей, начала жизни нет, потому что жизнь существует всегда, она только меняет уровень проявления. Материалисты же склонны считать, что жизнь начинается после трех месяцев с момента зачатия; последствия такого утверждения следует обсудить.

Даже если мы будем исходить из того, что жизнь, как и все в этом мире, ритмична и, следовательно, являясь одним из видов колебания, не имеет ни начала, ни конца, то для исследования жизненных кризисов целесообразно все равно начать рассмотрение с

исходной точки, то есть с зачатия. Когда яйцеклетка и сперматозоид соединяются, возникает общая форма и, соответственно, общее содержание. Параллельно с физической, начинается и духовная жизнь. Деление клетки знаменует начало роста. Круглая женская яйцеклетка и стреловидный мужской сперматозоид встречаются. Но ведь при объединении круга и стрелы символически возникает древнейший символ — спираль, которая воспринимается и чувственно, когда душа опускается в тело.

Многие люди не рассматривают зачатие как кризис, потому что слишком мало об этом знают. Считая себя сведущими в противозачаточных средствах, некоторые даже не знают точно, от чего предохраняются. Если человек не верит в существование души, он считает, что контрацептивные средства способствуют предотвращению физического акта оплодотворения.

Психотерапевты располагают богатым материалом об этом первом периоде жизни, который раньше был доступен только в виде мифологических и религиозных символов. Благодаря внутриутробным снимкам младенцев, сделанным Леннаром Нильсоном, у нас есть впечатляющие фотодокументы, посвященные периоду непосредственно после зачатия. До зачатия душа находится в состоянии независимости, простора, свободы и невесомости. Зачатие происходит, если из жизненных задач или, по восточным верованиям, из кармы возникает желание приобрести телесную форму. Душа воспринимает это как всасывание, имеющее единственно возможное направление. Она узнает двух людей, которые, любя друг друга или по каким-либо другим причинам, соединились. Сам момент зачатия в общем воспринимается как спиралевидное всасывание, втягивающее душу в физическое бытие. Иногда этот процесс проходит сначала через мужское тело, иногда непосредственно в женской матке. Падение в материальный мир душа ощущает как потерю свободы и независимости, как сужение и в конце концов как движение к телесному плену со всеми его ограничениями. Объективно этому крошечному творению места больше чем достаточно. Субъективно же, после простора и открытости, известных по предыдущему опыту, матка воспринимается как ограничение. Но довольно быстро душа привыкает к новым условиям, здесь тепло, мягко и, на самом деле, не тесно для маленькой, но постоянно растущей формы физического мира. Постепенно вокруг плода образуется водный мир: если смотреть снаружи, очень маленький, но для крошечного тела просторный универсум. С одной стороны, душа продолжает воспринимать все внешнее, а с другой стороны, все больше вживается в материнский мир материи (от лат. *mater* — материя).

Душа сознательно наблюдает, как мать обнаруживает, что беременна, что в ее теле появилась новая душа, как оба родителя реагируют на это известие. Попытки избавиться от беременности и даже сама мысль об этом немедленно становятся известны и могут разрушить возникшее ощущение надежности и тепла. Даже если родители с радостью и нетерпением ждут прибавления в семействе, желание иметь ребенка определенного пола, чаще всего, мальчика, может значительно осложнить ситуацию. Неуверенность родителей и их надежда, что будет

мальчик, в половине случаев соответствует уверенности, что родители будут разочарованы: ведь у них родится девочка. Таким образом, с разочарования начинается не только жизнь во внешнем, полярном мире: даже пребывание в материнском чреве оказывается связанным с тенью. Уже на этой ранней стадии развития могут быть заложены основы последующих трудностей с собственным полом. Следовательно, существующая сегодня возможность с помощью ультразвука определить пол ребенка на ранней стадии имеет и положительные стороны, потому что дает шанс многим родителям заранее примириться с полом ребенка.

Если же душа не «прокралась», а вошла после искреннего приглашения обоих родителей, то первое время ее существование будет безоблачным, позволит приобрести огромный опыт. Во внутриматочном водном мире царит океанское чувство безграничности и свободного невесомого парения. При этом внутреннее и внешнее душа пока еще воспринимает как одно целое. Ощущение доверия и надежности сопровождают рост и наполняют теплом первое гнездышко детства. Все необходимое сразу же поступает к этому маленькому, но уже совершенному организму. Снабжение идет через пуповину, причем крошечному существу самому делать для этого абсолютно ничего не надо.

Это то место, к которому взрослые постоянно возвращаются в своих фантазиях. Страна, где текут молоко и мед, существует на самом деле, в самом начале — там, в материнском чреве. Жизнь в околоплодной жидкости, где места пока еще вполне достаточно, похожа на сон. Ребенок не натывается на жесткие границы, ему мягко, все вокруг находится в легком, укачивающем колебании. Ритмичное сердцебиение матери создает шумовое обрамление для парящего, беззаботного существования, наполненного согласием матери и ребенка. Между внутренним и внешним царит гармония. Краски теплые, как вода; мягкие, эластичные границы этого универсума легко поддаются при любом, самом легком движении. Чувства еще не востребованы и, наверное, именно поэтому особенно тонки. Если еще и с внешней стороны у мамы все хорошо, если она находится в гармонии с миром, то это дополнительный положительный фактор для растущего ребенка. Но даже если это не так, все равно разумная мать может защитить своего ребенка от внешних неприятностей, если она его любит.

Эта фаза полной защищенности так приятна, что взрослый человек часто тоскует по ней. Так называемый бак Самадхи, сконструированный Джоном Лилли*, пытается создать взрослому человеку такие же условия. Огромную искусственную «матку», внешне напоминающую саркофаг, наполняют водно-солевым раствором комнатной температуры, в который погружают «взрослое дитя» и дают ему возможность «парить». Там так же темно, как и в настоящей матке, шумовое сопровождение аналогично естественному. Через какое-то время саркофаг (от греч. *sarx* — мясо, *phagein* — есть) начинает действовать. Конечно же, он не съедает плоть, как это бывает в конце жизни, но зато забирает у нее всю тяжесть: человек перестает ощущать собственное тело. В невесомости бака Самади может возникнуть океанское чувство безграничности, которое играет такую важную роль

для нашего развития. Парение в свободном космосе подобно пребыванию в материнском чреве, что свидетельствует об аналогии между микро- и макрокосмосом.

* *Джон К. Лилли (1915–2001)* — физик, психоаналитик.

Плодотворно работал в различных областях науки, включая биофизику, нейрофизиологию, электронику, нейроанатомию. В течение 12 лет занимался исследованиями отношений человека и дельфина для Пентагона. Посвятил многие годы изучению одиночества и изоляции в ограниченном пространстве. — *Прим. ред.*

Но пребывание в баке Самадхи у некоторых может вызвать ужас, если соответствующая фаза развития была связана именно со страхом. Люди, которым на самой ранней фазе развития пришлось бороться за свою жизнь против медицинских щипцов, приготовленных для аборта, находясь в баке, ощущают угрозу. Если у них появляются бессознательные воспоминания, то возвращается и плохое настроение.

Следует предположить, что на самом раннем этапе в материнском чреве формируется определенное отношение к жизни, которое мы называем доверием. Если этот период связан с угрозой, никакого доверия не возникнет в течение всей жизни. А его не заменить ничем. Позже его отсутствие можно будет в лучшем случае компенсировать внешними проявлениями. Созданные за свой счет средства безопасности не придадут уверенности в себе. Можно делать вид, что доверие существует, но заменить его нечем.

Первое время существования человека мы рассматриваем прежде всего с материальной точки зрения. Во главу угла поставлены планирование семьи и целесообразность, а ведь человеку нужны чувства и эмоции. При господстве рационального планирования и постоянного вопроса о затратах удивительно, что у нас еще до сих пор рождаются дети. Ведь чаще всего из-за них приходится отказываться от честолюбивых планов и идти на расходы. Детские пособия придуманы как утешительный приз для тех, кто, несмотря на все, согласился принести себя в жертву и родить ребенка. Общественный эгоизм отражает эгоизм индивидуальный: мы рассматриваем все на свете с позиций взрослого человека, не обращая внимания на мнение ребенка. Мы считаем даже, что у него в принципе не может быть никакого мнения.

Давайте посмотрим на страдания стремящейся к зачатию души. С точки зрения души, дожидаться своей очереди на зачатие практически невозможно. Когда женщина достигает оптимального для зачатия возраста — 20 лет, у нее совсем другие планы и желания. Она не стремится рожать и воспитывать ребенка. Современные противозачаточные средства настолько хороши, что практически ни одной душе не удастся прорваться через защитный кордон из резины и спермицидной пены. Ничего не получается и в постоянно воспаленной матке, в которой находится спираль. На пути также может оказаться непреодолимая преграда, созданная гормональными таблетками. Но если

«это» вдруг происходит, то гормональный шок заставляет душу бежать без оглядки.

Итак, жизнь у нас начинается с кризиса. Если женщина говорит гинекологу, что беременна, тот сразу же задает ей вопрос, собирается ли она оставлять ребенка. А это уже кризис, потому что приходится принимать решение. Эта проблема существует только у современного человека. Наши предки об этом даже не думали. А нам почему-то кажется, что мы имеем право вносить какие угодно коррективы.

Душа, преодолевшая описанные нами барьеры, еще очень долго не может чувствовать себя уверенно в этом, с таким трудом полученном месте. А ведь наше общество считается благополучным. Когда дикие животные переживают особый период, мы создаем для них благоприятные условия, но в собственной среде мы ведем себя совсем по-другому. Ребенку назначают трехмесячный испытательный срок, в течение которого ему грозит аборт, то есть смерть. То, что с нашей точки зрения является практичным, что дает нам свободу и независимость, для души является временем серьезных проблем. Все это время она испытывает самый настоящий ужас. Нам не хочется принимать решение сразу, и мы не задумываемся о том, что для полностью зависящего от нас существа, притаившегося в матке, такое состояние неопределенности — душевная пытка, которую трудно себе представить.

Для многих детей жизнь, которая только что оформилась, на этом уровне и заканчивается. Маленькое существо отчаянно борется против угрозы, оно прячется в самые дальние уголки, но то, что раньше могло хоть как-то помочь, при современном уровне развития медицины всего-навсего мучительная отсрочка.

На описание аборта общество накладывает табу. Но как раз табу вскрывают общественные проблемы, они демонстрируют кризисы, при которых люди не знают, как помочь самим себе. Чтобы воспринимать зачатие как кризис, важно знать, что происходит на самом деле.

На третьем месяце уже можно узнать человечка, у него есть ручки и ножки, у него есть и чувства, и внутренние органы. Телесные структуры еще прозрачны и хорошо видны. Прозрачности соответствует и трансцендентное восприятие первого времени. Ребенок, еще не очень глубоко опустившийся в грубую вещественность, лучше, чем взрослый, ощущает тонкие взаимосвязи, царящие в жизни. Он, например, великолепно чувствует мысли матери и ее ближайшего окружения.

Ребенок ощущает, как некие предметы врываются в его совершенный мир с опасными намерениями, разрывают защитную оболочку и отбирают у него воду, элемент жизни, особенно необходимый в этот самый ранний период. Выброшенный на сушу, испытывающий ужас ребенок подвергается казни. Она бывает двух видов. В первом случае мама «убегает» из ситуации с помощью наркоза. Папа, как всегда, отсутствует, и гинекологи принимаются за свою, хотя и легальную, но все-таки кровавую работу. Отобрав у ребенка воду, они начинают терзать его маленькое тельце. Острым инструментом они выковыривают разрезанные и измельченные куски из кровавого месива в матке.

Сегодня более распространен второй способ, когда маленькое существо вместе с околоплодной жидкостью, пуповиной и плацентой просто высасывают. Использование принципа пылесоса кажется более чистым, чем первый метод, но при ближайшем рассмотрении оказывается не менее жестоким. Под огромным давлением живого ребенка буквально разрывает на куски. Современное техническое развитие позволило оставить далеко позади средневековое четвертование.

К сожалению, современные данные не оставляют никакого сомнения в том, что все происходящее ребенок воспринимает буквально и испытывает при этом невыносимые страдания. То, что ребенок ужасно мучается, ясно даже из данных академической медицины, ведь наркоз, получаемый матерью, не действует на ребенка. Лучшее тому доказательство — кесарево сечение.

Даже если в течение первых трех месяцев с ребенком было все в порядке, если родители рады и ждут его появления на свет, он долго еще не может чувствовать себя в безопасности. Если родители не очень молоды, если у них возникли опасения или же они боятся нового для них чувства ответственности за малыша, то они могут уговорить гинеколога взять пробы, проколов для этого материнский живот. Иногда на анализ берут околоплодные воды, иногда делают биопсию крови вокруг плаценты. То, что нам, уже родившимся, может казаться умелым медицинским мероприятием, с точки зрения еще не родившегося ребенка выглядит совсем по-другому.

Когда непропорционально большое копьё протыкает его защитную оболочку, врываясь в его цельный мир, он, вне себя от страха, ищет спасения в самом дальнем уголке своего гнездышка. Это бегство, которое гинекологи неоднократно наблюдали, благодаря ультразвуку, по выражению одного врача, причина относительно небольшого количества осложнений, возникающих из-за подобных исследований. Действительно, детей при таких анализах задевают редко, большинство проблем возникает из-за «необходимости» повредить околоплодный мешочек. Несмотря на гордость, с которой многие говорят об этом методе и на его кажущуюся безвредность, налицо явная паника, в которую впадает ребенок. Процедура проводится якобы для пользы ребенка. Но за описанной методикой стоит желание как можно раньше выявить возможные наследственные отклонения, чтобы в случае необходимости успеть избавиться от плода, что в подобных случаях официально разрешено до пяти месяцев.

Такими методами исследования грубо злоупотребляют в Индии. Их используют не для выявления врожденных отклонений, а для того, чтобы в принципе исключить возможность рождения детей женского пола. Многие индийцы до сих пор считают, что от девочек один вред и рожать их не следует. Но если говорить честно, мы не многим отличаемся от них. Индийцев не устраивает пол ребенка, а мы кричим об ошибках в хромосомах, которые приводят к неполноценности, или о больных органах, обнаруженных с помощью ультразвука уже на ранней стадии беременности. В обоих случаях человек набирается наглости и позволяет себе принимать решение о том, чья жизнь может оказаться

достойной, а чья — нет. Мы берем на себя смелость рассуждать о человеческой жизни и смерти. Ситуацию можно проиллюстрировать результатами опроса, который в 2003 году проводил журнал «Шпигель». Восемнадцать процентов опрошенных беременных в Германии заявили, что они избавились бы от плода, если бы узнали, что их ребенок, возможно, будет страдать от ожирения.

Аборт на пятом месяце беременности технически гораздо сложнее, потому что ребенок уже слишком большой. Теперь нужно вызывать искусственные роды — задолго до срока. Это жестокое испытание и для матери, потому что организм еще не готов, и схватки приходится вызывать сильными препаратами. Подобные роды настолько тяжелы, что ребенок не выживает. Но ведь это и является целью подобной жестокой операции. Конечно, для матери было бы гораздо лучше дожидаться естественных сроков, когда шейка матки раскроется самостоятельно, а все ткани в ожидании родов станут более мягкими и податливыми. Но тогда на свет появился бы ненужный ребенок, которого нельзя было бы убить просто так, потому что он находился бы под охраной закона.

С точки зрения неродившегося человечка все выглядит ужасно: ланцет воспринимается как доказательство того, что родителям верить нельзя. Они не согласны принять ребенка без всяких условий. Им нужен только тот, кто соответствует их требованиям. После взятия проб для ребенка начинается период ожидания, который он переживает не легче, чем родители. Генетики вершат над ним суд, они принимают решение о его дальнейшей судьбе. Искусственные роды, то есть казнь больного, слабого ребенка — это такая жестокость, по которой потомки будут судить о нашем времени. А ведь такие родители считают себя просвещенными людьми. Многие об этом просто не задумываются, иначе вряд ли наше общество считалось бы гуманным.

По разным причинам исследования околоплодной жидкости проводятся все чаще. Одна из таких причин заключается в том, что мы хотим на практике делать то, что умеем теоретически. Официально же эти исследования связаны с повышением возраста рожениц и увеличением риска таких наследственных отклонений, как синдром Дауна (то, что в народе называется монголизмом). Теперь мы сами принимаем решение, иметь или не иметь ребенка. В лучшие детородные годы женщины активно предохраняются, а незадолго до 40 лет судорожно пытаются «успеть на последний автобус». Роженицы становятся все старше, и возникает необходимость в проведении различных обследований, по крайней мере, с точки зрения гинекологии. Но логичным такое положение вещей может считать только тот, кто далек от религии, кто плохо понимает, что происходит на самом деле. Человек свято верит в науку и в возможность обмануть судьбу. Даже если теперь это самое распространенное суеверие, его не подтверждает ни один пример из общей или религиозной истории человечества. Теория тени помогает понять, что медицина попала в противоположный полюс. Вспомните, какие слова Гете вложил в уста Мефистофеля: «Я — часть той силы, которая вечно хочет зла и вечно совершает благо...» Медицина стремится к добрым делам, но целенаправленно творит зло.

РИТУАЛЫ-ПРИВЕТСТВИЯ ВМЕСТО НЕУВАЖИТЕЛЬНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЖИЗНИ

Аборты бесполезно запрещать официально: как только общество достигнет определенного уровня развития, это явление исчезнет. Пока этого не произойдет, достойного выхода не будет.

Только уважительное отношение к жизни сможет изменить общую ситуацию. Конечно, совсем не ощущать на себе воздействие поля прагматичного неуважения к жизни невозможно, но бороться с ним необходимо. Разумно было бы как можно дальше бежать от созданного обществом и официальной гинекологией поля.

Попробуйте вслед за индейцами превратить момент обнаружения беременности в праздник посвящения в четыре элемента жизни. Посвящение в мир Воды, частью которого пока еще является младенец, может произойти во время поездки к морю или на озеро, это ближе всего к душевному ландшафту водного элемента. Для посвящения в царство Земли можно поехать на ферму или побывать в пещерах. Чтобы познакомить ребенка с Воздухом, в ветреный день хорошо было бы забраться на вершину горы, ну а с миром Огня пусть малыша познакомит Солнце. Ребенок, который на самом раннем этапе завязывает контакт с бабушкой по имени Огонь, всегда будет находиться на дружеской ноге с ним. Хотя этому и нет рационального объяснения, но самые разные архаические культуры используют этот прием, и это приносит свои плоды.

Как бы далеки мы ни были от подобных знаний, многие родители на собственном опыте убедились, что все события, случившиеся в период беременности, оказывают на ребенка огромное влияние. Мамины привычки позже могут стать привычками ребенка. Безусловно, огромную роль играет то, насколько сознательно мама пытается привлечь ребенка к совместной деятельности. Ведь он пока еще воспринимает себя и маму как единое целое. У них одно восприятие и одни чувства. Если мама продолжает вести привычный образ жизни, совсем не думая о ребенке, он оказывается исключенным из их общих дел. Исключенные из мыслей родителей дети должны ограничивать свой мир тем, что происходит внутри матки, испытывая на себе последствия колебаний настроения матери. Путь к еще не родившемуся ребенку, к новорожденному и грудному малышу связан, в первую очередь, с чувствами.

Даже проникновение ультразвука в убежище младенца можно превратить в ритуал приветствия и представления, к нему можно относиться как к первой в жизни ребенка фотографии. Но помните: не стоит постоянно делать фотографии только потому, что существует аппаратура. Ведь нам не приходится в голову регулярно вынимать из земли росток, чтобы контролировать процесс его развития.

Девятимесячный ритуал посвящения ребенка в будущий мир — прекрасная прелюдия к рождению. Естественно, родители должны прежде всего ввести ребенка в тот мир, который ближе им самим. Но, с другой стороны, беременность — это замечательная возможность для

матери открыть новые миры и для самой себя, и для малыша. Да, девять месяцев беременности не могут быть сплошной чередой праздников и выходных. Но ведь ребенка стоит познакомить не только с прекрасными сторонами жизни. Он должен узнать и о чувстве долга и, может быть, даже о существовании болезни. Так же строят ритуалы и шаманы.

Если бы мама использовала обострившуюся в этот период чувствительность для того, чтобы завязать контакт со своим внутренним голосом и с внутренним врачом, это позволило бы усилить связь с ребенком. Матерям, имеющим доступ к ландшафтам собственной души через медитации и внутренние путешествия, гораздо проще научиться понимать чувства своего еще не родившегося малыша.

ПРОБЛЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩИЕ ПРИ БЕРЕМЕННОСТИ

ПОВЫШЕННАЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТЬ К ЗАПАХАМ

Проблемы, возникающие при беременности, демонстрируют теневую сторону появившихся возможностей. Повышенная чувствительность к запахам, которая может сопровождаться тошнотой, является вариантом повышенной чувствительности вообще. Она имеет и положительную сторону. Ощувив, что все или почти все вокруг имеет отвратительный запах, беременная женщина получает шанс научиться создавать нужную атмосферу, больше полагаясь «на собственный нюх», чем на другие чувства. Предстоит огромное количество изменений, связанных с обонянием и вкусом, и в первую очередь с плохим качеством продуктов. Во время беременности женщина должна употреблять в пищу качественные продукты, чтобы не нанести тем самым вред себе и ребенку, который в большей степени зависит от качества того, что ест его мама.

ВОЗБУЖДАЮЩИЕ СРЕДСТВА

Курящая беременная женщина должна полностью отдавать себе отчет в том, что от ее дурной привычки страдает ребенок. Единственная сигарета резко снижает кровоснабжение материнского организма. А ведь питание эмбриона целиком зависит от кровоснабжения плаценты. В результате у новорожденного может быть недостаточный вес и множество других дефектов.

Влияние алкоголя и наркотиков на растущего ребенка трудно недооценить. Большинство наркотиков распространяется через кровь, поэтому младенец еще в утробе матери становится наркоманом. У ребенка, родившегося от пьющей матери, с возрастом возникает множество проблем, вплоть до алкогольной зависимости.

ТОШНОТА И РВОТА

Тошнота в период беременности связана не только с изменением обоняния и вкуса, но и с гормональной перестройкой, особенно при увеличении количества эстрогенов. Естественная цель увеличения

количества гормонов — помочь проявиться материнскому, лунному архетипу и выдвинуть его на передний план. Те женщины, для которых этот тип был характерен еще до беременности, и те, кто изначально готов его принять, испытывают гораздо меньше трудностей. Женщинам архаичных культур эта проблема не знакома вообще. В нашей культуре физический настрой на новую ситуацию сопровождается душевной перестройкой.

Эмансипированная женщина воспринимает внезапное пробуждение физической женственности как нападение. Конфликт души и тела порождает множество симптоматических проблем. Тошнота и рвота свидетельствуют о том, что женщина не может примириться с новой ситуацией. Она бы очень хотела освободиться, отбросить то, что появилось в ее организме. Соппротивление происходит неосознанно. Найди эта тема место в сознании, ей бы не пришлось искать выход на физическом уровне.

Стремление же к тому, что до беременности ее несколько не интересовало, показывает, что женщина начинает чувствовать, думать и есть не только за себя, а за двоих (последнее, скорее, с точки зрения качества, а не количества).

НЕДОМОГАНИЕ И СЛАБОСТЬ

Иногда беременная женщина чувствует себя как выжатый лимон. Это говорит о том, что женский полюс остается для нее непривычным, неосознанно она пытается от него отказаться. Слабость и отсутствие сил — обратная сторона таких мужских качеств, как сила и динамичность.

Проблемы со здоровьем возникают и тогда, когда беременная женщина вопреки природе не хочет расстаться с образом красивой девочки-подростка. Цель беременности — материнство. Возвращение к образу красивой девочки невозможно. Время прошло.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЕ СХВАТКИ

По сравнению с тошнотой и рвотой, преждевременные схватки являются гораздо более эффективным способом освободиться от ребенка. Это уже реальный шаг от символики к действию. Конечно, эти попытки нельзя назвать осознанными. Тот факт, что нечто находит выражение на телесном уровне, доказывает, что сознанием это не воспринимается.

Реакция врачей на преждевременные схватки очень проста: они зашивают выход из матки или заставляют женщину месяцами лежать в постели. Зашивая выход из матки, они лишают ребенка возможности бегства. Но ведь у него были для этого какие-то причины! Поэтому свое новое положение он воспринимает как тюремное заключение.

Преждевременные схватки могут быть вызваны и неосознанным желанием матери сделать аборт, то есть неприятие ребенка, в котором она не признается даже самой себе. В таком случае еще не родившееся

дитя оказывается в двойственном положении: он чувствует, что от него хотят избавиться, но технически такой возможности просто нет.

Иногда схватки говорят о нежизнеспособности детского организма. В таких случаях зашивание выхода из матки — еще большее преступление. После родов и матери и младенцу предстоит пережить настоящую драму.

Длительный покой как терапевтическое мероприятие в любом случае имеет то преимущество, что прекращается суэта и у матери появляется время, чтобы подготовиться к материнству. Покой — естественная реакция сопротивления популярной сегодня концепции: за месяц до родов начать работать чуть меньше, три месяца отсидеть с ребенком, потом выйти на работу и посвятить свои силы карьерному росту. Ребенку не нравится такое предложение, вот он и устраивает маме внеплановые рождественские каникулы. Поверьте: старомодное выражение «быть в положении» и соответствующее ему поведение гораздо полезнее для ребенка, чем типичные сегодня роды «для галочки».

Конечно, хорошо, если женщина воспринимает вынужденный, назначенный врачом покой осознанно и даже с благодарностью, всем *сердцем* принимая растущего ребенка, которого она носит под *сердцем*. Необходимые ограничения следует расценивать как шанс, как возможность повзрослеть. Лежа в постели, женщина может осознать, что ребенок нуждается в ее заботе. Ощущение своей значимости существенно облегчает роды.

Опыт показывает, что период вынужденного покоя затягивается, когда женщина не может с ним смириться и тащит в постель деловые бумаги, мобильный телефон и ежедневник. Речь идет о симптоме, пользы от которого значительно больше, чем неприятностей. Мама ложится в постель, малыш, которому удалось отстоять право на покой и внимание, прекращает попытки бегства, тошнота, головокружение, слабость и усталость исчезают. Это идеальная возможность отдохнуть перед предстоящими событиями и создать обстановку, которая покажется ребенку приятной и привлекательной. Большую помощь при этом могут оказать описанные выше ритуалы посвящения в будущую жизнь, но проводить их придется в более мягкой форме.

Несколько слов о матерях-одиночках. Практически во все времена матери сами воспитывали детей, часто они были вынуждены в одиночку бороться за существование. Но именно сегодня концепция «эмансипированной матери» воспринимается с воодушевлением и восторгом. Эта концепция на деле часто оказывается непродуктивной для всех участников. Мать, что бы она ни говорила, не в состоянии заботиться о ребенке так же хорошо, как она делала бы это, возложив заботу о хлебе насущном на мужа. Кроме того, малыш, который становится для женщины светом в окошке, ее единственной радостью, получает слишком много внимания. Мать не только пытается заменить ребенку отца, но подсознательно ищет в ребенке замену мужу. На консультации одна такая мама спросила, нормально ли, что ее пятилетний ребенок засыпает только на ней, причем она должна быть голой. Ну и в конце концов подобная ситуация вредна и для отца

ребенка, который пропустил все самое главное в жизни, ничему не научился, и не понял, что такое настоящее счастье.

РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ ВЗГЛЯД НА НАЧАЛО ЖИЗНИ

Подводя итоги, можно сказать, что зачатие для большинства детей представляет собой тяжелый кризис. Трудности, с которыми приходится столкнуться в борьбе за зачатие, намного превосходят те, которые в дальнейшей жизни будут связаны с поступлением в вуз.

Проблемы зачатия связаны не столько с физическим уровнем, сколько с социальным.

В Нью-Йорке группа жителей решила, что началом жизни следует считать шестой месяц беременности. Эта теория, которая создает огромное поле деятельности и очень удобна тем, кто уже появился на свет, потерпела фиаско, натолкнувшись на сопротивление врачей, которые должны были бы, с одной стороны, бороться за жизнь недоношенных детей, а с другой — «устранять» жизнеспособных и почти полностью развившихся.

Даже те люди, которые считают разумной любую официально разрешенную жестокость, могут ощутить на себе, как тяжело зачатие. Речь идет о тех, кто почти в 40 лет «вспоминает», что нужно «завести» ребенка. У них начинается паника, они любой ценой стремятся стать родителями. Не следует забывать и о тех, у кого не получается иметь ребенка даже в молодом возрасте, хотя этого очень хочется. Разве это не кризис? Сегодня мы переживаем страшную драму, потому что все больше людей, особенно мужчин, оказываются неспособными иметь детей. Самый простой и успешный выход — поехать в отпуск вдвоем. Значительно повышаются шансы, если соблюдать пост. Смысл и того, и другого достаточно прозрачен: необходимо избавиться от суеты и стрессов, вернуться к самому себе, понять собственную значимость.

Медицинские мероприятия (гормоны, искусственное оплодотворение, дети из пробирки) тоже свидетельствуют о серьезном кризисе. Некоторые гинекологи специализируются на том, что пытаются вернуть женщинам в постклимактерический период способность к зачатию — а ведь это ничто иное, как выражение вынужденной необходимости и отчаяния. Курс гормонов нередко приводит к тому, что долговременный недостаток компенсируется многократно. Часто после этого рождаются двойни и тройни, что заставляет вспомнить слова: «Сначала подумайте, чего вы хотите». Проблема оказывается еще более острой, если ее пытаются решить техническим способом. Медики уже клонировали в лаборатории человеческий эмбрион, то есть создали несколько идентичных копий, чтобы повысить шансы на успех. В США в лаборатории во льду хранится больше 10 тысяч эмбрионов: это потенциальные люди, сохранившиеся во время опытов по искусственному оплодотворению. Хотя они уже не нужны, их не хотят выбрасывать просто так, поэтому они пребывают в ледяной пещере из жидкого азота для пока неясных будущих целей. Банк семени, свидетельство призрачных возможностей генной технологии, создает

иллюзию, что можно заказать не только время появления ребенка на свет, но и некоторые черты его характера.

Если исходить из того, что ребенок ощущает момент зачатия (искусственного оплодотворения), и что в семени уже запрограммировано его дальнейшее развитие, можно предположить, что полученные из банка чудо-дети с великолепным IQ и безупречным анатомическим строением в психологическом плане будут иметь массу проблем.

Пришло время признаться самим себе, что тема зачатия настолько многогранна, что учесть все просто невозможно. Несмотря на прогресс в медицине, ситуация становится все более сложной. Прежде чем что-то изменится, необходимо, чтобы иным стало наше сознание, чтобы мы научились видеть проблемы, сочувствовать и бороться против несправедливости. Многие даже не представляют, какие страдания испытывают души замороженных эмбрионов. Проще считать, что ничего страшного с ними не происходит. Когда человечество научится адекватно воспринимать страдания других, оно, наверное, сможет превратиться в гуманное общество.

ВОПРОСЫ

1. Умею ли я доверять? Могу ли я довериться снам?
2. Как я относился к пещерам, когда был ребенком, и как отношусь сейчас? Я их боялся? Все время хотел найти? Строил ли я пещеры — например, в своей детской комнате?
3. Уверенно ли я себя чувствую в новых условиях? Нужно ли мне принимать какие-то меры, чтобы чувствовать себя в безопасности?
4. Играют ли какую-нибудь роль в моей жизни сказочные сны?
5. Умею ли я радоваться жизни без всякого повода?
6. Какую роль в моей жизни играют воспоминания о счастливых моментах?
7. Испытывал ли я когда-нибудь океаническое чувство экстаза?

ПРАКТИЧЕСКИЙ ОПЫТ

1. Дыхательная медитация: во время интенсивного дыхательного процесса иногда можно ощутить экстаз и чувство безграничного простора.
2. Водные упражнения: в воде, имеющей температуру тела, можно выполнять упражнения, которые по своему воздействию не уступают ощущениям в баке Самади.
3. Прицепите крылья, но не к рукам, а к лодыжкам. Тогда в воде вы сможете парить, покачиваясь в мягком ритме собственного дыхания. Чем слабее надуваются крылья, тем глубже вы погружаетесь в Воду — один из четырех элементов. Конечно, рекомендовать такое упражнение можно только пловцам.
4. Пребывание в баке Самади, имитирующем внутреннюю часть матки.
5. Терапевтические сеансы с погружением в безграничное пространство, аналогичное тому, в котором вы пребывали после зачатия.

2. РОЖДЕНИЕ

То, что для гусеницы есть конец мира, для мастера — бабочка.
Ричард Бах. Иллюзии

Я подобен знамени, окруженному далью.
Я предчувствую приближение ветра, я должен его ощутить,
Пока внизу еще ничто не колышется;
Двери закрываются пока еще мягко, а в каминах еще царит тишина.

Еще не дрожат окна, а пыль все еще тяжела.

Но я уже знаю о буре, я взволнован, как море.
Я расправляю крылья и падаю в себя самого.
Я бросаюсь вниз. Я одинок
В этой великой буре.
Райнер Мария Рильке. Предчувствие

Когда мы рождаемся, то плачем,
Потому что выходим на эту огромную сцену для шутов.
Вильям Шекспир. Король Лир

Любой кризис — это подведение итогов предыдущего периода. Если весь период беременности был наполнен приятными чувствами, если ребенка ждут с радостным нетерпением, роды проходят легче.

Во время родов гораздо проще осознать кризисный характер этого процесса. Один только факт, что книга Лебойе «Рождение без насилия» имела чрезвычайно большой успех, является неоспоримым доказательством того, что роды — на самом деле кризис. Французский гинеколог дает простые советы для встречи с новым гражданином Земли. Все, что там написано, может стать откровением только в таком обществе, которое далеко отошло от самых естественных вещей. Практика родовспоможения XX века наглядно демонстрирует, сколько ошибок мы успели сделать. Гинекология — относительно молодая наука, стремящаяся доказать собственную значимость, — добилась того, что во время родов женщина лежит на лопатках. Это очень неудобная для родов поза, хуже — только стояние на голове. В таком положении женщине не хватает сил, чтобы тужиться, головка ребенка давит на промежность, а не на предусмотренное для этого отверстие. Преимущество от такой позы получают только врачи: так им лучше видно, рабочее поле оказывается более удобным. Насколько неудобна такая поза для роженицы, могут представить себе даже мужчины: попробуйте-ка, лежа на спине, произвести акт дефекации. Если нет противодействия, то у вас ничего не получится. Ну а с головкой ребенка дело обстоит еще сложнее. Женщины архаичных народов, которых мы ошибочно называем «примитивными», всегда рожали на корточках, чтобы выталкивать детей под давлением без всяких разрывов. Но ведь им ничего больше не остается, ведь они не умеют делать надрез промежности и не знают, как лечить разрывы. Наш же гинеколог может

сделать разрез во сне с закрытыми глазами, так почему бы ему и не попрактиковаться. В Судане акушерки до сих пор привязывают к потолку веревку, чтобы роженица могла держаться за нее, сидя на корточках. На острове Борнео роженицы сидят на специальной теплой миске. На островах Пасхи они стоят с раздвинутыми ногами, опираясь на помощниц. Индейские женщины племени мицтека в Мексике стоят на коленях с раздвинутыми ногами на специальных соломенных матах.

Прежде чем назначать гинекологов ответственными за все ошибки, стоит задуматься о том, что при господствующем у нас представлении и при нашей подготовке к родам многие женщины, рожая, сами стремятся лечь на спину. Дети вынуждены при этом пытаться *пробить головой стенку*, то есть промежность. Кроме того, при этом вытекает гораздо больше крови, чем нужно. Конечно, в среднем дети стали больше и тяжелее, это затрудняет роды, но не может считаться основанием для выбора неудобной позы и практически постоянного применения надреза промежности.

Ребенок, который достаточно долго был буквально *прижат к стенке* (промежности), наконец силой выталкивается из влагалища, при этом ему приходится пробираться через настоящую кровавую рану. Чтобы врачам было хорошо видно, до недавнего времени включали еще и прожекторы, которые в качестве приветствия слепили новорожденного — и это после девятимесячного пребывания в темноте пещеры. Какая жестокость! Появление на свет ребенок воспринимает как падение в холодный мир, ведь разница между температурой в матке и родильном зале составляет примерно 15°. У ребенка от холода начинается настоящий шок. Настроенный не самым сердечным образом медицинский персонал, собравшийся для приветствия, не предпринимает ничего, чтобы смягчить переход от спокойной атмосферы, от надежного тела матери в суету современного родильного отделения. Наоборот, все стараются дать понять, что спокойное время закончилось.

Получив свою порцию приветствий, состоящую из света, холода и суеты, ребенок переживает еще одно испытание: ему отрезают пуповину. Удаление все еще пульсирующей пуповины связано с болезненными ощущениями, хотя современные медики утверждают, что это не так, якобы, потому, что там очень мало нервных окончаний. Если когда-нибудь исследователи обнаружат физическую причину появления боли, это окажется слабым утешением для миллионов детей, которые испытали страшный шок во время появления на свет. Если чересчур поторопиться с отрезанием пуповины, у ребенка может возникнуть ощущение удушья. При этом легкие разворачиваются, что сопровождается ощущением сильного жжения. Из-за травмы первого вдоха и связанной с ним боли у ребенка могут появиться проблемы с дыханием («Если это так больно, то я никогда не буду дышать глубоко»).

Если при этих условиях младенец еще не начал кричать, то его берут за ножки — головой вниз — и бьют по голой попке до тех пор, пока он не подаст голос. Для ребенка этот тест на выживаемость будет отнюдь не последним, это лишь стартовый выстрел, дающий начало гонке за очками и баллами, которая продлится всю жизнь. Кроме этого,

не забудьте, что ребенку еще и промывают глаза, причем до недавнего времени это делали крепким раствором нитрата серебра. Можете себе представить, как их щипало! Видимо, жизнь у нас обязательно должна начинаться с мук и боли.

И этого еще недостаточно: ребенку делают укол в пятку. Для такой процедуры обязательно есть серьезные научно обоснованные причины. Укол в пятку необходим: как же иначе сделать первый анализ крови, не забывая, что доступ кислорода в легкие обязательно нужно контролировать. Необходимо немедленно начать выявление возможных наследственных заболеваний. Ну а глаза промывают на всякий случай: если вдруг у матери окажется не выявленная раньше гонорея, ребенку может угрожать слепота.

Можете быть уверены: вам делали то же самое, потому что таковы предписания, а они выполняются неукоснительно. Даже если все эти мероприятия кажутся современной медицине разумными, это все равно наименее подходящий ритуал для приветствия нового гражданина Земли.

В одном роддоме женщина незадолго до срока родила ребенка прямо в туалете. Она была очень растеряна, когда принесла несколько не пострадавшего малыша. Идеальная поза на унитазе, напоминающем старинный стул для родов, и потуги, необходимые в данной ситуации, — оба условия естественных родов были выполнены, и ребенок попытался выбраться наружу, что у него и получилось. Врачи подняли страшную суету, которая не могла скрыть факта, что они оказались лишними, а ведь могли еще и помешать.

Еще совсем недавно ребенка только показывали матери, а потом относили в ужасный зал, предназначенный для новорожденных. Там младенцы могли кричать и плакать сколько угодно, мешая при этом друг другу спать. А в это время мамы так скучали по своим малышам! Но крик у нас всегда считался свидетельством здоровья и крепости новорожденного, и, кроме того, был якобы очень полезен для легких. Кормить грудью не рекомендовалось.

Было обнаружено, что материнское молоко содержит огромное количество вредных веществ. Медицина сделала из этого факта ошибочный вывод о том, что заменители лучше и полезнее для малыша. Вредные вещества, конечно, опасны, но гораздо хуже отсутствие чувства защищенности и надежности. Заменители не приводят в действие поток любви, который ощущает ребенок во время кормления грудью. При кормлении грудью младенец не только утоляет голод, при этом исчезает его внутреннее беспокойство. После еды он оказывается и сытым, и довольным. Ну а медицина, основанная на чистом материализме, не видит в молоке ничего, кроме калорий и вредных веществ. То, что крик — это сигнал беды или стремление к защите, а не форма тренировки, понятно любому более или менее чувствительному человеку.

Изоляция от матери, для чего у медиков были свои ученые аргументы, теперь позади благодаря американской «исследовательской помощи». Ученые Америки провели исследования, в ходе которых выяснилось, что и для мамы, и для ребенка гораздо лучше не

расставаться. Один довольно пожилой гинеколог назвал новую систему концом безумия, длившегося десятилетиями.

Альтернативой медицинскому сценарию ужасов, по которому сейчас проходит процесс рождения ребенка, стали роды дома. Они имеют свои неоценимые преимущества (никакие гинекологи со своими медицинскими познаниями не вмешиваются в естественный процесс), но в то же время связаны с опасностью осложнений (в некоторых ситуациях гинеколог просто необходим). К родам дома нужно тщательно готовиться. Лучше всего сразу пригласить и опытную акушерку, и гинеколога, в компетентности которых вы не сомневаетесь. В Голландии 90 процентов женщин рожают дома, хотя гинекологи и машины «скорой помощи» всегда наготове. Причем младенческая смертность там ниже, чем в любой европейской стране.

Не следует забывать, что роды — это не болезнь, а естественный процесс, поэтому он не обязательно должен быть связан с больницами и врачами. Самое главное здесь — природные силы матери и ребенка. Во многих частных клиниках пациентки получили «право» рожать в отдельной палате или в специальных родильных комнатах, в которых гораздо более приятная и спокойная атмосфера, чем в старых родильных залах. При мягком свете и оптимальной для ребенка температуре, под тихую музыку без стимуляции схваток, но при полном подчинении естественному ритму и скорости, роды проходят значительно легче, ткани успевают подготовиться и становятся мягкими и податливыми. Часто роженица сама может выбрать себе позу. В некоторых клиниках появились специальные стулья. Кое-где можно заказать даже роды под водой. Последний крик моды — это так называемое родовое колесо, на котором женщина может выбрать себе любую позу. Отдельные гинекологи «униженно» опускаются на пол, чтобы снизу при помощи карманного фонарика следить за тем, как раскрывается шейка матки, если вдруг женщина решила рожать на корточках.

Некоторые женщины настолько хорошо готовят и себя, и ребенка к родам, что помогать им не нужно. Достаточно наблюдать, позволяя процессу идти своим чередом. Выражения типа «праздник родов», которые большую половину прошлого столетия звучали как издевка, теперь иногда оказываются к месту.

Многие женщины теперь берут дело в свои руки, выясняя во время сеансов психотерапии собственные родовые травмы и готовясь к родам намного лучше, чем под чьим-то руководством. Используя ребефинг (техника «повторного рождения»), можно найти наиболее подходящую для себя систему дыхания, хотя для начала понадобятся мужество и решительность. К сожалению, с этой техникой знакомы лишь немногие врачи. Если еще до родов женщина освоила методику сильного и глубокого дыхания, то в самый ответственный момент она сможет дышать правильно. При таком дыхании тужиться так же легко, как, например, в положении «на корточках». Если женщине удастся руководить собственными силами, необходимыми для сознательного родового процесса (без гинеколога), то весь акт окажется похожим на оргазм. Конечно, в таких условиях врачу не очень хорошо видно его

«рабочее поле», но зато у него и забот меньше. Неудобства медперсонала следует воспринимать адекватно, не забывая, что главные действующие лица родов — мать и дитя, а отнюдь не врачи.

При мягких родах появившегося ребенка кладут маме на живот, а в это время через пуповину он продолжает получать все необходимое. И только потом этот соединительный шнур отрезают. Когда пульсация прекращается, то, как правило, дыхание устанавливается без посторонней помощи. При этом нет ни асфиксии, ни боли, ведь даже деление сердца на две функционально обособленные камеры может пройти легко и гармонично. Само собой разумеется, маленький человечек после таких родов остается с мамой, он ощущает ее тепло и, если захочет, может попытаться сосать. Устаревшая мода начинать жизнь с одно- или двухдневного поста тоже не обязательна. Но она не приносит никакого вреда, иначе молоко начало бы приливать раньше, чем на второй день.

При мягких родах маме и ребенку легче сразу же привыкнуть друг к другу. Первое время, проведенное вместе, играет очень важную роль для последующих взаимоотношений, и это можно использовать. Учеными уже давно исследован феномен подражания у животных. Всем известна история о молодых гусях, которые воспринимали Конрада Лоренца как «маму» и следовали за ним во всех мыслимых и немыслимых ситуациях. Поэтому самый первый период маме и ребенку лучше прожить вместе. Если по медицинским показаниям необходимо произвести кесарево сечение, то желательно, чтобы в операционной находился отец, который сможет первым встретить малыша. Кстати, такие дети часто потом становятся типичными «папочкиными» детьми.

ПРОБЛЕМЫ, ВОЗНИКАЮЩИЕ ВО ВРЕМЯ РОДОВ

Основные причины, по которым роды превращаются в кризис, связаны с двумя обстоятельствами: недостаточное доверие и нехватка силы, помогающей вытолкнуть ребенка. Если во время беременности между ребенком и матерью не возникло полного взаимного доверия, то ребенок не захочет менять ситуацию, которая еще не дала ему всего того, что должна была дать. Так человек, которому пока еще не удалось создать хорошую материальную базу, не может бросить работу, как бы ему этого ни хотелось. Добиться взаимного доверия перед началом родов очень трудно, если оно не возникло сразу после зачатия и на ранней стадии беременности. Ребенок не уверен, что теперь его встретят хорошо. Практически это выражается в увеличении количества родов группы риска, например, случаев, когда приходится прибегать к кесареву сечению.

Слабость при выталкивании связана не столько с недостаточно развитой способностью принимать решения, сколько с неумением использовать силу Марса, то есть агрессивность (от лат. *aggredi* — толкать, пробиваться, нападать). Во время родов агрессивность просто необходима. Она необходима не только матери (чтобы тужиться), но и ребенку (чтобы осмелиться совершить прыжок в неизвестность). Сила Марса, которая дает энергию, без которой невозможно никакое начало,

связана с истоками жизни как таковой. Цыпленку тоже нужна энергия, иначе он не сможет вылупиться. Ему ведь приходится изнутри долбить своим острым клювиком яичную скорлупу. На его клюве лежит печать Марса — острие — символ остроты и опасности. Это то самое острие, которое есть у любого копья и у любого ножа, у каждого реактивного истребителя и у каждой ракеты. Оно есть на почке и на ростке. Время Марса — весна, то есть рождение. Весной, когда у большинства зверей рождается потомство, а салат идет в стрелы, поверхность земли протыкают миллиарды ростков, а бесчисленные почки на деревьях прорывают свою оболочку. Конечно, все это происходит естественным образом, не со злыми целями и без всякой жестокости, но, тем не менее, во всех этих процессах присутствует энергия Марса. Используя ее, мы можем стать более мужественными, чаще делать первые шаги в область неизведанного и самостоятельно решать собственные проблемы, разрушать любые границы и осваивать духовную целину. Отрицая агрессивность, мы потеряли культуру спора, силу духа и твердость в отстаивании собственной позиции. Пытаясь жить подчеркнуто мирно, мы достигаем прямо противоположного результата: хотя все народы и все политики хотят мира, планета наша буквально напичкана оружием.

Ни одно из заболеваний не распространяется с такой скоростью, как аллергия. Это бессмысленная, заранее обреченная на поражение война, которую все большее количество людей ведет, сражаясь с самыми безобидными вещами: цветочной пылью и кошачьей шерстью, бытовой пылью и продуктами питания. Если даже все аллергики мира соберутся в одно огромное войско, им все равно не удастся уменьшить количество цветочной пыльцы, поэтому такая война бесперспективна сама по себе. Источник аллергии — проявление на физическом уровне подавленной, то есть неосознанной агрессии. Аллергии в микрокосме так же бессмысленны, как войны в макрокосме. Куда бы мы ни посмотрели, везде можно найти примеры подавленной и попавшей в тень агрессии, которую мы таковой не воспринимаем. Именно здесь следует искать истоки того обстоятельства, что количество проблем во время родов постоянно растет.

Постепенно мы подошли к основному мотиву любого кризиса развития: мы не умеем принимать решения. Мы не можем вовремя почувствовать необходимость использовать энергию. Принцип Марса задействован всегда, потому что даже при нанесении надреза во время родов используется нож и проливается кровь. При кесаревом сечении, как и при естественных родах, применяется энергия Марса, но источник ее — не мать, которую это непосредственно касается, а гинеколог.

Рождение — это решающий шаг в жизнь. Любой шаг в новое и любое нарушение привычных границ — тоже рождение. Имеет смысл узнать схему своего рождения, тогда его можно будет использовать для решения индивидуальных проблем при любом начинании.

Кроме того, в схеме рождения сконцентрирована и вся жизненная схема, точно так же, как в зародыше или семени заложена вся жизнь растения. Именно поэтому в астрологии момент первого вдоха используется для определения начала жизни.

Основательное знакомство с первым, самым важным отрезком жизни становится возможным при реинкарнационной терапии, центральная роль в которой отводится повторному проживанию собственного рождения. Помочь может и реконструкция родового процесса по воспоминаниям матери, по крайней мере, более ясной станет особая кризисная точка — рождение.

ОСЛОЖНЕНИЯ ВО ВРЕМЯ РОДОВ

Кто может поставить ребенку в вину то, что он, вместо того чтобы прыгать в жизнь вперед головой, выбирает кажущийся более надежным прыжок вперед ногами? Ребенок не видит, куда его выталкивают с такой силой, он не знает, где выход из родового канала, и чем меньше он настроен матерью на ситуацию, тем больше будет сопротивляться.

В конце концов, любые, даже самые мягкие роды — это испытание мужества и борьба. Пребывание в узком родовом канале может показаться опасным и вызвать страх, поэтому практически любые роды — это травма. Все ситуации в дальнейшей жизни, которые будут связаны со страхом, могут оживить неосознанные родовые травмы. Но их не следует подавлять, это приводит к ослаблению личности. При определенном подходе они могут придать сил. Недаром народная мудрость гласит: «Не умрем, так выиграем». Но это возможно только в том случае, когда ситуация воспринимается осознанно, и для того чтобы удержать ее в сознании, не приходится задействовать большое количество энергии.

Типичная родовая травма, с которой в дальнейшем может быть связано множество проблем, возникает следующим образом: поскольку боль и выталкивающая сила увеличиваются, у ребенка нет шанса противостоять происходящему. Выталкивающая сила во время схваток и действия акушеров становятся настолько мощными, что младенец вынужден решиться на побег из тела, в котором стало так больно. И только когда самое ужасное оказывается позади, к нему возвращается сознание, то есть душа. Появившись на свет, он чувствует себя одиноким и покинутым. Подготовка ребенка и постоянный внутренний контакт с матерью могут облегчить ему сознательное восприятие того, что изменить никак нельзя. Дети не только понимают все гораздо лучше, чем нам кажется, они также прислушиваются к языку чувств, который взрослые большей частью уже забыли.

Если мать «убегает» от сознательного восприятия с помощью общего наркоза, ребенок чувствует, что его оставили в беде, потому что наркоз на него не действует. Для женщины общий наркоз связан еще и с тем, что невозможен момент посвящения, который должен присутствовать при родах.

В будущем человек с неотработанной схемой родового процесса, с одной стороны, всегда будет бояться узких мест и в прямом, и в переносном смысле, ему всегда будет не хватать решительности для чего-то нового. С другой стороны, он неосознанно будет искать подобные ситуации, чтобы, наконец, научиться относиться к ним

адекватно. В школе жизни все точно так, как в нашем детстве: если мы не учимся читать, то скоро возненавидим чтение. Так происходит до тех пор, пока мы не прекращаем сопротивление, не покоряемся неизбежному и не учимся читать. Если осознать страх, связанный с травматической родовой ситуацией, то пропадает соответствующий травматический опыт.

С травмой рождения связана болезнь, которую представители академической медицины называют гипервентиляционной тетанией*. Картина болезни такова: человек с неразрешенной родовой травмой попадает в ситуацию, вызывающую страх, и склоняется к тому, чтобы этот страх подавить. Но то, чему нет места в сознании, проявляется по-другому — в учащенном дыхании. Тело начинает сжиматься, возникают первые судороги. Тогда человек осознает узость своего тела и испытывает страх. Если он продолжает дышать, то сможет справиться с ситуацией и достичь спасительного простора. Как только человек ощущает простор и открытость, страху не остается места и он исчезает. Но если процесс прерывают химическими препаратами, как только появляются судороги, то внутреннее состояние узости фиксируется. Тенденция пациента снова оказаться в подобной ситуации растет с каждым разом, поскольку судьба не оставляет надежды протащить его через узкое пространство, хотя теперь он так близко от цели. Чем совершеннее медицинская помощь, тем в данном случае хуже ситуация.

** Гипервентиляционная тетания — судороги мышц, развившиеся вследствие гипервентиляции.*

Врачи-аллопаты пытаются лечить гипервентиляционную тетанию с помощью кальциевых препаратов. Психотерапевты же мягко и осторожно, но вполне осознанно проводят пациентов через ощущение узкого пространства. Повторное переживание кризиса, связанного со страхом рождения, позволяет осознать подавленные травмы, так что эти травмы получают возможность буквально рассосаться. На этом примере можно увидеть различие между традиционно-аллопатическими принципами и теми, которые направлены непосредственно на выздоровление как на восстановление цельности.

ЯГОДИЧНОЕ ПРЕДЛЕЖАНИЕ

От уже упоминавшегося прыжка в жизнь головой вперед дети отказываются тем чаще, чем хуже они подготовлены. При ягодичном предлежании ребенок ни за что не соглашается на нормальное, но требующее изрядного мужества положение. Он лежит головой в противоположную сторону. Объяснить подобное поведение можно на следующем примере. Человек стоит в бассейне на десятиметровой вышке и смотрит вниз. С такой высоты бассейн кажется маленькой лужей, в которую нужно каким-то образом попасть. Если такая ситуация для человека нова и он плохо подготовлен, ему сразу же захочется отказаться от прыжка. Но если обратной дороги нет, и человека с постоянно нарастающим давлением подталкивают к краю площадки, то,

вполне возможно, что, несмотря на предупреждения, он все-таки прыгнет ногами вперед, потому что это не так страшно.

Ребенок пытается прыгнуть в жизнь не головкой вперед, а ягодицами. Тем самым он выражает не только отказ, но и протест. Узость пещеры давит все больше, схватки оказываются настолько сильными, что роды начинаются, хотя и неправильно. На первый взгляд кажется, что отказ от нормального положения был справедливым, потому что узенький таз выскакивает легко и быстро. Не возникает проблем ни с животиком, ни с верхней частью туловища. Но затем наступает очередь самой большой части. Головка имеет самый большой размер и сразу же блокирует отверстие. Но так как пуповина никуда не делась, то она начинает сдавливать. Возникает удушье, более опасное, чем преждевременное обрезание пуповины. Пока рот и нос остаются в родовом канале, ребенок не может дышать. Чем дольше он находится в таком положении, тем больше слабеет из-за недостатка жизненной энергии, тем больше волнуются врачи, тем отчаяннее борется мать. Недостаток кислорода может создать серьезные проблемы — от угнетенного состояния, вызванного страхом смерти, до повреждений мозга, которые останутся на всю жизнь. Ребенок получает то, чего он хотел избежать любой ценой — ситуацию, связанную с угрозой жизни.

При ягодичном предлежании на первый план выходит элементарный симптом: человек не хочет выбираться на свет. Сюда добавляется и еще одна тенденция — отказ от предусмотренного пути в пользу своего собственного, даже если он связан с угрозой для жизни. Девиз такого поведения может звучать так: «Отказ из-за боязни и упрямства без учета собственных потерь». Не забудьте и про отказ отдать себя. Ребенок не опускает голову вниз, чтобы не отдавать себя полностью. Держать голову вверх — в дальнейшей жизни это станет его главной стратегией, которая сулит успех. Держа голову вверх в момент рождения, ребенок делает все возможное, чтобы защитить себя, но при этом совершает принципиальную ошибку, потому что именно голова больше всего страдает от недостатка кислорода.

Аналогичные ситуации, в которых понадобятся мужество и некоторое безрассудство, в жизни будут встречаться довольно часто. Человек, родившийся ягодицами вперед, всегда будет поворачиваться спиной к людям, чтобы настоять на своем любой ценой.

Роды при ягодичном предлежании приводят к драматическим ситуациям, которые требуют от акушеров большой оперативности и внимания. Дети, родившиеся таким образом, с самого начала заставляют окружающих опасаться за их жизнь.

ПОПЕРЕЧНОЕ ПРЕДЛЕЖАНИЕ

Противоположное нормальному предлежанию, которое называется ягодичным, намного проще, чем поперечное. Если еще не родившийся ребенок лежит поперек, то сразу становится понятно: это ребенок, который совсем не хочет приходить в этот мир и делает все возможное, чтобы его не вытащили из надежной пещеры.

Иногда опытным акушеркам удается повернуть сопротивляющегося ребенка, освободив его от опасной позы. Подобные «вмешательства» уходят далеко за рамки механики, скорее, речь идет об искусстве, в котором объединены тело и душа. Основано такое искусство на опыте и интуиции. Но если рядом нет мудрой акушерки или если ребенок сопротивляется так сильно, что его не перевернуть, помочь может только хирургическое вмешательство. С точки зрения ребенка, спасительное кесарево сечение — это победа, даже если она одержана ценой разрушительного упрямства. Ему не понадобилось бороться за свою жизнь. На первый взгляд, подобные роды имеют сплошные преимущества. Маме дают мягкий наркоз, избавляя от боли. Спасительный бог сна Гипнос распахивает над ней свой темный бархатный плащ и освобождает от всякой ответственности. Ребенок может спокойно ждать, пока не поднимется занавес и стерильные руки гинеколога не вытащат его из укрытия. Причем, сделано это будет очень осторожно. Он все-таки настоял на своем, избавив себя от необходимости пробираться, преодолевая страх, через узкое отверстие.

При нормальном течении родов мать и ребенок тесно связаны. Но если ребенок отказывается от ответственности, то от нее с помощью наркоза освобождается и мать. Образец родившегося при кесаревом сечении ребенка связан с названием метода: такой ребенок входит в жизнь действительно по-королевски. Его девиз прост: «Лягу поперек, и пусть другие посмотрят, что со мной будет!» Однако то, что сначала кажется таким удобным, с возрастом может превратиться в достаточно неприятную и сложную схему, потому что не всегда рядом оказываются люди, готовые взять на себя всю работу и весь риск. Стремление расправляться с любыми проблемами хитрым и абсолютно безопасным способом останется навсегда, но не всегда оно сможет реализоваться таким элегантным способом, как это было в самом начале.

В конце концов ребенку все равно не удастся осуществить свое желание и остаться в сказочной стране, расположенной в чреве матери. Сбой в родовом процессе становится настолько угрожающим, что без врачебного вмешательства может привести к катастрофе. Из-за отказа ребенка принимать участие в родах погибнуть могут и мать, и он сам. Так как при дальнейших кризисах у этого человека уже не будет помощников, не исключена возможность, что он снова и снова будет отказываться что-либо предпринимать и будет пытаться увести от прямого пути всех, кто вокруг него находится. Если он не научился преодолевать боязнь и «узкие» места жизненных коллизий, то может произойти самый настоящий застой страха, который его просто задушит. Вместо того чтобы собраться с силами, он упрямо будет отказываться от попыток что-либо предпринять и остается на всю жизнь испуганным малышом, действующим под девизом: «Как-нибудь все образуется. Мама или папа, государство или общество — кто-то во всем разберется!»

Задействованная в процессе родов энергия Марса выходит на передний план. Если мать и ребенок не хотят ею воспользоваться, за дело берется гинеколог, в чью руку бог войны вкладывает нож. Его действия спасают ребенку жизнь, но наносят непоправимый вред душе: новорожденный так и не узнает, как использовать собственную энергию

для начала чего-то нового. Скорее, наоборот: ему становится понятно, что без этого можно спокойно обойтись. В новый отрезок жизни он попал не собственными усилиями, эта схема поведения прочно отложилась у него в памяти. Чтобы жить дальше, ему всегда будет нужен стерильный операционный зал с самой современной аппаратурой, в котором находятся те, кто сделает за него все операции, необходимые для перехода в следующую фазу развития. Очень часто он, общаясь с людьми, ведет себя как кесарь: «Мне не хочется разрушать цельность, не хочу ломать голову, не хочу пачкать руки, пусть другие волнуются. Пусть полярность достанется не мне, а другим!»

КЕСАРЕВО СЕЧЕНИЕ

ПРОБЛЕМЫ МАТЕРИ

При кесаревом сечении мать находится под наркозом, и ей не удается осознанно испытать посвящение в материнство. Какими бы ни были дальнейшие усилия, заменить это таинство не сможет ничто. Кроме того, для нее не существует того первого момента, когда мать и ребенок впервые оказываются вместе. Пока еще она в царстве Гипноса. В каком-то смысле она просто проспала роды. Подарить человеку жизнь — это процесс активный. Позже многие женщины это осознают, поэтому они хотят родить второго ребенка обычным способом. Но на это они рассчитывают напрасно, потому что гинекологи скажут «одно сечение — все остальные тоже сечения». При этом они исходят из того, что после первой операции на матке остается шрам, который при усилиях, необходимых для нормальных родов, может разойтись, что связано с угрозой для жизни матери. Но, с другой стороны, матка — очень сильная мышца. На ней, как и на других мышцах, все отлично заживает. Некоторые спортсмены после разрыва мышцы, гораздо более серьезного, чем след от разреза, продолжают заниматься профессиональным спортом.

Чаще всего, чтобы «не рисковать», выбирают повторное кесарево сечение. Иногда при этом возникает угроза уплотнения труб. Женщины, которые готовы пополнить недостающий опыт, и гинекологи, которые не отступают от «буквы» академической медицины, сталкиваются во мнениях, что приводит к самым настоящим драмам. Был случай, когда женщина после двух кесаревых сечений родила своего третьего ребенка нормальным способом среди своих подруг на маленьком острове без всякого гинеколога. Благополучный исход этих родов свидетельствует о том, насколько сильной и надежной может быть матка. Подобные «эксперименты» вполне возможны, но проводить их следует в самых современных клиниках. Врачи обязательно должны присутствовать при таких родах.

ПРОБЛЕМЫ РЕБЕНКА

СЛИШКОМ БОЛЬШОЙ РЕБЕНОК

По разным причинам дети в утробе матери иногда вырастают слишком большими. Часто это происходит, когда ребенка перенашивают, то есть когда он так наслаждается жизнью в своей сказочной стране, что и не собирается выбираться наружу. Такой «перезрелый» плод появляется слишком поздно, поэтому процесс выхода на свет не доставляет удовольствия ни матери, ни ребенку. С другой стороны, и мать совсем не хочет выпускать своего ребенка вовремя. На первый план выходит проблема неумения отпускать, которая еще проявится в пубертатный период и в молодости.

Беременность — это своего рода инкубационный период для родов и жизни. Чем длиннее этот период, тем сильнее следующий за ним прорыв. Ребенком, который никак не проявляет желания покинуть родное гнездо, руководит страх. Он боится того, что должно произойти, и не хочет менять привычную атмосферу на рискованное предприятие. Пропустив *нужный* момент, мать и ребенок сталкиваются с тем, что любой другой момент — *неправильный*.

Еще один серьезный аспект при переживании связан с тем, что ребенок считает себя все более и более важным, отнимая у матери гораздо больше времени, чем ему отведено, и превращаясь во все более тяжелый груз для нее. В таких случаях чаще всего приходится прибегать к кесареву сечению.

Иногда бывает и так, что размер ребенка по разным причинам не соответствует ширине таза матери. При этом единственным разумным выходом может оказаться кесарево сечение, произведенное вовремя. Хотя в таких ситуациях чаще ребенок пытается выбраться нормальным путем, правда, чуть раньше срока.

Важную роль может сыграть и слишком калорийное питание. Ребенок, находясь в животе матери, будет чересчур быстро прибавлять в весе. Благополучная жизнь вызывает необходимость использовать достижения современной медицины.

МАТКА-ЛОВУШКА: PLACENTA PRAEVIA

В такой, довольно редкой ситуации детское место расположено прямо у выхода из матки и закрывает его в большей или меньшей степени. Ребенок оказывается в смертельной ловушке, выход из которой могут обеспечить только гинекологи. Они делают это искусственным путем, разрезая живот. С точки зрения ребенка, жизнь начинается с бесперспективной ситуации, разрешить которую можно только через постороннее вмешательство. Если помощь приходит вовремя, дальнейшей жизни ничего не угрожает.

Чтобы существовать с такой схемой, очень важно в будущем всегда обеспечивать себе поддержку и достойно принимать помощь. Если человек внутренне настроен на то, что в любой серьезной ситуации ему просто необходима помощь, то он обязательно ее найдет и сможет решить свои проблемы.

Американский педагог Эл Зиберт центральными свойствами любого характера считает умение ставить вопросы заранее и способность организовать что-либо вовремя. Люди с такой схемой

поведения лучше других умеют выходить из кризисов с новыми знаниями и силами. Они добиваются успеха даже в абсолютно бесперспективных ситуациях, а встречающиеся на пути трудности рассматривают не как препятствия, а как стимул.

Эзотерическая философия исходит из того, что противоположности имеют внутреннюю взаимосвязь. Детям свойствен защитный образец поведения и постоянное ожидание помощи. У гинекологов — активных сторонников кесарева сечения — отмечается преувеличенная готовность помочь. У матерей на передний план выходит проблемное отношение к способности отпустить и расстаться, что делает их похожими на собственных детей.

Существуют последствия кесарева сечения, проявляющиеся не сразу: с самого начала детям, родившимся таким способом, не хватает опыта, они не умеют адекватно относиться к ограничениям и не знают, как их перейти. У них может развиться привычка «пересидеть» ситуацию в надежде, что кто-то все за них сделает. Они стремятся жить как в волшебной стране, расположенной в животе матери. Потом этим детям будет очень трудно жить, если, конечно, они не научатся преодолевать трудности самостоятельно. Развивается только тот человек, перед которым стоят серьезные задачи. Попытки уклониться от опасности непродуктивны. Кроме того, они могут перейти в маниакальное поведение.

Возможно, что после кесарева сечения человек избирает другой путь развития. Он пытается компенсировать отрицательный опыт, везде старается доказать собственное мужество. В таком поведении может проскальзывать что-то наигранное и демонстративное. Иногда такие же черты возникают у человека, родившегося при ягодичном предлежании.

ДРУГИЕ ПРОБЛЕМЫ РОЖДЕНИЯ И ОСВОБОЖДЕНИЯ

ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ ИЗЛИТИЕ ВОД

Если воды отошли слишком рано, значит, мать рано передает ребенка воздуху, лишая его привычной жизненной среды. Вся прелесть внутриутробного существования исчезает, и ребенок может подчиниться явственному призыву и последовать за водами. Если он этого не сделает, роды придется стимулировать искусственно. На самом деле ребенок может совершить самостоятельный прыжок в жизнь. Покинуть матку раньше времени менее вредно, чем задержаться в ней надолго.

Воды, отходящие раньше срока, дают возможность предположить, что ребенок и дальше будет склонен к поспешным, необдуманным решениям. О таких людях говорят, что они «попадают в дом вместе с дверью». Чаще всего их планы и цели оказываются недозревшими и несостоятельными.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННЫЕ РОДЫ

Преждевременные роды свидетельствуют о стремлении ребенка убежать или о попытке матери как можно скорее приучить ребенка к самостоятельности. Часто проявляются обе тенденции, и это приводит к родам прямо на улице. Роды могут начаться в такси, в самолете и даже на тротуаре.

Если старт в жизнь происходит не очень рано, то он достаточно безобиден. Человек в любом случае рождается гораздо раньше, чем остальные млекопитающие. Утраченное внутриматочное гнездышко долго приходится заменять теплым гнездом — колыбелькой, которую человеческие детеныши покидают неохотно. Новорожденный человек гораздо больше привязан к гнезду, чем самый ленивый птенец.

Если ребенок сильно недоношен, внутриутробное гнездышко приходится заменять инкубатором. И здесь на первый план выходит недостаточное гостеприимство со стороны матери и нетерпение со стороны ребенка. От фальстарта ребенку мало пользы, потому что он в результате собственных усилий оказывается в искусственной матке — инкубаторе. Он отодвигается в своем развитии назад. И для матери сокращение периода беременности приносит сплошные проблемы.

Ранние роды связаны с угрозой для жизни, потому что некоторые органы еще не сформировались или сформировались недостаточно, поэтому они не способны поддерживать жизненные процессы в воздушной среде. Схема в данном случае такая же, как и в ситуации, когда рано отходят воды. Дети еще недостаточно развиты. С этой схемой они уходят в жизнь и представляют собой противоположность переносенным детям. Одни всегда опаздывают, а другие, наоборот, приходят заранее, что, впрочем, не всегда уместно. Следует отметить, что у нетерпеливых и медлительных проблема общая: неумение планировать и правильно рассчитывать время.

ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЕ ОТСЛОЕНИЕ ПЛАЦЕНТЫ

Данная ситуация соответствует тем же схемам, о которых мы только что говорили, но угроза здесь гораздо более серьезная: ребенок оказывается отрезанным от снабжения и «райская» ситуация остается в прошлом. Ребенок не может самостоятельно дышать, поэтому у него начинается острая внутренняя асфиксия. Единственным шансом на спасение оказывается помощь гинеколога. Существует и угроза жизни матери, потому что отрыв плаценты приводит к кровотечению.

АСФИКСИЯ

Огромное значение в ситуации, когда пуповина обвивается вокруг шеи ребенка (при асфиксии), имеет размер петли. Если она чересчур узкая, ребенок может задохнуться и погибнуть. По результатам ультразвукового диагноза и внутриматочным снимкам известно, что еще не родившийся ребенок может тянуть за пуповину. Как правило, это вызывает легкое болезненное ощущение у матери. То, как ребенок тянет за пуповину, можно сравнить с приведением в действие сигнального колокольчика.

Пуповина, обмотанная вокруг шеи, говорит об агрессии, направленной на самого себя. Энергия Плутона выходит на передний план и ставит свою печать на жизнь этого человечка. Странгуляция* исходит от самого ребенка, который тем самым декларирует: «Лучше умереть, чем оказаться на свободе и довериться течению реки». Следствием этого чаще всего оказывается не самоубийство, а нарушение кровообращения. Материнский лунный принцип, символически выраженный пуповиной, превращается в характерную для Плутона петлю, имеющую склонность душить ребенка. Позже это может выразиться в так называемой гиперопеке, когда мать рискует своей любовью буквально задушить ребенка.

* *Странгуляция* — пережатие.

РЕЗЮМЕ

Рождение, как входные ворота в полярную жизнь, — не менее драматическое событие, чем зачатие. С точки зрения ребенка все происходит совсем не так, как в представлении взрослых. Если зачатие воспринимается как ограничение или даже тюремное заключение, то роды, связанные с давящими ощущениями во время пребывания в родовом канале, и описанное выше вмешательство людей могут показаться самым ужасным насилием. Ребенок чувствует, что его предали, отдав на поругание. Этот сложный и тягостный процесс необходимо превратить в радостное событие, что, впрочем, и происходит, если родители не скрывают своей радости и гордости.

Для новорожденного течение времени начинается только с момента рождения, при котором у него появился неприятный опыт: теперь он знает, что такое узор и страх. Иногда приобретенный опыт требует психотерапевтического вмешательства.

Сегодня стало возможным превращение родов из драмы в праздник: появляется все больше акушеров, согласных принимать роды в домашних условиях, гинекологи тоже все чаще выражают готовность к совместной работе. Лучше всего будущая мама может подготовиться к родам, если сумеет разобраться с собственными родовыми травмами. Но нет ничего опаснее во время родов, чем неосознанный страх гинеколога, связанный с его собственными родовыми травмами. Как показывает опыт, профессии, связанные с родовспоможением, выбирают те, кто еще не смог разобраться с собственным рождением. Точно так же люди с душевными проблемами имеют склонность к изучению психологии.

ВОПРОСЫ

1. Представьте себе, что вы согласились отправиться в путешествие по пещерам, но через какое-то время чувствуете усталость, вам все надоело и снова тянет обратно, поближе к солнечному свету. Ваш сопровождающий, который до сих пор очень хорошо вам помогал, знает, как сократить путь обратно. Но путь этот настолько узкий и тесный, что вам придется встать на колени и, опираясь на локти, ползти

вперед подобно рептилиям. Кроме того, выход вы не видите, потому что сначала коридор слегка наклонен вниз, а затем поднимается вверх. Ваш сопровождающий предупреждает вас, что глубоко вдыхать нельзя, иначе можно застрять. Поскольку вы колеблетесь, он говорит, что до вас здесь пробиралось очень много людей, а находящаяся сверху гора пребывает на этом месте уже много миллионов лет, поэтому пещера ни за что не обвалится. Потом он посылает вас вперед.

- Как вы чувствуете себя при мысли о том, что вам придется ползти, натыкаясь на стены?

- Подумайте, готовы ли вы решиться на такое? Попробуйте мысленно проследить этот путь от надежной, но темной и ставшей не очень приятной пещеры на свет.

- Помешают ли вам теснота и связанный с ней страх? Перенесите эти представления на свое рождение и путь к жизни.

2. Как вы начинаете день, символизирующий год и жизнь в целом?

- Легко ли вы встаете с постели? Может быть, вам неприятно покидать теплое уютное гнездышко в ставшей такой привычной пещере?

- Не испытываете ли вы страха, не пасуете ли перед задачами и перспективами нового дня?

- Представляете ли вы новый день в виде горы, стоящей прямо перед вами, или же в нем есть нечто магически притягательное для вас?

- Хватает ли у вас энергии, или вы приближаетесь к новому дню, нажав на тормоза?

3. Нравится ли вам восход солнца?

- Когда вы наблюдали его?

- Удастся ли вам его увидеть, или же обычно вы просыпаете начало дня... и своей жизни?

- Как вы себя чувствуете рано утром?

- Нравится ли вам начинать путешествия ранним утром?

ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ЛИКВИДАЦИИ РОДОВОЙ ТРАВМЫ

1. Воспроизведите свое рождение на сеансе психотерапии. Воспроизведя рождение, вы сможете относиться к нему сознательно.

2. Попробуйте терапию форсированного дыхания — путь сквозь собственную тесноту, в котором не исключены судороги, отправляющие человека обратно в эмбриональное состояние, но с последующим освобождением.

Оба метода полезны при любом кризисе. Курс психотерапии направлен на преодоление проблемы, давящей сильнее всего, а дыхательная терапия автоматически ориентируется на самую актуальную тему, жизненная энергия движется по тому же пути.

В конце концов, любой кризис — это рождение в новой области.

3. Символические упражнения:

- «Почка»: человек сворачивается калачиком, соответствующим позе эмбриона, а потом раскрывается, как цветок.
- Материнский живот один на двоих — один из вас изображает материнский живот, другой — еще не родившегося ребенка. «Живот» ложится на «ребенка» и держит его руками и верхней частью бедер. Постепенно «ребенок» начинает высвобождаться.
- Застрявшая в песке машина, которую следует вытолкнуть, то есть уметь привести в движение замершую ситуацию, добиваться прорыва на любом уровне.

3. ПОСЛЕРОДОВОЙ ПЕРИОД И КРИЗИСЫ МАЛЕНЬКИХ ДЕТЕЙ

Ваши дети — это не ваши дети.
 Это сыновья и дочери стремления жизни к самой себе.
 Они приходят с вашей помощью, но не от вас.
 Они с вами, но вам не принадлежат.
 Вы должны отдать им свою любовь, но не свои мысли.
 Вы можете влиять на их тело, но не на душу,
 Потому что душа живет в доме самого Утра, в который
 Вам нет хода, даже в ваших мечтах.
 Вы можете стремиться стать похожими на них,
 Но не пытайтесь сделать их похожими на себя.
 Ведь жизнь не может течь вспять,
 Она просто пребывает в прошлом.
 Вы лук, который посылает своих детей —
 Живые стрелы.
 Стрелок видит цель на тропинке, ведущей в бесконечность.
 И в Его власти повернуть вас так,
 Чтобы его стрелы летели не очень далеко и не слишком быстро.
 Пусть то, как Стрелок изгибает лук, принесет вам радость,
 Ведь так же, как он любит летящую стрелу,
 Он любит и лук, всегда стойкий и отважный.
Халил Джебран. О детях

Невозможно с помощью детей удовлетворительно решать свои неосуществленные проблемы. Кроме того, дети не подходят в качестве проекции для возвышенных планов и желаний. Зато они — неподражаемое зеркало. Они вносят в жизнь то, чего раньше не было. Исходя из того, что судьба не совершает ошибок, а напротив, постоянно стремится к их исправлению, можно утверждать, что любые родители получают тех детей, которые им нужны, даже если это не их собственные дети, а усыновленные. В этом смысле судьба дает значительно больше, чем манна небесная. Богатство, привносимое в нашу жизнь детьми, находится, как правило, там, где мы его не ждем и не замечаем. Если бы мы могли его воспринимать, то развивались бы невообразимыми темпами. Трудно представить себе лучших психотерапевтов, чем дети. Они состоят из нас самих, они похожи на нас и в плохом, и в хорошем... Интуитивно они прикладывают свои маленькие пальчики к самым слабым нашим местам.

Вполне понятно стремление родителей, которые хотят, чтобы их дети побыстрее росли, хотя медленный рост повышает шансы, что взрослые не отстанут в развитии от собственных детей. Дети в быстром темпе еще раз проходят всю историю развития человечества, поэтому отражают и ступени развития своих родителей. Проблемы могут возникнуть там, где застряли сами родители, хотя они чаще всего не хотят в этом признаваться.

Дети, так же как их родители, приходят в этот мир с готовыми жизненными проблемами. Чаще всего обучающие задачи детей и родителей очень похожи. Но у детей тематика прослеживается более отчетливо, потому что они еще не научились так изысканно, как их родители, использовать защитные механизмы типа рационализации и проекции*. Именно поэтому мало кто может так успешно довести взрослых до белого каления. Человек, видя перед собой карикатуру собственных проблем, сразу начинает злиться. Но ведь глядя поутру в зеркало, вы не вините его в том, что у вас мрачное и недовольное лицо.

* Типы психологической защиты: рационализация — оправдание, проекция — собственные желания приписываются внешнему объекту, другому человеку.

У некоторых индейских племен существует традиционное представление, будто за спиной каждого человека стоят его предки, слева женщины, справа мужчины. Эти предки надеются, что семейная проблема будет наконец разрешена за счет достойной жизни потомка. В этом и заключается причина того, что индейцы гораздо меньше склонны к проекции, чем их белые братья и сестры. Для просвещенного современного человека тоже было бы полезно не только стремиться изменить своих детей, но и увидеть шанс измениться вместе с ними, сделав еще один шаг в развитии.

ПОСЛЕ РОЖДЕНИЯ

После родов начинается череда типичных кризисов для всех участников. Жизнь матери полностью изменилась, ребенок оказался для нее самым главным. Раньше этой привилегией пользовался отец ребенка, поэтому у него может начаться кризис.

Но больше всех изменение ситуации затрагивает мать. Она еще не привыкла к своей новой роли, необычная ответственность за другого оказывается довольно тяжелой. У женщины появляются все признаки кризиса вплоть до послеродовой депрессии.

ПОСЛЕРОДОВАЯ ДЕПРЕССИЯ И ПСИХОЗ КОРМЛЕНИЯ

Как и при любой депрессии, женщина начинает отворачиваться от жизни, которая кажется ей слишком сложной. Она боится, что не сможет справиться с новыми для нее задачами и старается убежать от состояния напряжения, которое привносит в ее жизнь ребенок. Забросив все дела и перенеся ответственность за новую ситуацию на

окружающих, она бежит в псевдорелаксацию, то есть в депрессию. Если депрессия сильна, женщина начинает думать о смерти и попытке самоубийства. Скорее всего, она оказалась недостаточно подготовленной к беременности и, самое главное, к появлению ребенка.

Выход следует искать в принципе Сатурна, то есть в примирении со своими нерешенными уровнями. Прежняя жизнь должна кануть в Лету: женщина стала матерью. Отмирает и прежняя форма семейных взаимоотношений, они переходят на новый уровень. Нужно примириться с некоторыми ограничениями, подумать о необходимости подчиниться потребностям малыша в ущерб своим собственным. Иногда женщине приходится недосыпать, особенно если ребенок ест по ночам и бескомпромиссно настаивает на этом. Если отмирание старых привычек воспринимается осознанно, новая фаза жизни наступает быстро, а появившийся опыт придает женщине дополнительные силы. Воспринятый принцип Сатурна дает огромную выдержку и беспримерное терпение. Даже хроническое недосыпание не кажется таким уж страшным.

Послеродовой психоз или психоз, связанный с кормлением, следует классифицировать так же, как и депрессию. Как и при любом другом психозе, речь идет о бегстве из мира, который кажется невыносимым, в призрачный душевный мир. Психотерапия и ориентирный тренинг могут вернуть женщину в реальную действительность, но тут же возникает вопрос: а есть ли возможность предложить ей хоть что-нибудь, что заставит ее вернуться в неприятную ситуацию? К счастью, ребенок оказывает на мать такое сильное земное влияние, а материнство является настолько мощным душевным зарядом, что женщина, чаще всего, возвращается сама без всякого лечения.

Нарушения сна часто приводят к психозу. Ночной сон играет решающую роль для нашего душевного здоровья. Если человека в лабораторных условиях лишают сна, то самое позднее через неделю он начинает видеть сны с открытыми глазами. Близким следует обратить внимание на то, чтобы женщина получила возможность выспаться.

Но здесь можно поразмышлять и о том, что лишение сна — традиционный прием, используемый шаманами в обрядах инициации для перехода посвящаемых во взрослую жизнь членов племени на более высокий духовный уровень. Рождение ребенка — тоже посвящение в новую духовную жизнь, даже если это и происходит на неосознанном уровне.

ПОТЕРЯ СЕКСУАЛЬНОГО ЖЕЛАНИЯ

Другие сложности этого времени, такие как, например, апатия, можно было бы считать безобидными, если бы они иной раз не оказывались бомбой замедленного действия. Так, отец ребенка внезапно обнаруживает, что отныне ему отводится не первая, а вторая роль; это может создать определенные трудности, особенно если мужчина еще не осознал своего отцовства. Трудности этого периода связаны для него не с областью рационального, а с проблемами самооценки. Человек, который воспринимал жену как свою собственность, чувствует, что его

обокрали. Инфантильный мужчина, считавший жену своей матерью и защитницей, будет чувствовать, что ребенок ущемил его права и свободы. Тот, кто воспринимал жену как объект желаний, будет страдать, видя, что кормить ребенка и ухаживать за ним женщине гораздо важнее и интереснее.

Часто эти трудности проявляются не сразу, а через какое-то время, причем проявляются в области секса. В этом может быть виновата женщина, может — мужчина, а может быть, и оба. Немало пар после рождения ребенка заходят в сексуальных отношениях в тупик. Если у мужчины уже не получается то, на что он был способен раньше, то зачастую виновато в этом его представление о женщине. По большому счету, существует два основных женских архетипа: архетип любимой (принцип Венеры) и архетип женщины-матери (принцип Луны). Если мужчина не способен интегрировать их в один образ, начинаются неприятности. Увидев перед собой не женщину-любовницу, а женщину-мать, он может потерять не только потенцию, но и желание.

Если же мужчина настроен видеть в супруге в первую очередь мать, то после рождения ребенка ему начинает казаться, что свою роль он выполнил полностью и окончательно, поэтому делать больше ничего не нужно. Когда женщина начинает кормить, появляется ревность, которая способна разрушить многое. Мужчину лишили роли ребенка, теперь уже не он на первом месте у женщины. Исчезновение сексуального желания после рождения ребенка у женщины чаще всего связано с тем, что она уже получила все, что ей было нужно. Зачастую принцип Венеры (любовь) неосознанно ставится на службу принципу Луны (материнства). Если после родов женщина смотрит на эротическое белье (которое до этого охотно носила) с чувством осуждения, становится понятно: она допускала уровень Венеры только для того, чтобы осуществить свою настоящую цель — рождение ребенка. Мужчина, у которого, как мы уже знаем, могут быть и собственные проблемы, чувствует себя обманутым. А такое чувство довольно быстро переходит в разочарование.

Безусловно, с рождением ребенка у женщины появляется иное ощущение времени, теперь у нее совсем по-другому расставлены приоритеты. Муж, который не испытал на себе всех трудностей, связанных с родами, отступает на задний план. Настаивая на том, что все должно остаться по-прежнему, он рискует получить серьезный урок. В выражении «он сделал этой женщине ребенка» проявляется именно это недоразумение. Ребенка он «сделал» и себе тоже. Но если тема отцовства не осознана, мужчина довольно скоро начинает страдать. Настроившись же на роль отца, он сможет приобрести опыт, который будет стимулировать его духовное развитие.

У обоих партнеров отсутствие желания может быть также связано с усталостью от бессонных ночей. Удовольствие может оказываться неполным еще и потому, что супруги не привыкли к наличию свидетеля. Нередко испуганной маме начинает казаться, что близость с партнером делает ее виновной в растлении новорожденного.

ПРОБЛЕМЫ ПЕРЕСТРОЙКИ РЕБЕНКА

В истории своего индивидуального развития ребенку после рождения приходится сделать шаг от водного существования к жизни на суше. Это является решающим шагом эволюции. Более серьезную перестройку трудно себе представить. Каждый человек должен самостоятельно повторить основные этапы истории эволюции: от одноклеточного к многоклеточному, от рептилии — к млекопитающему.

Прошли миллионы лет, а человек до сих пор больше чем на 2/3 состоит из воды. Состав внутриклеточной жидкости аналогичен составу воды древнего океана. Исход из водной среды и заселение суши — это, кроме того, и возможность подняться в воздух, и огромный шаг в эволюции, даже если из-за него мы вынуждены в течение какого-то времени ползать на животе, подобно рептилиям. Затем мы встаем на четвереньки и ползком пробираемся в царство млекопитающих. И прямохождение, решающий шаг в становлении человека, нам приходится осваивать заново, причем самостоятельно.

Во многих архаичных культурах мать облегчает ребенку переход в новое состояние, привязывая его к животу и давая возможность сохранить ставшую привычной близость и защищенность. Некоторые факты свидетельствуют о том, что переход от внутриутробного периода к грудному дается новорожденному все с большим трудом. Дети, которые много кричат, отравляя родителям существование, проявляют таким образом свое отчаяние. Такие дети не могут правильно настроиться на новую жизнь с ее требованиями. Возможно, проблема связана с переходом от готового снабжения всем необходимым в условиях внутриматочной волшебной страны к самостоятельному добыванию пищи из материнской груди. Криком дети дают понять, что считают новую жизнь очень трудной. Чаще это касается мальчиков.

Часто у младенцев первых месяцев жизни возникают колики в животе. Психолог Рене Шпиц говорит, что таких проблем нет у детей в детских домах. Если мама окружает ребенка чрезмерной заботой и дает грудь, как только малыш заплачет, то, по теории Рене Шпица, вероятность возникновения колик повышается. Исследователи обнаружили у постоянно кричащих детей повышенное мышечное напряжение. Шпиц исходит из того, что эти дети не хотят есть, а просто ищут возможность снять напряжение. Получая в качестве утешения грудь или рожок, ребенок на какое-то время успокаивается. Но с течением времени проблема усложняется, потому что он постоянно получает еду, которая не нужна его пищеварительной системе. Как бы хорошо ни было «кормление по потребности», питание ребенок должен получать, только если он голоден. Если же необходима не еда, а снятие напряжения, то молоком мать создает замкнутый круг. В защиту этой теории свидетельствует опыт тех матерей, которые носят своих малышей привязанными на животе. У таких детей колик не бывает. Благодаря постоянному контакту через кожу и равномерному покачиванию осуществляется необходимое снятие напряжения.

Можно предположить, что колики — это попытка ребенка получить через кожу контакт с матерью, который ему просто необходим

для развития. Кроме того, как показывает опыт, иногда достаточно просто дать соску или положить ребенка спать в раскачивающуюся колыбельку. Детям в детских домах крик мало что может дать, потому что рядом нет заботливой мамы, которая бы на него реагировала. Кроме того, их никто не кормит в неподходящее время, поэтому у них нет колик. По Шпицу, исчезновение колик по достижении трехмесячного возраста происходит из-за того, что у ребенка появились другие возможности снять напряжение, например, он уже может сам раскачивать свою колыбельку.

ПРОБЛЕМЫ, СВЯЗАННЫЕ С КОРМЛЕНИЕМ

Причины проблем с кормлением могут быть связаны как с матерью, так и с ребенком. Они могут принять кризисный характер. Если у матери нет молока, это часто воспринимается как недостаток, с чем нельзя не согласиться. За отсутствием молока стоит неосознанная, но явная попытка не давать ребенку вообще ничего. И именно это самое страшное в данной ситуации, потому что с технической точки зрения проблема небольшая — существует масса заменителей, в которых вредных веществ гораздо меньше. Но для души искусственное вскармливание всегда останется неестественным.

Иногда, правда довольно редко, у женщин встречаются втянутые внутрь соски. В некоторых случаях новорожденный может помочь им принять нормальное положение. Его жажда жизни способна в корне изменить ситуацию. Сосательными движениями малыш заставляет соски выдвинуться вперед. Часто ситуацию помогают исправить и маленькие пластмассовые «протезы». Если ребенок отказывается сосать, то проблема связана уже непосредственно с ним. Хотя при этом важно разобраться, не хочет он есть или не может. Иногда он просто слишком слаб или недостаточно развит, поэтому сосательный рефлекс еще не сформировался. Если же от материнской груди отказывается вполне созревший, крепкий ребенок, чаще всего это означает, что он не хочет ничего брать от своей матери. Причины этого могут быть связаны с периодом беременности или с еще более ранним опытом.

ОДНА И ДРУГАЯ КРОВАТЬ

Причины, по которым дети оказываются в родительской постели, могут быть самыми разнообразными. Это может произойти во время или после болезни, во время отпуска, когда просто нет другой кровати, при поездке к бабушке, которой это нравится, потому что она не чувствует себя такой одинокой. То, что в момент кормления кажется очень практичным, со временем начинает раздражать и принимает двусмысленный оттенок. Ребенок упрямо борется за завоеванные однажды права.

Если вы наивно считали, что у малыша еще нет собственного Эго или сознания своей власти, то, оказавшись в такой ситуации, вы вынуждены будете признать, что жестоко заблуждались. У ребенка огромная выдержка и неиссякаемые запасы энергии. Первыми не

выдерживают те, кто умнее. Конечно, это родители, которые сознательно идут на проигрыш, чтобы избежать кризиса. Но тем самым они закладывают краеугольный камень следующего кризиса. Они сами подносят фитиль к бочке с порохом, не говоря уже о том, что в жертву пришлось принести и сон, и сексуальные потребности.

ПОЯВЛЕНИЕ ЗУБОВ

Официальный приход агрессивности в жизнь ребенка может осуществляться параллельно на нескольких уровнях. Мы не воспринимаем сознательно формирование его иммунной системы, а вот появление зубов очень редко проходит незамеченным. С самого начала ребенок получил от матери силы, необходимые для защиты организма, в виде антител, а при рождении, когда мать тужилась, в дополнение к собственным силам он получил еще и ее жизненную силу. Но когда самое твердое, что только есть в организме, зубная эмаль, прорывается через нежную слизистую оболочку рта, посторонняя помощь весьма ограничена. Ребенок вынужден разбираться с ситуацией самостоятельно. Он постоянно ощущает боль, справиться с которой пытается криком. Сначала родители могут помочь ребенку гвоздичным маслом, янтарными бусами и другими домашними средствами. Но если в течение нескольких недель ребенок заставляет по ночам носить его на руках и все равно продолжает кричать, то взрослые могут понять, насколько осознанно он воспринимает агрессивность.

Конфликт агрессивности проявляется в хроническом воспалении десен. Когда зубам приходится «кусать» самих себя, во рту начинает жечь и щипать. Боль и воспаление — это проявление темы Марса, оказавшейся в нашем обществе проблематичной не только для малышей, но и для большинства взрослых.

ОТУЧЕНИЕ РЕБЕНКА ОТ ГРУДИ

Довольно неприятный кризис может быть связан с тем моментом, когда мать отучает дитя от груди. Если у ребенка отбирают и этот кусочек его волшебной страны, он начинают защищать его, иногда идя на самый настоящий шантаж. Насколько привычным казалось когда-то ребенку питание через пуповину, настолько естественным и необходимым кажется ему сейчас доступ к материнскому молоку. Если попытки отучить ребенка от груди попадают на фазу упрямства, родители должны быть предельно последовательны. Ребенку обязательно нужно дать понять, что шантаж не приведет к цели, что к ребенку могут быть применены достаточно жесткие санкции, что жизнь продолжается даже тогда, когда человек не получает всего, что ему хотелось бы, что сейчас малыш просто переходит на новую ступень развития.

Решение данной проблемы определяет все последующее отношение к теме отказа. Если желание питаться материнским молоком не проходит само по себе и малыш защищает свои права особенно настойчиво, то проблема может быть связана с потребностью ребенка в

том, чтобы за ним ухаживали. Речь идет, образно говоря, об отступлении с боем.

КРИЗИСЫ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ВОЗРАСТА

О ТЕХ, КТО ЛЮБИТ ПОЛЗАТЬ И ЧИТАТЬ

Насколько важна та или иная фаза развития, иногда выясняется довольно поздно в связи с возникающими впоследствии проблемами. Сегодня, например, с достаточной степенью уверенности можно сказать, что ползание играет важную роль для развития и координации обоих полушарий мозга. Если эта фаза оказывается короткой, может возникнуть легастения — нарушение психического созревания у детей с нормальным развитием интеллекта, проявляющееся затрудненным приобретением навыков чтения и письма.

Уже давно терапевты обратили внимание, что у детей честолюбивых родителей особенно часто бывают проблемы с чтением. Они никак не могут усвоить последовательность букв. Такие дети называются легастениками. Скорее всего, именно честолюбие заставило когда-то этих родителей сделать все возможное, чтобы их ребенок пошел как можно раньше. Когда возникают проблемы с чтением, симптом честолюбия проходит курс лечения. Если ребенок рано встал на ноги, то возникла перегрузка левого полушария, а у правого оказалось слишком мало времени для того, чтобы приобрести необходимый чувственный опыт. Контакт с матерью-землей — это фундамент, на котором можно строить все остальное. И ползание, и первые шаги — все требует определенного времени. У легастеников нормальные умственные способности, они просто не могут навести порядок в буквах.

Сейчас с легастениками проводят сеансы психотерапии, предлагая уже в позднем возрасте восполнить недостаток ползания. Результаты оказываются довольно впечатляющими. Если человек устремляется к небу, не решив проблемы с Землей, то у него появляются сложности с высокими уровнями культуры, например, с письмом. Ползание ничем не лучше прямохождения, просто и для того, и для другого есть свое время, и забывать об этом нельзя.

ПРЯМОХОЖДЕНИЕ, ПРЯМОТА И ОТКРОВЕННОСТЬ

Попытки выпрямиться, то есть оказаться ближе к небу, есть повторение истории эволюции. Важно то, что человек захотел выпрямиться. Вопрос о том, сколько времени ему для этого понадобится, отходит на второй план. Ребенок настроен весьма решительно: он хочет преодолеть кризис, его не смущает длинная цепь неудач.

Ребенку нелегко дается первый шаг, значение которого трудно переоценить, ведь прямохождение — символ прямоты. Таких качеств мы не требуем ни от одного, даже самого умного зверя. Пока ребенок ползает, у нас не возникает к нему никаких вопросов по поводу искренности или откровенности. Но как только он начинает ходить, взрослые начинают обращать на это внимание. Видимо, прямохождение

есть решающий, уникальный шаг в эволюции. Это тот момент, когда ребенок говорит про себя «Я», точка, с которой у человечества началось развитие самосознания.

Первые шаги дают родительскому честолюбию возможность потешить себя. Если одна мама говорит: «Мой пошел в год», то вторая обязательно добавит: «Это что, а вот моя ходила уже в девять месяцев». А проезжающий мимо в коляске малыш не обращает на них никакого внимания и думает: «Хорошо-то как. Пусть меня возят и носят на руках лет до четырех».

ПЕРВОЕ «НЕТ» И ФАЗА УПРЯМСТВА

Если первые шаги являются кризисом, в первую очередь, для ребенка, то его первое «нет» становится иногда кризисом для родителей. Ребенок начинает отграничивать себя от других и выражать свою волю словами. Раньше он был со всем согласен, теперь ситуация изменилась. Он начинает исключать из своей жизни некоторые вещи. Причем таких вещей становится все больше. Предшественником этой ступени развития является так называемый страх восьми месяцев, то есть этап, когда ребенок начинает дичиться. Путь в полярность предполагает создание и обработку своего Эго, которое подпитывается прежде всего за счет отграничения себя от других. В райской цельности и единстве, в центре жизненной мандалы не существует различий, то есть нет и Эго. Изгнание из рая, грехопадение, отлучило человека от единства. Человек начал обособляться и отличать себя от других. В дальнейшей жизни эта тема станет еще более важной. Ну а сейчас первым «нет» она только еще заявила о себе. Апогея она достигнет в фазе упрямства. Ребенку важно научиться обособлять себя от других. Но при этом не менее важно, чтобы, настаивая на своем, он научился и проигрывать. Если ребенок из споров с родителями всегда выходит победителем, потом он будет сильно страдать. Чем позже произойдет первое поражение, тем хуже для упрянца. Своевременное осознание, что существуют другие Эго с их собственными границами, не менее важно для развития, чем отграничение своего личного Я. Ребенок должен знать, что чужие границы необходимо уважать, иначе элементарно можно получить по попе.

Дети, для которых нет никаких границ (часто это жертвы неправильного, попустительского воспитания), провоцируют окружающих в надежде, что таким образом они смогут обнаружить рамки дозволенного. Иногда они буквально «вымаливают» шлепок. Чтобы почувствовать Эго, границы необходимы. Без них не может быть развития. Границы придают человеку внутренний стержень. Если же их нет, человек становится «бесхребетным».

Не будем говорить об опасностях, которым подвергается ребенок, не имеющий понятия о рамках и границах дозволенного, для этого достаточно вспомнить о наркотиках. Родители, которые позволяют ребенку все, осложняют жизнь и себе (на какое-то время), и ему (на всю его жизнь). Своим «нет» ребенок провоцирует встречный отказ других людей. Если он не получит его вовремя, то не сможет своевременно

понять, что не все в мире происходит так, как ему хочется. Когда начинаются первые серьезные трудности (как правило, это происходит после школы), то бывает уже слишком поздно что-то исправлять. Взрослые дети остро реагируют на непривычные для них отказы и бегут от проблем, вместо того, чтобы настаивать на своем или выразить готовность пойти на компромисс. Не обязательно это будет бегство в наркоманию, но ведь неслучайно большое количество наркоманов — это заласканные дети из хороших семей. Они стали жертвами чрезмерной любви и отсутствия опыта, связанного с получением отказа.

В воспитании очень важно отдавать себе отчет в том, что речь не может идти об отсутствии конфликтов. Их нельзя предотвратить, но можно научиться относиться к ним адекватно и извлекать соответствующие уроки. Именно в этом заключаются смысл и цель фазы упрямства — научиться воспринимать границы, не получая ненужной боли. Ребенок в этих первых стычках в борьбе за власть должен научиться принимать и победы, и поражения. Если этого не происходит, то в жизнь выходят деспоты и тираны. Причем, чаще всего их жизнь заранее обречена на поражения.

КЛАССИЧЕСКИЕ ФОРМЫ БОРЬБЫ ЗА ВЛАСТЬ

В кризисах раннего возраста бросается в глаза значение агрессии. Марс является энергией первоначала, поэтому имеет естественное отношение ко всему новому. Исключить принцип Марса из жизни невозможно ни мягкими родами, ни попустительским воспитанием. Отказ от него приводит к тому, что находится некий посторонний вентиль, который все равно выпускает агрессию на волю.

Для рождения необходимы мужество и наступательная сила обеих сторон, точно так же, как период раннего детства требует воли и силы. Положительный момент при этом связан с возможностью мужественно привести в действие осознанные уровни принципа Марса и исправить ошибки. Конечно, битье — это примитивный и бесполезный способ настаивания на своем, но судорожно сжатые в карманах кулаки еще хуже. Поднятая в состоянии аффекта рука может привести мысли ребенка в порядок и не нанесет особого вреда. Выраженная рано утром мамой глубокомысленная угроза: «Ну, подожди, вот вечером придет папа...» — это нечестная форма психической пытки. Ребенок в течение нескольких часов испытывает страх. А вечером, когда папа, не так сильно затронутый тем, что произошло утром, и поэтому менее агрессивный, приступает к экзекуции, ребенок уже не понимает связи между проступком и наказанием.

Основные проблемы с маленькими детьми концентрируются вокруг трех основных тем: маленькие дети не съедают свою порцию, не всегда просят в туалет и не хотят ложиться спать тогда, когда родители считают нужным. Тут и начинается классическая борьба за власть, ведущаяся с двух сторон. Часто родители не в состоянии разглядеть истинную суть проблемы, потому что им и в голову не приходит, что у младенцев могут быть такие мотивы. Это связано с тем, что родители не ощущают собственных проблем власти и не хотят

заглянуть в зеркало, которое им с готовностью подставляют дети. Хотя узнать, что в борьбе за власть всегда сталкиваются две стороны, чрезвычайно полезно.

ГОРШОЧЕК КАШИ (ВЕРХНИЙ ГОРШОЧЕК) — ПРОБЛЕМЫ С ЕДОЙ

Ребенок пьет и ест тогда, когда испытывает в этом потребность. Но бывает и по-другому: поняв, что еда имеет неестественно большое значение для родителей, он ест не потому что голоден, а *для них*. Еще чаще ребенок начинает использовать еду как орудие шантажа и террора. Поверьте: не стоит придавать еде статус идеологии. Пропустив из упрямства пару обедов или ужинов, ваше чадо с голоду не умрет.

Не стоит требовать оставлять после себя чистую тарелку. Многие взрослые люди очень страдают от привычки съедать «все, что положили». Эта привычка связана с теми временами, когда еды не хватало. Сегодня это неактуально. То, что у ребенка рано формируется собственный вкус и он в состоянии прекратить есть, когда чувствует, что сыт, — повод для радости, а не для печали. Важно также соблюдать часы кормления и не приучать ребенка «кусочничать».

К каким только ухищрениям не прибегают родители, чтобы запихнуть в ребенка лишнюю ложку еды! Подумайте, что вы делаете, когда прибегаете к известному лозунгу «Ложечку за маму, ложечку за папу». Еда в качестве доказательства любви может оказаться неподходящей программой для взрослой жизни. Относитесь к своим малышам как к развитым взрослым людям и кормите их по тому же принципу. Поверьте: они понимают гораздо больше, чем нам кажется.

ДРУГОЙ ГОРШОЧЕК (НИЖНИЙ): ПРОБЛЕМЫ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

Накормленный материнским молоком ребенок переваривает его несколько дней. При этом, разумеется, стула у него нет. Это совершенно естественно. Если вопрос о том, сходил ли ребенок «по-большому», не вызывает интереса у окружающих, проблем не возникает. Но если вся семья в ожидании собирается вокруг гордо восседающего на горшке ребенка, он очень скоро задумается, стоит ли слишком часто «одаривать» своих домашних. Младенец превратит горшок в трон, сидя на котором он сможет править семьей. Если отчаяние «подданных» станет чересчур сильным, он милостиво согласится преподнести им небольшой подарок, но, в целом, со своим богатством будет обращаться довольно экономно. Выражения типа «подарок маме» ясно дают это понять.

Символически ребенок прав, относясь к собственным фекалиям как к сокровищу. Об этом свидетельствуют и данные психоанализа, и народная мудрость. Вспомните хотя бы сказку про золотого осла, который испражнялся золотыми дукатами. В конце концов, кал — это единственная материальная вещь, которую может подарить маленький ребенок. С этой точки зрения, он, безусловно, является сокровищем.

ПРОДЕЛКИ В КРОВАТКЕ

Проделки с ежевечерним ритуалом укладывания спать содержат те же самые компоненты власти, только в более глубоком измерении. Человек устает прежде всего от сопротивления собственному бытию. Если он чем-то увлечен, то не почувствует такой усталости, как после занятия скучным делом. Влюбленным не нужен сон, они наслаждаются каждой секундой близости. Чем ярче то или иное событие, тем меньше оно утомляет.

Взрослые проводят большую часть своего времени в трудах и заботах, поэтому вечером им хочется тишины и покоя. А ребенок целый день играл, то есть занимался тем, что доставляло ему больше всего удовольствия. Поэтому весь вечер он демонстрирует свою энергию. Именно тут и кроется причина конфронтации. Родители жаждут тихого вечера без проказ, а малыш еще не пообщался с родителями или не попрощался с этим замечательным днем. Налицо конфликт интересов, который проявляется в ругани и активной борьбе за власть. Именно в те дни, когда на вечер у родителей есть какие-то планы, отпрыски делают все возможное, чтобы не спать и не отступить от собственных властных позиций.

В принципе, между проблемами сна детей и взрослых особой разницы нет. Взрослые, страдающие бессонницей, тоже высыпаются, только не в очень подходящее для этого время. Здесь происходит борьба за власть между различными частями психики.

Некоторым нужно спать больше, некоторым меньше. Есть люди, которые не могут существовать, не поспав после обеда, а другие, едва прикорнув, сразу чувствуют себя разбитыми. Утверждения типа «человеку необходимо ежедневно столько-то часов сна» являются причиной лишних проблем в любом возрасте.

Если вы говорите о важности режима, но сами не считаете нужным соблюдать его, ребенок очень скоро поймет, что ведется двойная игра.

МАЛЕНЬКИЕ РИТУАЛЫ ВМЕСТО БОЛЬШИХ ПРОБЛЕМ, СВЯЗАННЫХ С БОРЬБОЙ ЗА ВЛАСТЬ

Для детей очень полезен стабильный ритуал отхода ко сну. Вечерняя сказка — лучшее сновидение. Конечно, самое замечательное — это сочиненный вами самими роман с продолжениями, сюжет которого действительно очень интересен ребенку. Ловкие родители используют самые разнообразные варианты, которые доставляют удовольствие и той, и другой стороне.

Так же можно составить ритуал для еды. Очень полезно придерживаться одного и того же времени завтрака, обеда или ужина. У ребенка должно быть свое постоянное место. Не стоит забывать и про красивую посуду, например, про серебряную ложку, принадлежащую лично ребенку. Есть нужно в спокойной обстановке, никуда не торопясь.

Небольшая пауза или молитва способствуют поддержанию ритуала. Только не впадайте в излишнюю серьезность и благочестие.

Вымыть руки перед едой — тоже прекрасный маленький ритуал, дающий возможность настроиться на принятие пищи. Кроме того, важно зародить у ребенка интерес к мытью и чистоте вообще.

Вечером создать соответствующую атмосферу помогут свечи и тихая музыка. Если еда не только вкусна и полезна, но еще и красиво подана, стол не превратится в поле боя.

Ритуалы придают жизни ощущение надежности. Они создают структуру и крепкие границы, которые всем нам очень нужны.

ВОПРОСЫ

1. Как я отношусь к новым ситуациям?
 - Как после переезда я реагирую на новую обстановку (страна, город, квартира)?
 - Как, поменяв работу, я реагирую на новое поле деятельности, нового шефа и новых коллег?
2. Какой помощи я требую от государства, общества, фирмы, семьи, партнера? Какая роль подходит мне больше: чиновника или предпринимателя?
3. Как я отношусь к одиночеству в собственной квартире; ночью в постели?
4. Как я реагирую на проявление агрессии?
5. Умею ли я настаивать на своем?
6. Научился ли я уважать чужое мнение, чужую точку зрения? Могу ли я принять их, если не в состоянии что-либо изменить?
7. Какую роль играет для меня власть?
8. Умею ли я отдавать? Люблю ли я дарить подарки? Насколько дорогие подарки я делаю?
9. Нравится ли мне завершение какого-либо дела? Вовремя ли я сегодня лягу спать?
10. Отвожу ли я достаточно времени для отдыха и восстановления?

4. ДЕТСКИЕ КРИЗИСЫ

Из дневника двухлетнего:

«Четверг. 8.10 утра. Облил ковер одеколоном. Прекрасный запах. Мама злится. Одеколон запретили.

8.45. Бросил в кофе зажигалку. Получил по попе.

9.00. Был на кухне. Вылетел пулей. Кухню запретили.

9.15. Был в папином кабинете. Вылетел пулей. Кабинет тоже запретили.

9.30. Вытащил из шкафа ключ. Играл с ним. Мама не знала, где он. Я тоже. Мама ругалась.

10.00. Нашел помаду. Разрисовал обои. Запретили.

10.20. Вытащил из вязания спицу. Согнул. Вторую спицу воткнул в диван. Спицы запретили.

11.00. Заставляли пить молоко. Хотел воды! Здорово орал. Получил по попе.

11.20. Написал в штаны. Получил по попе. Писать в штаны запретили.

11.30. Разломал сигарету. Внутри табак. Не вкусно.

11.45. Преследовал сороконожку. Добрались до стены. Нашел мокрицу. Интересно, но запретили.

12.15. Ел кал. Вкус изысканный, но запретили.

12.30. Выплюнул салат, несъедобно. Выплевывать запретили.

13.15. Тихий час. Не спал. Вылез и сидел на перине. Замерз. Замерзать запретили.

14.00. Размышлял. Понял, что запретили все. Зачем же мы все живем?»

Гельмут Холтхаус

О ДЕТСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ И ПРИВИВКАХ

Эта тема наглядно демонстрирует наше отношение к симптомам болезни и к проблемам. Чаще всего мы просто не хотим о них знать. Нам хочется взять волшебную палочку и сделать так, чтобы никакая тень не омрачала поверхность нашего иллюзорно цельного мира. Поэтому и дети наши просто не имеют права болеть. Сегодня большинство детских заболеваний искореняется многофункциональными прививками. Но это осуществляется без участия тени. Отодвинутая в сторону, она возвращается в другой, иной раз более неприятной форме. У детей, которым сделали прививку, в течение долгого времени может сохраниться болезненное состояние.

Детские заболевания дают возможность сделать очередной шаг в развитии и готовят иммунную систему к борьбе с агрессивными возбудителями, которая будет потом длиться всю жизнь. Любое инфекционное заболевание — это критическое рассмотрение собственных позиций. Справившись с кризисом, организм получает дополнительные силы.

Прививки не хороши и не плохи, иногда они целесообразны, иногда не нужны и даже опасны. Не делать прививки вообще — не мужество, а бравада. Чрезмерная вера в прививки — глупость. В суфизме существует крылатое выражение: «Верь в Аллаха, но крепко привязывай своего верблюда».

ДЕТСАДОВСКИЕ РАДОСТИ ИЛИ ДОШКОЛЬНЫЙ СТРЕСС?

Для мягкого перехода к диктуемой жизнью серьезности служит детский сад. Детям, не имеющим братьев и сестер, предоставляется возможность в игровой форме освоить групповое поведение.

Вдумайтесь в само понятие — детский сад. Сад можно использовать для того, чтобы вырастить как можно больше овощей. (Нет ничего грустней, чем детский сад, попавший под влияние общественного или родительского честолюбия и превращенный в плацдарм для подготовки карьеристов.) А можно превратить его в источник радости и

удовольствия, наполненный цветами, запахами и естественной красотой. Для детского сада больше подходит второй вариант.

Ребенок шаг за шагом завоевывает внешний мир, опираясь на свою первобытную веру. Самостоятельность детей, которые не любят держаться за руку, показывает, насколько они доверяют родителям и как на них полагаются. Дети, испуганно цепляющиеся за мамину юбку, демонстрируют не любовь, а неуверенность. Если разгневанный малыш замахивается или бьет кого-то из родителей, это свидетельствует о его абсолютной уверенности в любви мамы и папы. Ведь не разлюбят же они его, в самом деле, из-за такого пустяка!

Ребенок отказывается идти в детский сад? Это может быть связано с тем, что там «злая» воспитательница, неудобные помещения или плохое питание. Это не так? Тогда стоит задуматься над тем, что дает ребенку отказ от посещения детского сада. Ведь в школу-то ему придется идти непременно, и преодолеть этот кризис там будет гораздо сложнее. В детском саду существует детское общество, в котором ребенок, играя, входит во внешний мир, учится общаться с незнакомыми детьми. Через какое-то время школа превратится в переходную ступень к обществу взрослых, в котором нужно будет работать.

Имеющееся в распоряжении родителей время до школы надо использовать для укрепления уверенности ребенка и развития его самостоятельности. Начать целесообразно с физических упражнений, при которых ребенку придется падать назад, ощущая, как сильные родительские руки помогают ему встать. Постепенно он научится подниматься самостоятельно. Но у него появится опыт и уверенность, что в любом случае они рядом и могут прийти на помощь.

ПЕРВЫЙ ШКОЛЬНЫЙ ДЕНЬ

Начинается серьезная жизнь, иногда смягченная пребыванием в подготовительной группе. Маленькому проказнику больше не помогут волшебные слова: «Пойдем, мама, мне здесь не нравится!» Все дети попадают на свое место в свою школу и сначала учатся играть во взрослую жизнь и «добровольно» приносить в жертву права ребенка. Несмотря на педагогические усилия и специально составленные учебные планы, все равно речь идет о расставании с детством, отказе от игры. «Не спи! Не мечтай! Не играй! Не фантазируй! Попробуй сосредоточиться!» — вот набор фраз, с помощью которых педагог рано или поздно добивается своего. А потом психотерапевты зарабатывают деньги, пробуждая в человеке так долго подавляемого внутреннего ребенка и заново обучая взрослых людей фантазировать, мечтать и вносить в жизнь игровые элементы.

Было бы очень хорошо, если бы содержание учебного материала чуть больше ориентировалось на требования жизни. Многолетний школьный курс подготовки к рыночной экономике превращает живых людей в некие ориентированные на успех манекены, у которых атрофирована способность к творчеству. А большую часть нобелевских премий за новаторские успехи в науке получают

американцы, которые когда-то учились в элитных школах, где во главу угла ставилось развитие творческих способностей.

В частных школах учеников все больше, но и их нельзя принимать за «конечный вывод мудрости людской», по крайней мере, не для всех учеников. Остается только надеяться на то, что рано или поздно человечество сумеет отказаться от устаревшей модели мира, построенной только на логике, и перестанет игнорировать тот факт, что у человека есть душа. Может быть, оно просто примет этот факт во внимание и найдет ему практическое применение.

ВОПРОСЫ

1. Насколько хорошо я научился самоутверждаться? Каким образом я тренирую свою иммунную систему?
2. Как я относился к детскому саду (почему я не ходил в детский сад)?
3. Насколько независим я был в детстве? Цеплялся ли я за мамину юбку? Может быть, я, наоборот, стремился стать самостоятельным?
4. Как я воспринял первый школьный день?
5. Насколько независимым я был в школьные годы? Мог ли я самостоятельно решать поставленные передо мной задачи?
6. Насколько сильным учеником я был в начале (и в конце) учебы? Что могли сказать обо мне мои отметки?
7. Как сегодня у меня обстоят дела с творчеством и фантазией?

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Существует замечательное средство воспитания, его используют в течение многих лет. Речь идет о домашнем животном, рядом с которым растет ваш ребенок. Он получает возможность довольно рано и совсем не «педагогическим» способом научиться брать на себя ответственность за благополучие зависящего от него существа. Ребенок сможет делиться и радости, и печали со своим верным товарищем, подарит ему свою любовь, перекинув, таким образом, мостик над пропастью между человеком и животным. Ребенок сможет довольно рано познакомиться с фазами развития жизни и ее критическими моментами вплоть до смерти и связанной с ней необходимостью расставаться.

2. Ребенку можно поручить ухаживать за деревом. Так он тоже сможет заботиться о живом существе и осознает разнообразие жизненных фаз, ориентированных на смену времен года. Дерево может стать другом и привнести в жизнь полюс покоя. Это может быть не дерево, а небольшая часть сада, за которую будет отвечать сам ребенок. Если вы живете в городе, то можете завести аквариум или террариум.

5. ПУБЕРТАТНЫЙ ПЕРИОД

Лень в молодости — это генеральная репетиция беспомощности в старости.

Мудрость софистов

ПРОБЛЕМЫ И КАРТИНЫ БОЛЕЗНИ

Детство должно заканчиваться не так, как сейчас (формально оно заканчивается в момент поступления в школу), а совершенно официально в момент наступления пубертатного периода или переходного возраста. Дитя (это не «он» и не «она») превращается в мужчину или женщину. В древние времена и в архаичных культурах этот переход представлял собой решающий шаг в жизни, не заметить который было просто невозможно. Мы, современные люди, игнорируем этот переход и надеемся только, что в такое трудное время с ребенком будет не очень много проблем. Нам бы очень хотелось, чтобы пубертатный период прошел незамеченным. В результате дети получают слишком мало из того, что необходимо получить. Удивительно: с одной стороны, мы, ставя перед ребенком непосильные учебные задачи, заставляем детство заканчиваться слишком рано, а с другой стороны, не позволяем ему поставить окончательную точку даже в том случае, когда тянуть больше нельзя.

Тело почти не обращает внимания на такое отношение. Уровень гормонов возрастает, груди наливаются, ломается голос, на теле начинают расти волосы, появляется семяизвержение или менструация. Все это врывается в якобы пока еще цельный детский мир. Если душевное развитие не успевает за физическим, то, как обычно, возникают кризисные симптомы.

ПЕРВАЯ МЕНСТРУАЦИЯ

В безоблачную жизнь буквально врывается менструация. Конечно, это не симптом заболевания, но может им стать, если взрослые не подготовят девочку к началу истинной женственности. В наше якобы просвещенное время все еще бывают девочки, которые, увидев у себя кровь, смертельно пугаются, принимая ее за признак болезни и приближения смерти.

Сам менструальный цикл воспринимается исключительно негативно, о чем свидетельствуют вошедшие в речь выражения «критические дни», «грязные дни», «плохие дни» и т. д. Такое отношение готовит почву, на которой произрастают многочисленные нарушения менструального цикла, начинающиеся уже в пубертатный период или, по крайней мере, связанные с ним.

В последнее время растет внимание к женскому полюсу действительности, что находит отражение в росте самосознания многих женщин. Но при этом укрепляются и старые предубеждения, к появлению которых приложили руку и сами женщины. Например, они потребовали в судебном порядке признать менструальный период временем сниженной вменяемости, что и было успешно проведено в США.

Менструальный период до сих пор имеет целый ряд тайн. Наряду с гинекологическим значением он обладает функцией очищения организма по типу кровопускания, стимулируя восстановление и отдых. Безусловно, регенерирующий характер менструации является причиной

того, что женщины в самых различных обществах и условиях живут дольше мужчин. Основной смысл менструальных проблем направлен на одну цель — обеспечить душевное соответствие времени физической разгрузки и отдыха.

КОГДА ЛОМАЕТСЯ ГОЛОС

Ломающийся голос — это один из самых безобидных переломов, который дает понять: что-то с мальчиком неладно. Голосовые регистры отражают настроение. Они колеблются между привычным и новым уровнем. Прежняя высота больше не подходит, а новая хриплая глубина пока еще не отработана. Глубокий голос свидетельствует об уже установленном контакте с Землей, а то, что он иногда еще «дает петуха», демонстрирует рецидивы детского стремления к небесам. Если голос ломается слишком долго, значит и мальчик никак не может превратиться в молодого человека. Физическая основа происходящего связана с ростом объема горла и появлением кадыка, обязательного атрибута мужского начала.

И мальчикам, и родителям следует усвоить, что с новым голосом в жизнь входит и новое настроение. Бесчеловечно искусственным путем удерживать мальчика в детстве, из которого он давно вырос. При этом на душевном уровне происходит то, чего когда-то князья церкви добивались на уровне физическом, кастрируя мальчиков в наиболее подходящее для этого время. Из таких мальчиков с ангельскими голосами состояли прославленные церковные хоры. То, что на физическом уровне мы воспринимаем как жестокость, не может быть нормальным и на уровне души.

ЮНОШЕСКИЕ УГРИ

Часто встречающиеся юношеские угри несут очень важное послание. Вместо сексуальности на передний план выходят прыщи. Как маленькие вулканы, поднимаются они на основе постоянно растущего напряжения, пока не взрываются, принося облегчение. Молодым людям не хватает терпения, они не могут позволить процессу идти своим естественным путем и используют пальцы, ускоряя момент взрыва. В качестве напоминания об этом непростом времени им остаются маленькие шрамы. Итак, вместо утоления влечений молодые люди выдавливают прыщи. Эти прыщи отмечают те участки тела, через которые в переходном возрасте выражается сексуальность. И то, что остается открытым в вечернем платье с глубоким вырезом, может оказаться воспаленным.

Прыщи на лице, груди и спине дают понять, в чем заключается задача молодого человека или девушки. Нужно научиться быть откровенным. Молодые люди выдавливают прыщи; они внимательно относятся к своей коже, чего, впрочем, она вполне заслуживает. Это чисто физическое явление, причем на уровне внимания Марса. Принцип же Венеры проявляется очень нечетко, когда молодые люди начинают ухаживать за ранками и шрамами. Большую помощь может оказать

солнечное тепло и его заменитель — солярий. Лучшая форма терапии — поездка к морю, где будет достаточно и загара, и флирта, который поможет пробудить необходимое внимание к коже и соответствующую тематику.

В любом случае необходимо, чтобы молодые люди перепрыгнули собственную тень и покорились инстинктам. Ваши контраргументы будут похожи на реакцию любого пациента. «Кому захочется целовать прыщи?» — заявил как-то молодой человек с юношеской сыпью на лице. С терапевтической целью он был отправлен на дискотеку, где — в соответствии со своей ориентированностью на неудачу — получал сплошные отказы. Получив далее задание вернуться на место своего позора и получить десять отказов, юноша просто лишился дара речи. Но на следующий день он докладывал, что пробыл на дискотеке до трех часов ночи, но так и не сумел набрать десять отказов, потому что, вопреки его ожиданиям, некоторые девушки все-таки соглашались потанцевать с ним. Итак, запрограммированность на неудачу была поставлена под сомнение, потому что от молодого человека требовалась именно неудача.

Потом юноша получил совет найти себе подругу с прыщами. Совет сначала был отвергнут. Через какое-то время молодой человек все-таки последовал ему. Это принесло необходимый успех. Он влюбился по уши, и «питательная среда» для прыщей исчезла. А больше всех повезло его девушке, которая тоже избавилась от прыщей — без курса психотерапии.

ИСТОЩЕНИЕ В ПЕРЕХОДНОМ ВОЗРАСТЕ

В течение нескольких десятков лет идеалом молодой девушки служила очень худая фигура. Частично это сохранилось и до сих пор. По определению, прямая линия лишена округлостей, поэтому большинство девушек делает все возможное, чтобы их избежать. Стройная как тростинка девушка, в которой еще так много детского, — все мечтают видеть себя именно такими. Почему-то не женщина, а симпатичная девчушка превратилась в идеал многих мужчин, а следовательно, и женщин. Девушки оказались последовательными в своем стремлении к идеалу, поэтому они замедляют становление женственности не только на душевном уровне, но и на физическом. Едва у них появляются женские округлости, как они практически перестают есть, чтобы похудеть. Менструальный цикл нарушается, а то и исчезает от голода совсем, выступающие под давлением гормонов груди перестают развиваться. Эти девушки не хотят становиться женщинами, в своих фантазиях они грезят о чистом существовании лишенных пола ангелов. Еда превращает их в женщин, но для них это дорога в нечистый мир женственности. Если они все-таки начинают питаться нормально, начинается рвота, которую они воспринимают как освобождение, возвращение чистоты и облегчения.

БУЛИМИЯ

Если вынужденная рвота становится обыденностью, значит, булимия не за горами. Булимия является дополнением, то есть противоположным полюсом истощения. И то, и другое превращается в манию, потому что на глубоком уровне обе крайности являются поиском пути развития и цели единства. Если подходить к проблеме поверхностно, то безудержное поедание пищи, а затем отторжение ее рвотой и длительный отказ от нее являют собой, прежде всего, бегство от воспринимаемой как нечистая полярность женственности. Все, связанное с зачатием и родами, на осознанном или неосознанном уровне вызывает ужас. Аскетизм и связанный с ним высокий идеал чистоты произрастают на почве отказа от очередного шага в развитии. В моменты слабости на первый план вырывается ориентированный на удовольствия противоположный полюс, сила которого напрямую зависит от того, насколько долго и успешно его подавляли. Иногда холодильник оказывается опустошенным полностью, сверху донизу, причем не играет никакой роли, какие продукты в нем были. Чем интенсивнее «оргия обжорства», тем сильнее возникающее чувство вины, следующее за ним очищение и воспринимаемая как покаяние рвота.

С точки зрения симптоматики, это карикатура на жадность, которая никогда не находит удовлетворения. Она указывает путь, по которому следует идти, чтобы стать по-настоящему цельным: истинная чувственность, которая наполняет и удовлетворяет. Подобные прорывы в оргию могут проявляться и безудержной сексуальностью.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОВОДУ ТЕРАПИИ

В принципе, возразить против стремления к чистоте и преодолению полярности нечего, ведь это цель человеческого развития. Но цельности можно достичь, только преодолев полярность, а не убегая от нее.

Задача — примириться со своим женским предназначением, покинуть башню из слоновой кости — символ бестелесной чистоты и проделать путь обратно к жизни. Стать настолько худой, чтобы суметь выскользнуть из жизни — такой идеал ведет к цельности только через смерть, то есть к цельности на такое короткое время, которое не может никого удовлетворить.

Люди, страдающие от истощения, многому могут научить окружающих. Во-первых, тому, что отказ от полярности несовместим с жизнью. Без выдоха нет вдоха, без света невозможна тень, точно так же жизнь невозможна без женского полюса. Во-вторых, тому, насколько непреодолима сила душевной программы. Юных пациенток во время беседы можно убедить в необходимости принимать пищу, чтобы не умереть. Но уже через несколько часов за ужином душевный образец оказывается намного сильнее разума, и еда попадает куда угодно, только не в желудок.

Осознанное движение к не востребуемому полюсу женственности и попытка погрузиться в аскетизм (например, уход в монастырь) тоже дают человеку шанс для развития. Монашеский образ жизни, то есть ритуальная стратегия отказа, имеет два преимущества

перед неосознанным отказом от жизни как таковой. С одной стороны, это послушание, повышающее степень сознательности, с другой — проявление ориентированного на наслаждения и до сих пор подавляемого полюса, постепенно проникающего в сознание.

Первоначально под аскетизмом понималось умение искусно работать, то есть искусство жить. Среди прочего, жизнь это ритмическая смена двух процессов: «дать» и «взять». И еда, и рвота сами по себе не страшны. Еда необходима для жизни, рвота приносит облегчение, если вдруг человек съел что-то неподходящее. В форме еды человек берет, а в экстренных случаях в форме рвоты «отдает». Необходимо найти середину, где еда — в адекватном количестве — содержит саму жизнь, приближает человека к цельности, создает баланс с процессом отдачи и не злоупотребляет экстренными мероприятиями.

Те, кто слишком много ест, отталкивают принцип Сатурна, который можно было бы осознать через ритуалы умеренности (пост, аскетизм). Такие люди отрицают вместе с лунной частью жизни и собственную физическую, телесную часть. Очень полезными для них могли бы оказаться ритуальная сексуальность и связанные с ней удовольствия.

РИТУАЛЫ ПУБЕРТАТНОГО ПЕРИОДА

ТРАДИЦИОННЫЕ РИТУАЛЫ

В архаичных обществах описанные нами проблемы переходного возраста не существовали: посвящение в мир взрослых оказывалось настолько эффективным, что описанные выше заболевания были практически не известны.

Современному человеку такие ритуалы кажутся ужасными. Девушек запирали на несколько дней в темные пещеры, юношей отправляли в дикие леса, намеренно пугали до смерти или наносили раны. В таком обществе родители не бросались на помощь своему напуганному и находящемуся в панике чаду. Наоборот, все племя стояло плечом к плечу, чтобы совершить ритуал в нужном настроении под бдительным оком местных богов. Иногда старейшины надевали ужасные маски духов, чтобы обеспечить необходимую панику. Все остальные, громко стеля, оплакивали потерю детей и поддерживали родителей, которые нередко параллельно совершали ритуал праздника смерти, чтобы навсегда ритуально распрощаться со своими отпрысками. Ребенок должен умереть, чтобы возродиться взрослым человеком. После окончания ритуала у родителей больше не было ни сыновей, ни дочерей. Но в племени появлялись молодые мужчины и женщины. Печаль и радость были неразделимыми.

У аборигенов Австралии в преддверии пубертатного периода молодому человеку по секрету рассказывают, что в момент перехода во взрослую жизнь демоны срывают с костей детское мясо, и дети умирают. Когда приходит время, в темную ночь во время новолуния взрослые мужчины племени тайно похищают юношей из родительского дома или от костра и тащат в густой лес, завязав глаза, чтобы место пребывания

осталось неизвестным. Матери преследуют похитителей, громкими криками выражая свою боль и тоску по «умершим» детям. Поэтому им не приходится остаток жизни проводить с чувством одиночества и покинутости, как это происходит со многими современными родителями.

Пока матери совершают ритуал смерти для своих навсегда утраченных сыновей, тех уносят к особому культовому месту в глухом лесу, где им приходится самим рыть для себя могилу. Каждого из них по очереди опускают в землю и зарывают, так что торчит только голова. На прощание молодым людям сообщают, что они должны ждать демонов, которые придут за мясом. Узнать этих демонов можно будет по нечеловеческому рычанию. Юноши лежат в своих могилах и прислушиваются к звукам ночного леса. Сначала издалека, но постепенно приближаясь, переодетые демонами мужчины пугают молодых людей всю ночь. С помощью специальных инструментов они издают ужасные рычащие звуки. И только когда перед самым рассветом паника достигает апогея, мужчины возвращаются, зажигают огромный костер, освобождают новообращенных из могил и протягивают друг другу руки, чтобы скрепить мужской союз.

Из-за недостатка опыта мы не в состоянии разглядеть особенную эффективность доминирующих в данном случае полей сознания. Их влияние настолько велико, что новоявленным мужчинам даже не приходится изучать правила поведения взрослого человека. Подключаясь к полю сознания взрослых, молодые люди ощущают, что знания и обычаи входят в них как будто сами по себе. Они в буквальном смысле этого слова становятся участниками поля, что происходит по другую сторону причинной логики.

Потеря небольшого кусочка зуба, маленький шрам, испытанный страх — не слишком большая плата за право стать взрослым.

СОВРЕМЕННЫЕ «РИТУАЛЫ»

Посмотрите на птиц. Они лучшие воспитатели, чем мы. Если, например, усилия воронов научить птенца летать ни к чему не приводят, они выбрасывают птенца за край гнезда. Чаще всего это помогает, и падение превращается в свободный полет, в независимость, характерную для следующей фазы развития.

То, как мы поступаем со своими детьми, не желающими покидать родительское гнездо, чаще всего следует рассматривать как катастрофу. Иногда ребенок, имеющий регалии доктора наук, предпочитает оставаться под крылом у мамы, которая продолжает варить ему обед. Хорошо ли это? Молодое поколение не взрослеет, у пожилых нет возможности развиваться дальше.

Раньше и у нас существовали ритуалы для переходного возраста. Ученики-ремесленники, хотели они этого или нет, закончив обучение, должны были отправляться странствовать, девушки часто отправлялись за границу, где работали гувернантками. У молодых людей, еще не ставших мужчинами, был шанс повзрослеть в армии, потому что их всегда посылали в дальние гарнизоны. Теперь государству намного удобнее отправить молодого человека в ближайшую казарму,

поэтому он часто бывает у родителей, они же снабжают его деньгами. Как вы думаете, можно ли повзрослеть в таких условиях?

То же самое происходит и со студентами. Раньше у них была возможность поучиться в разных университетах, что давало возможность ближе узнать разные города и обычаи. Сегодня процесс обучения довольно краток, а сами университеты в этом смысле равноценны школам. Становясь студентом, молодой человек не взрослеет.

ОБЩЕСТВО ИНФАНТИЛОВ

Отсутствие обряда инициации приводит к тому, что физически развитый взрослый человек на психическом уровне остается ребенком. Именно для него существуют американские горки с большим количеством петель и другие щекочущие нервы трюки. На разнообразных площадках с управляемыми компьютером чудовищами можно ускакать от черта. Победить свой страх можно, сев в неуправляемый поезд или переплывая дикую реку на ненадежном, постоянно раскачивающемся плоту. А как еще доказать себе и стоящей поодаль подружке, что ты — настоящий мужчина?

Народные гуляния зачастую имеют ту же цель. Очень интересны прыжки на «тарзанках». Они восходят к архаичному ритуалу, в ходе которого молодых людей привязывали за ноги к лианам и бросали головой вниз в пропасть.

Появившиеся в последнее десятилетие экстремальные виды спорта выполняют аналогичную функцию. Испытания мужества производят впечатление, но никакие спекулятивные и опасные действия при свободном скалолазании, путешествиях по диким рекам и т. д. не могут превратить молодого человека в мужчину, если отсутствует соответствующее ритуальное поле.

Но потребность в росте остается, поэтому люди ищут для себя все более опасных подвигов, чтобы добиться своей истинной, хотя и не осознанной цели. А то, что взрослый мир имеет множество сложных атрибутов (об этом написано в главе 6 «Молодость»), отважные герои понимают далеко не всегда. Часто на первый план выходят желание поразить подругу, мечта быть принятым в круг «посвященных» или присоединиться к чисто мужской компании.

О ВЕЧНЫХ МАЛЬЧИКАХ

Образ вечного мальчика высоко ценится в нашем инфантильном обществе. Самый невзыскательный вариант вечного мальчика — плейбой. Империя плейбоев, созданная вокруг одноименного журнала, получила невиданный успех, что свидетельствует о большом количестве мужчин, застрявших в своем развитии на этом уровне. Играющие мальчики рассматривают женщин как партнерш по играм или даже как игрушки, им чужды серьезные отношения с дальними перспективами. У журнала «Плейбой» сотни тысяч читателей. Большинство из них — хорошо обеспеченные женатые люди, мечтающие о возвращении в приятную жизнь без какой бы то ни было ответственности. Для

взрослого здорового человека плейбои, достигшие среднего возраста, представляют собой жалкое и вызывающее сочувствие явление.

ТЕЛЕВИЗИОННЫЙ ДЕТСКИЙ САД

Инфантильность нашего общества хорошо видна на голубых экранах. Телевизионное пространство заполняют глупейшие фильмы и скучные игры с мячом за такие денежные призы, что суммы не могут не вызывать недоумение. Жанр экшн, где герои часами колошматят друг друга без ущерба для здоровья, особенно притягивает тех, кто отстал в развитии. Жанр фэнтези призван удовлетворять возросшую потребность взрослых дядь и тетя в фантастических историях, которыми должно быть наполнено детство. Огромная финансовая поддержка проектов такого рода дает понять, насколько серьезно мы относимся к лишь частично утраченному детскому миру, от которого не можем освободиться полностью.

ДЕТСКАЯ МОДА

Все более детской становится мода.

Раньше только подростки обращали внимание не на качество материала, а на торговую марку. Теперь к ним присоединились взрослые, радостно играющие роль бесплатных рекламных плакатов «своей» фирмы.

Раньше существовало такое понятие, как культура цвета. Теперь, особенно в спортивной одежде, наибольшим спросом пользуется попугайская пестрота.

Крайне популярными стали полукombineзоны — штанишки с грудкой. Взрослые дети добровольно признаются в своей детскости, иногда даже идеализируя ее. Об этом же свидетельствует былой триумф американской моды на кукольную одежду.

ДЕТИ, НЕ ВЫРОСШИЕ ИЗ МЛАДЕНЧЕСТВА

Знаете ли вы, что в Англии существует клуб взрослых младенцев? Здесь пытаются спрятаться те, у кого не было настоящего младенчества и настоящего детства. Деловые костюмы эти люди заменяют полукombineзонами и пеленками, получают изготовленные по специальному заказу соски-пустышки и пьют молоко из огромных рожков. Они катаются на больших деревянных лошадках, им поют колыбельные, их качают в кроватке, кормят с ложечки, а за особую плату они получают еще и право мочиться в пеленки. Нельзя только ходить в пеленки «по-большому»: хозяйке клуба показалось, что это уже слишком. Клуб посещают банковские служащие и полицейские чиновники, викарии и военные. Это ли не апофеоз инфантильности общества!

ОПАСНЫЙ ДЕТСКИЙ МИР: МАНИАКАЛЬНОЕ ОБЩЕСТВО

Давайте задумаемся о том, что представляет собой курение. У индейцев оно является ритуалом взрослых людей. Мы научились курению у индейцев. Дети, которым так хочется поскорее стать взрослыми, пытаются их копировать. Курение подходит для этого особенно удачно. С одной стороны, детям оно запрещено, а с другой, сигареты можно купить везде. К тому же курение — испытание мужества, потому что опасно для здоровья. Стремясь к риску, подросток берет сигарету и надеется быстрее повзрослеть. Он мужественно старается скрыть тошноту и подавить кашель. Но такой эрзацритуал не может сделать его взрослым. А вот заядлым курильщиком — вполне.

То же можно сказать и об алкоголе. Являясь типичным наркотиком вытесняющего характера, алкоголь имеет еще одно свойство: он снижает уровень страха и зажатости. Разве можно ставить в вину подростку то, что, попав в тяжелое положение и испытывая страшную потребность в храбрости, он используют апробированное в обществе средство? Это гораздо чаще приводит к алкоголизму, чем к взрослению. Пока молодой человек разберется, что к чему, пока поймет, что алкоголь приводит к импотенции, будет уже поздно. Он уже не подросток, но и не взрослый, а поэтому очень зависим.

ИСПЫТАНИЯ МУЖЕСТВА В АВТОМОБИЛЕ

Опасной может стать и попытка преодоления страха за рулем автомобиля. Если кто-то, не нажимая на тормоза, мчится прямо на развязку скоростного шоссе, то речь, скорее всего, идет о зашедшем слишком далеко испытании мужества, а не о внезапном выходе из строя управления и тормозов одновременно. Молодые люди все чаще попадают на встречную полосу, все чаще ведут себя за рулем как сумасшедшие. Но дело совсем не в незнании правил дорожного движения и дорожных знаков, а в неумении выбрать правильный жизненный путь. Об испытании мужества идет речь за столиком пивного бара, где храбрость и потребность заключить пари поддержаны парами алкоголя: «Тот, кто сможет вписаться больше, чем в два поворота, тот настоящий мужчина». На самом деле, это может быть настоящий пьяница, вполне возможно, скоро он станет убийцей или жертвой ДТП, но об этом он не задумывается, стараясь доказать свое мужество. Опасность щекочет нервы, а перспектива популярности среди окружающих привлекает невероятно.

ВМЕСТЕ МЫ СИЛЬНЫ (НАПОЛОВИНУ)

Давайте посмотрим на футбольных фанатов. Они платят большие деньги за входные билеты, сопровождают своих кумиров в утомительных поездках, пытаются отвоевать весь железнодорожный вагон или всю трибуну на стадионе, чтобы получить хоть что-то, что наградит их за связанные с футболом усилия и лишения. Причина такого поведения кроется в том, что им хочется хоть как-то приобщиться к блистательному миру своих кумиров. Любимая команда победила — и на какое-то время ее поклонники почувствовали и себя чемпионами,

вытеснив детские проблемы на задний план. Игрушки, шумовые эффекты и талисманы фанатов — все это атрибуты детской комнаты. Желание стать более уважаемым оправдывает все эти безнадежные попытки: юные фанаты стремятся выглядеть в своих атрибутах забавно, а у более взрослых проявляются трагические черты.

Опасность приходит, когда «детская» орда попадает в фазу упрямства. Если в их жизни и жизни команды нет никакого успеха, они могут впасть в самую настоящую ярость. Хулиганы, использующие футбол как повод для разрушительной деятельности и воинственных выпадов, — это неуверенные в себе инфантильные люди, которым хочется компенсировать собственные неудачи за счет успеха в общественной жизни или в уличных боях. Эти битвы используются как выход для застоявшейся ярости и несбывшихся надежд. В таком случае ритуальные бои приобретают черты настоящих войн.

То же самое можно сказать о рокерских тусовках и обо всех тех группах, члены которых судорожно пытаются заменить неуверенность в себе агрессивной идеологией. В качестве примера можно привести праворадикальные команды боевиков. В их случае, как и в случае их исторических предшественников, пропасть между первобытной жестокостью скандальной группы и жалкой одинокой фигурой особенно видна. Это убогие люди, которые пытаются через проекцию достичь хоть чего-то, идя по головам других.

ПРЕТЕНЦИОЗНЫЕ И СМЕРТЕЛЬНЫЕ ЭРЗАЦРИТУАЛЫ

Если раньше охотничий трофей был признаком взрослого мужчины, сумевшего победить дикое животное в борьбе не на жизнь, а на смерть, то современная охота на крупную дичь — это скорее жалкая попытка инфантила изобразить из себя зрелого героя. Не поднимаясь с мягких сидений своих бронированных автомобилей, такие горе-охотники лишают жизни последних животных редких видов, существующих на Земле. Причем делают это без всякого риска. Как только враг повержен, делается снимок победителя, держащего в руках окровавленную голову ни в чем не повинного зверя. Такие «охотники» тратят огромные суммы на самоутверждение, свойственное незрелым людям, на то, чтобы ощутить момент нанесения смертельной раны, чтобы получить рога и шкуру своей жертвы. Они ни за что не расстанутся с трофеями, надеясь с их помощью добиться восторга наивных знакомых.

Привлекательность фильмов и книг о войне для многих мужчин, безусловно, связана с проблематикой героических странствий. А как иначе вы объясните тот факт, что старики в течение десятилетий рассказывают о войне, хотя никто их об этом не просит? Значит, это было самое важное в их жизни, это было время, когда возможен рост, когда они особенно остро ощущали жизнь, потому что находились в непосредственной близости к смерти. И даже те мужчины, которые ни разу в жизни не были на настоящей войне, увлеченно следят за боевыми действиями на экране телевизора. А если вдруг начинается прямая трансляция, например, из Персидского залива...

При всех этих ужасных и жестоких ассоциациях с темой войны бросается в глаза, что даже в религии она играет огромную роль как возможность развития и достижения зрелости. У индейцев «воин» — это почетное звание, в исламе смерть в ходе священной войны награждается попаданием на «седьмое небо». В христианстве известно большое количество крестовых походов, во время которых активно пропагандировалась священная война. Если верить суфийской традиции, эзотерическому направлению ислама, то речь здесь идет о смешении понятий «внешнее» и «внутреннее». Для индейцев священная война — это внутреннее событие, в ходе которого верующий сражается со своими внутренними демонами, своей тенью. Такая война заканчивается просветлением. Внутренняя война — это единственная война, которая заслуживает звания священной, потому что в результате приводит к достижению цельности, заставляет человека стать более совершенным. В ходе этой войны тень удаётся преодолеть светом сознания. Внешние войны делают человека кем угодно, но только не совершенным. Если в ходе таких войн мужчины становятся более зрелыми, то это связано с соответствующими внутренними процессами. Война находит разрешение только на внутреннем уровне, а вести внутреннюю священную войну можно порекомендовать каждому.

РИТУАЛЫ СТАНОВЛЕНИЯ ЖЕНСТВЕННОСТИ

Своеобразным посвящением для девушки первый половой акт оказывается гораздо чаще, чем для юноши. Рост сознания по отношению к сексуальности связан с большими возможностями. По своей природе первый половой акт имеет все, что необходимо для ритуала. Речь идет о переходе границы, преодолении барьеров, проявлении силы Марса, необходимой для любого начала. При этом течет кровь, что тоже очень важно. Боль сопровождает переход к новому уровню опыта.

Особенно следует упомянуть первые балы для молодых девушек из хорошего общества. Здесь девушек буквально выставляют на «ярмарке невест» и объявляют таким образом взрослыми. Молодые люди при этом выполняют, как правило, роль статистов.

В ПОИСКАХ ЭРЗАЦРИТУАЛОВ

ПЕРВАЯ СИГАРЕТА

Поскольку рано или поздно ваш ребенок обязательно столкнется с курением, лучше подготовить его заранее и практически, и теоретически. Бесполезно убеждать подростка, что «курение вредит его здоровью», от этих разговоров он не станет взрослее. Но можно заранее, еще до наступления подросткового возраста, предложить ребенку совершить ритуал первой затяжки. К нему следует подготовиться. Во-первых, расскажите ребенку как можно подробнее о курении, во-вторых, объясните, что многие курят, чтобы казаться взрослыми, а на самом деле курение есть признак незрелости и зависимости. Объясните, что таких людей нельзя презирать, к ним следует относиться с сочувствием, как и

ко всем остальным зависимым людям. У этих людей сильно развито чувство зависимости, они больше подвержены различным заболеваниям, а не только раку и инфаркту. Совершите ритуальное курение вместе. Обязательно нужно выкурить целую сигарету, даже если появляется тошнота или понос. В любом случае у ребенка моментально начнется кашель. Конечно, это неприятно, но гораздо лучше испытать подобные ощущения один раз, чтобы потом к ним не возвращаться.

После предварительной лекции об эффектах и последствиях курения выкурите по сигарете. Ребенок поймет, что все получилось так, как вы предсказывали. Возможно, он не захочет докурить до конца; не позволяйте этого, только тогда вас ждет успех. Если вы не курите, то и у вас могут возникнуть проблемы, постарайтесь не вдыхать дым, но ребенок обязательно должен вдохнуть, чтобы почувствовать эффект. Если вы курите, то в вашем голосе может оказаться еще больше убежденности, потому что зависимость вы испытали «на собственной шкуре». От вас потребуется откровенность, иначе при совершении ритуала не будет необходимого настроения. Если вы заранее подготовите своего ребенка и откроете ему тайну курения, то когда сверстник предложит ему тайно покурить, он сможет отреагировать, опираясь на уже существующий опыт. В этом будет гораздо меньше заманчивого, даже если второй ребенок (которому никто не предложил совершить этот ритуал заранее) будет настаивать. Иногда бывает и так, что ребенок, у которого уже есть опыт, сумеет отговорить своих товарищей. К данному вопросу он в любом случае сумеет отнестись более сознательно.

Безусловно, влияние ровесников очень велико, его нельзя недооценивать. Даже если, несмотря на ваше совместное курение, он присоединится к никотиновой «оргии» одноклассников, ваш совместный ритуал не будет напрасным. Благодаря ему ребенок сможет отказаться от никотиновой зависимости.

ПЕРВАЯ РЮМКА АЛКОГОЛЯ

Аналогичное поведение следует выбрать и для решения вопроса с алкоголем. В обществе, где алкоголь стал повседневностью, а иногда и признаком хорошего тона, где миллионы людей пытаются с помощью спиртных напитков избавиться от забот, убежать от невыносимой обыденности и набраться храбрости, не стоит надеяться на то, что ваш ребенок останется в стороне. Мы бы посоветовали совершить небольшое ритуальное действие, заблаговременно предложив виски или другой, достаточно крепкий напиток. Предварительно следует рассказать о роли алкоголя в обществе, о его функциях на праздниках, о его роли в создании имиджа взрослого человека, о воздействии на тело и душу. Несколько глотков виски ребенку не повредят, но дадут понять, что все сказанное о нем — правда. Голова гудит, ноги становятся ватными, возможно, ребенка будет тошнить. И этот ритуал тоже подготовит вашего ребенка к предложению ровесников попробовать выпить. Он уже будет знать, в чем дело, ему не понадобится ничего изображать перед своими товарищами.

Здесь тоже действует правило, что мягкое введение в суть проблемы не наносит вреда, а часто приносит пользу. Но алкоголь, который в нашем обществе превратился в наркотик, необходимый для контакта, не стоит исключать из жизни полностью. Выпив вместе, люди начинают обращаться друг к другу на ты, они сближаются легко и плавно. Символически толкнув друг друга бокалами, они не захотят толкаться и отпихивать друг друга в реальной жизни. Кроме того, даже очень молодые люди часто используют алкоголь, чтобы отогнать чувство страха или заботу. Конечно, лучшая профилактика в данном случае — воспитать в ребенке внутреннее мужество, так чтобы ему не понадобились вспомогательные средства.

НАРКОТИЧЕСКАЯ ЛОВУШКА

Аналогичным образом следовало бы решить и проблему марихуаны и гашиша. Первый выкуренный совместно ритуальный «косяк» может заменить последующую попытку ребенка получить искомый опыт самостоятельно. И, опять же, вопрос «курить или не курить» не стоит. Выбора просто нет. Он все равно попробует, но очень важно, где и в какой ситуации. В наших условиях полезно выкурить такую сигарету, чтобы потом дать компетентный отзыв о ее воздействии. Как только ребенок поймет, что все сказанное вами — правда и совпадает с его личным опытом, он тут же убедится в вашей компетентности. Его доверие к вам возрастет, и тогда вы сможете поговорить с ним о героине и других наркотиках. Если теперь вы скажете, что наркотики опасны, что их нельзя даже пробовать, ребенок, скорее всего, вам поверит. Героин (от греч. *heros* — герой), содержащий даже в своем названии намек на героическое путешествие, всегда заводит в тупик, к смерти. Еще никто и никогда не сумел с его помощью совершить героическое путешествие по жизни. Восприятие себя как героя можно достичь с помощью наркотика, это на самом деле иллюзия. Героин провоцирует полный отказ от жизненных странствий в пользу «растительного» образа жизни, потери самого себя. Можно помочь своему ребенку избежать подобной участи, только если быть с ним честным заранее. Если человек утверждает, что марихуана заводит в тупик и является дьявольским зельем, а сам при этом злоупотребляет алкоголем, он не может в глазах ребенка не оказаться лгуном.

НЕОБХОДИМЫЕ ВОССТАНИЯ

Для переходного возраста характерны протесты и восстания. Подростковый возраст подразумевает отход от родителей, поэтому каждое их слово воспринимается в штыки. Начинаются демонстрации протеста, идущие по возрастающей. Поколение хиппи отращивает длинные, но довольно ухоженные волосы, балуется «травкой». Через поколение появляются молодые люди, протыкающие себе нос булавкой, красящие волосы в зеленый цвет и бесстрашно вкалывающие себе героин. Трудно представить, к чему приведет подобная тенденция. Но

одно можно сказать с уверенностью: каждое поколение должно испытать на себе, что такое восстание.

Чем либеральнее и понятливее родители, тем больше усилий приходится приложить подростку, чтобы наткнуться на настоящее сопротивление. Поэтому не следует изображать из себя более либерального человека, чем вы есть на самом деле. Не стоит изображать из себя и диктатора ради того, чтобы иметь почву для взаимных трений.

ЭКСТАЗ

В архаичных культурах экстаз был естественной составной частью жизни общины. Ритмичные танцы, долгие протяжные напевы, прыжки через огонь приводили людей в состояние экстаза. Люди ощущали связь с внутренним ядром сущности, где каждый совершенен и целостен. Этот опыт был чрезвычайно важен: он показывал цель, к достижению которой нужно стремиться.

Потребность увидеть цель жизни ведет сегодняшнего подростка во все тяжкие. С помощью подручных химических средств он хочет «взорвать дверь, ведущую к расширению сознания». Наркотики, пусть на короткое время, предоставляют эту иллюзию. А ведь существует множество доступных нашим детям способов достижения экстаза, которые мы игнорируем или категорически отрицаем.

Вместо того чтобы радоваться, что у детей есть потребность впасть в состояние экстаза на дискотеке, многие взрослые изо всех сил стараются заблокировать этот абсолютно невинный путь. Те, у кого есть опыт общения с молодыми людьми, занимающимися спортом, могут подтвердить, что изматывающие и отнимающие все силы тренировки — это замечательное средство против наркотиков типа героина. Экстаз дает возможность выйти за границы Эго и приблизиться к ядру своей сущности.

ВОПРОСЫ

1. Как я отнесся/отнеслась к первому семяизвержению / к первой менструации?

2. Как я отнесся к появлению в моей жизни сексуальности? Испытывал я оргазмы с самого начала? Кто меня «просветил»? Какое настроение было в тот момент?

3. Как много в моей жизни осталось детскости?

4. Я ем и пью как взрослый или как ребенок?

5. Какие детские игры мешают моей профессиональной деятельности?

6. Какие выводы можно сделать по моей одежде?

7. Какую роль играют для меня испытания мужества?

8. Как я отношусь к группам (людей одного со мной пола)? Как я чувствую себя в группе?

9. Какие восстания я поднимал в течение своей жизни?

10. Как я отношусь к аскетизму и наслаждениям, к постам и чрезмерному аппетиту? Удалось ли мне найти золотую середину?

11. Существуют ли для меня моменты экстаза? Как я отношусь к наркотикам?

УПРАЖНЕНИЯ

1. Праздники пубертатного периода: по случаю первой менструации родители могли бы устроить большой праздник для своей дочери, на который следует пригласить самых близких подруг и друзей. Если все обставить именно так, то скоро процесс перестанет восприниматься как нечто неприятное.

Такой праздник можно провести и только для членов семьи, родители могут использовать возможность, чтобы напомнить дочери, что теперь она — взрослая. Важно поговорить о том, что родители всегда счастливы, если дети перерастают их во многих отношениях. Примерно то же самое можно организовать и для мальчика.

2. Путешествия в пубертатном возрасте: они дают и тем, кто уезжает, и тем, кто остается, ни с чем не сравнимый шанс вписаться в новую ситуацию и адекватно воспринять свою новую роль. Дети вылетают из «родного гнезда», чтобы размять крылья и научиться нести ответственность за свою жизнь. Путешествие с рюкзаком за плечами с самого начала вынуждает молодого человека нести ответственность за свой багаж, свой вес приходится нести самому. Деньги помогут научить вести хозяйство и заботиться о себе. Такое путешествие неразрывно связано с самостоятельностью и самообслуживанием. Ритуал окажется еще более глубоким, если молодой человек сам заработает деньги на поездку.

У девушки, уезжающей работать за границу, появляется шанс начать все сначала, но уже на новом уровне. И шанс этот обязательно нужно использовать.

Важнейшие предпосылки при этом — отход от детских обязательств, прощание с мягкими игрушками и другими милыми сердцу пустячками, то есть расставание со всем, что должно остаться позади, в стране детства.

3. Каникулы родителей: проблему можно решить и противоположным способом — родители имеют право уехать в отпуск, оставив дом и связанные с ним заботы на детей. Пусть дети дома изображают из себя взрослых, а у «стариков» будет второй медовый месяц, они спокойно смогут оглянуться назад, на прожитые годы.

4. Ритуальное дерево: чтобы отпраздновать переход в пубертатный период, можно посадить молодое деревце, которое будет расти с юношей или девушкой, отражая фазы их развития. Для этого больше всего подходит грецкий орех, ведь ему требуется много времени, чтобы начать плодоносить.

5. Ритуальные воздушные шары: такой ритуал можно инсценировать как настоящее путешествие на воздушном шаре, когда «экипаж» бросает из стороны в сторону по воле ветра. Регулировать можно только высоту. Подобный полет отражает жизненное путешествие, при котором мы можем менять только уровень, но не образец.

Обставить ритуал можно по-детски, что намного проще. Для этого вам понадобится огромный красивый воздушный шар, наполненный газом. Ребенок может его разрисовать символически, отразив пожелания на следующий отрезок жизни. Родители символически могут подарить ему свободу. Окончанием ритуала послужит улетающий шарик, который вы вместе будете провожать глазами. Дети с удовольствием устраивают конкурс, чей шарик улетит дальше. Разве это не подготовка к собственным путешествиям и взлетам?

6. Ритуал для родителей, чьи дети пребывают в переходном возрасте: совместная медитация по поводу двух основных задач, стоящих перед родителями, которые очень удачно сформулировал американский журналист Ходдинг Картер: сначала дать детям корни, а потом помочь вырасти крыльям. Если такая медитация в форме общего внутреннего путешествия обоих родителей проводится регулярно и своевременно, то им будет легче придти к одинаковым выводам по поводу воспитания подрастающего поколения на уровне внутренних образов и глубокого транса. Тогда и забот будет гораздо меньше.

Фазы типичных ритуалов переходного возраста:

- покинуть семью, родину;
- научиться переносить лишения, проходить испытания мужества и совершать ритуалы поиска;
- совершить групповой ритуал для торжественного восприятия своей новой, повзрослевшей личности;
- пройти фазу укоренения — осознать правила новой жизни.

6. МОЛОДОСТЬ

Люди рождаются не в тот день,
Когда мать производит их на свет,
а когда жизнь заставляет
произвести на свет самих себя.
Габриэль Гарсиа Маркес

Ты спрашиваешь меня, что делать?
Артур, веди дикий и опасный образ жизни!
Клеменс Вальтер

В архаичных культурах молодые люди должны были покинуть отчий дом, едва достигнув половой зрелости. Сегодняшние подростки физически взрослеют очень рано, но в духовном аспекте они отстают. «Оторвать пуповину» им удастся с трудом. Период между пубертатом и полной зрелостью дает шанс сделать это. Этот период примерно совпадает со школьными экзаменами на аттестат зрелости. То, что начинается в подростковом возрасте, должно закончиться, по крайней мере, в юности, иначе блокированными окажутся пути развития двух поколений. Уход из родного дома женщинам дается легче, чем мужчинам. Женщина покидает отчий дом, чтобы последовать за мужем.

Даже если родительскую опеку заменяет попечительство мужа, все равно автоматически осуществляется разрыв пуповины. А вот молодых людей — даже самых сознательных — заставить стать самостоятельными и оторваться от родительской семьи очень трудно.

Второе важное преимущество женщин состоит в возможности рожать детей и, таким образом, перейти от образа Венеры в сферу материнства. В этой сфере имеет место более зрелая форма любви. Сами роды — огромный скачок в развитии. Женщина переходит от уровня «Я» на уровень «Ты».

Юность — это последний шанс адекватного взросления. Как оценить собственную зрелость? Существует ряд критериев, по которым можно это сделать. Они имеют субъективный характер и дают более или менее адекватную картину не каждый сам по себе, а в совокупности.

Достижение зрелости подразумевает принципиальную готовность:

- отказаться от представлений о здоровом, цельном мире;
- отказаться от мысли о том, что кто-то должен за тобой ухаживать;
- отвечать самому за свои поступки и их последствия, разбираться в многочисленных повседневных проблемах;
- брать на себя ответственность за себя и других;
- воспринимать окружающий мир как зеркало, то есть отказаться от проекций;
- ориентироваться в своей жизни на цельность, а не на благополучие;
- подчиниться жизненному образцу мандалы.

Взрослость — это еще и желание:

- расти и развиваться;
- доходить до границ и, в случае необходимости, переходить их;
- искать свое призвание и принять его;
- идти своим собственным независимым путем;
- получить радость от пика, зенита жизни;
- получать удовольствие от собственной зрелости.

Взрослость подразумевает, что по отношению к партнеру вы готовы:

- оказывать поддержку (материальную, духовную, душевную);
- рассматривать его как собственное зеркало и в хорошие, и в плохие моменты;
- вместе переживать кризисы;
- стремиться к отношениям, ведущим к цельности, а не к благополучию;
- пройти путь развития от «Я» к «Ты».

ВОПРОСЫ

1. Насколько я свободен от своих родителей?

- Где я провожу домашние праздники типа Рождества и Пасхи?
- Насколько добровольным оказывается мое возвращение домой?
- Где мой дом? Смог ли я отказаться от родительского дома и создать свой собственный? Или дом моих родителей — это все еще и мой дом?
- Как часто и по какому поводу я думаю: «Таким, как мой отец / такой, как моя мать я быть не хочу»?
- 2. Готов ли я вступить в самостоятельную жизнь?
- Стараюсь ли я сохранять отношения лишь до тех пор, пока не появляются трудности и ко мне не начинают предъявлять претензии? Или я стараюсь реагировать адекватно?
- Есть ли в моем образе жизни тенденции, говорящие о том, что я пытаюсь играть роль вечного мальчика / вечной девочки?
- Состоятелен ли я в профессии? Или, может быть, пасую перед проблемами?
- 3. Существуют ли у меня тенденции к поиску?
- Не превратились ли привычки в обязанности?
- Испытываю ли я страх, не получая определенных вещей?
- Знакомы ли мне моменты экстаза?
- Какую роль играют для меня поиски жизненного пути?
- 4. Могу ли я ощущать себя частью группы партнеров одного пола?
- 5. Отношусь ли я к лицам противоположного пола прямо и открыто?
- Достигла ли моя сексуальность уровня, характерного для взрослого человека?
- Может быть, я воспринимаю только мужчин, похожих на отца / женщин, похожих на мать?
- Должен ли я доказывать свою состоятельность завоеваниями?
- Является ли моя сексуальность наполненной и удовлетворительной?

7. ЖЕНИТЬБА

В единстве вы родились,
 В единстве вы должны остаться навсегда.
 Вы останетесь едины, даже когда белые крылья смерти
 Обрежут нить ваших дней.
 Истинно, вы останетесь едины даже в молчании
 Божественных размышлений.
 Но пусть сохранится расстояние между вашим «вместе»,
 Пусть Ветер и Небо танцуют между вами.
 Любите друг друга, но не превращайте любовь в оковы;
 Превратите любовь в пенное море
 Между берегами ваших душ.
 Наполните горло друг друга,
 Но не пейте из одного кубка,
 Делите друг с другом хлеб,

Но не ешьте от одного куска.
Танцуйте и пойте вместе, и будьте веселы,
Но оставляйте друг друга в одиночестве.
Так одиноки струны лютни,
Хотя они и звучат одной мелодией.
Отдайте друг другу сердца,
Но не в полное распоряжение.
Ибо только рука жизни может положить на ладонь ваше сердце.
Стойте плечом к плечу,
Но не слишком близко,
Потому что даже колонны храма стоят отдельно,
А дуб и кипарис не могут расти в тени друг друга.
Халил Джебран. О браке

Женитьба часто символизирует начало кризиса, особенно в тех случаях, когда она становится способом избавиться от родительской опеки. В таких случаях женятся (выходят замуж) на первой попавшейся претендентке (за первого попавшегося претендента). Может ли такой брак быть перспективным? Разумеется, нет. Цель — свобода от родителей — достигнута. Какой же смысл оставаться вместе? Иногда только один из партнеров преследует корыстную цель и сознательно или неосознанно обманывает своего избранника, который надеется на совместную жизнь и дальнейшее развитие. С течением времени нечестность по отношению к себе или партнеру становится явной и превращается в фитиль, поднесенный к бочке с порохом. Спекулятивные браки в надежде на приданое, связи, влияние, статус или другие преимущества превращаются в подобие тюрьмы, в которой невозможны ни развитие, ни открытия. Если к тому же брак скреплен ритуально, например, в церкви, то ловушка оказывается захлопнутой.

Представление о том, что скрепленный ритуалом брак можно расторгнуть по желанию или капризу решением суда или парой подписей, является иллюзией. Люди просто недооценивают власть ритуала. И через долгие годы после разрыва люди, расторгшие церковный брак, продолжают сравнивать своих партнеров (партнерш) с венчанным супругом, от которого так и не удастся отойти, несмотря на отделяющее его (ее) пространство и время.

С другой стороны, количество ритуальных браков резко сокращается, что приводит к тому, что супруги не могут сдержать своих обещаний.

Чем хуже супруги разрешили предшествующие браку кризисы, тем большей окажется принесенная с собой в супружество «коллекция долгов». Как раз в случае так называемого брака по любви с течением времени у партнера начинают проявляться те качества, которые вы не можете терпеть в себе самом. Сначала мы влюбляемся в замечательные черты характера, которые видим и у себя, или хотим видеть, или, по крайней мере, надеемся увидеть. Со временем возникает эффект привыкания, и на первый план выходят те черты, о существовании которых в своем партнере вы даже не подозревали. Хотя мы их и отвергаем, это наши собственные черты, в существовании которых не

признаемся даже себе. Они нам настолько неприятны, что мы стремимся их подавить. Если же они проявляются у партнера, то это особенно обидно и начинает мешать. В принципе, нам бы хотелось иметь партнера, который не отражает тень, а только освещает нашу самую выгодную сторону. Такое партнерство может подарить удовольствие, но не может ничему научить.

Можно говорить о двух типах партнерства: «для благополучия» и «для цельности». При отношениях с целью достичь благополучия на переднем плане находится сама цель, то есть партнер должен заботиться о том, чтобы у другого все было хорошо. Часто за счет похожести партнеров возникает поверхностный унисон, но гармония может быть кажущейся. Эти отношения строятся на иллюзии, что гармония находится во главе угла, что существует возможность создать рай на земле. Истинная же гармония, хотя достичь ее нелегко, возможна только при отношениях, стремящихся к цельности. Чтобы такое состояние в браке возникло, необходимо время, потому что ничего поверхностного в нем нет. Оно вступает в союз с богиней Гармонией, дочерью богини любви Венеры и бога войны Марса, несущей в себе черты и матери, и отца.

На практике речь чаще всего идет о совокупности цельности и благополучия. Можно исходить из того, что браки по любви развиваются в направлении цельности. Браки же по расчету, как правило, активно поддерживаемые родителями, развиваются, скорее, в сторону благополучия. Чем больше различий между двумя любящими друг друга людьми, тем сильнее должна быть влюбленность, способная соединить противоположные края пропасти. Влюбленность — это резонанс, позволяющий вместе перейти на следующий уровень.

В браке по расчету пропасть, как правило, гораздо уже, потому что и мужчина, и женщина искали партнера, который подходит оптимально. Но и чувство влюбленности, если оно вообще есть, оказывается намного слабее. Шанс развития невелик.

Чем большая тень образовалась на предыдущих этапах, тем больше она выйдет на поверхность в браке, тем труднее будет с ней разобраться. С точки зрения духовного развития, интеграция тени имеет первостепенное значение в партнерстве.

Если человеку, например, не удалось проработать страх узости и тесноты родового канала, то и семейные узы будут казаться ему тесными. При любом требовании такой человек начнет противоречить и уходить в оппозицию. Он старается оттянуть решение проблемы на неопределенный срок, переложить всю тяжесть на партнера и не совершать самому никаких усилий.

У тех, кто не сумел справиться с проблемами переходного возраста, брак и отношения с партнером получают очень тяжелое наследство: инфантильное поведение будет проявляться там в полной мере. Скорее всего, его партнером окажется тот, кому нравится играть роль отца или матери. Может возникнуть ситуация, когда «ребенок» почувствует, насколько завышены требования к нему со стороны «взрослого» партнера. Он может начать строить свое поведение по принципу: «Оставь меня в покое со своими претензиями, не мешай мне

радоваться и получать удовольствие, не смей смотреть на меня сверху вниз». Взрослому тоже может надоесть наивность партнера, и тогда он станет действовать под девизом: «Сначала вырасти, я не хочу иметь ничего общего с детьми».

Часто такой союз оказывается «благополучным». Жена просит у мужа денег на хозяйственные нужды точно так же, как раньше просила у папы на карманные расходы. Древний христианский свадебный ритуал сохранил этот образец: мужчина обещает относиться к жене как отец, а она должна слушаться его как дочь. Как правило, жених получает руку невесты от ее отца, чтобы взять на себя его роль.

Но и противоположное явление перестало в наши дни быть редкостью. Зрелая женщина помогает не вышедшему из детсадовского возраста мужчине. В античности весталки — жрицы богини Весты посвящали молодых людей в тайны любви. Этот образец сохранился до сих пор, хотя и в несколько другой форме. Дело в том, что девочки опережают мальчиков в своем развитии, поэтому они в сексуальных вопросах берут инициативу в свои руки гораздо чаще, чем это диктуется господствующей в обществе идеологией. Такие отношения не очень благоприятны для брака: они имеют тенденцию блокировать развитие.

Кризис в браке — это всегда шанс стать честным и научиться принимать решения. Неужели я собираюсь только проецировать проблемы, убегая, таким образом, от собственного развития? Неужели я не хочу расти, даже испытывая трудности? Любой кризис дает возможность разобраться в нерешенных на предыдущих этапах вопросах, почувствовать себя более сильным и зрелым. Каждый из нас когда-то имел возможность убедиться в этом на собственном опыте. Следует понять: в другом человеке нам мешает только то, что имеет отношение к нам самим. И чем сильнее неприятие, тем больше это связано с нашими собственными проблемами. Но ведь тем больше и поле развития.

Во все времена для подготовки к такому важному шагу как брак использовались различные ритуалы. С остатками этих ритуалов мы сталкиваемся и по сей день. Существует, например обычай накануне свадьбы устраивать мальчишник (девичник), когда и гости, и хозяйка бьют фарфор. «Посуда бьется к счастью», — утверждает старинная поговорка, и на такое счастье надеются гости. Разбить старое, чтобы приобрести новое — главный мотив «осколочной оргии». Не исключено, что во многих обрядах сквозной нитью проходит желание последний раз побеситься в холостяцком обществе. Если избавиться от хаотичной, разрушительной энергии заранее, то, может быть, воды в супружеской гавани останутся тихими и спокойными. Вполне вероятно, что именно для этого в последний холостяцкий вечер приятели приводят жениху легкодоступную женщину. Если после такого соблазна свободой он еще готов сделать решительный шаг к супружеской жизни, значит, все будет в порядке... за исключением того, что невеста, узнав об этом, уйдет от незадачливого жениха.

ВОПРОСЫ

1. В какой степени я повторяю в собственном браке схему взаимоотношений своих родителей?

2. Нашел я **своего** партнера (**свою** партнершу) или нашел **я** своего партнера (свою партнершу)?

- Участвовали родители в принятии решения?

- С каким чувством я представил им свою избранницу? Насколько важным было для меня их согласие?

- Женился ли я на «своей матери» (вышла замуж за «своего отца») или же нашел полную им противоположность? В чем они похожи? В чем заключается различие?

- Хочется ли мне, чтобы партнер (партнерша) приноровился (приноровилась) к моим родителям?

3. Стремлюсь ли я в браке к цельному миру, или меня устраивает брак «для благополучия»?

4. Могу ли я выполнять роль матери (отца)?

- Часто ли я возвращаюсь к детским образцам?

- Может быть, в некоторых случаях я старший сын своей жены (старшая дочь своего мужа)?

- Почему у меня есть дети (нет детей)? Что они мне дают? Что я им даю?

5. Готов ли я вложить в отношения свои чувства?

6. Какой ролевой образец является господствующим в моих отношениях? Какие роли существуют у меня еще?

7. Насколько я готов к компромиссам и конфликтам? Существует ли в моих отношениях культура спора?

8. Вокруг чего вращается мой брак?

9. Что означают для меня мои дети? Чего бы мне не хватало, если бы их не было?

ИДЕИ ПО ПОВОДУ СВАДЕБНЫХ РИТУАЛОВ

Их много в любой культуре. В их количестве, составляющем глубокий контраст с малым числом ритуалов для развода, еще раз проявляется их значение. Супруги хотят ощутить важность предпринимаемого шага. Брак нужно заключать не только на бумаге. Огромное число ярких, но несущих лишь небольшой заряд вариантов свадебных ритуалов можно обнаружить в Лас-Вегасе, где в каждом казино существует соответствующая часовня для свадеб.

ИДЕИ ПО ПОВОДУ РИТУАЛОВ РАЗВОДА

1. В своеобразной ролевой игре снова вспомнить основные этапы отношений: знакомство, влюбленность, первое разочарование, начало конца.

2. Провести ритуальное прощание в той же церкви, где был заключен брак: снять кольца, развязать соединяющий руки шарф, между бывшими супругами разрезать ленточку, развязать ритуальный узел.

3. Раздел имущества: сначала поделите фотографии, потом разберите личные вещи, потом наиболее ценные предметы, и, наконец, совместно нажитое имущество.

4. Совершить торжественный ритуал внутреннего разрыва: в течение четверти часа тщательнейшим образом резать свадебную фотографию, затем уничтожить обе части, например, обрезки можно сжечь, развеяв пепел на улице, или закопать, посадив на этом месте дерево надежды.

5. Сознательно убрать из поля зрения вещи партнера, при этом нужно, прежде всего, его самого снять с пьедестала в собственном сердце, отведя ему другое, более скромное место. Не имеет смысла полностью изгонять из мыслей бывшего партнера, с которым к тому же у вас общие дети, потому что иначе он просто попадет в тень. Ему будет там уютно, а вам неприятно.

6. Отдать обручальные кольца в переплавку.

7. Ритуально уничтожить свидетельство о браке, сжечь или закопать.

8. После разрыва и официального развода ритуально закопать «топор войны». Для этого следует выбрать подходящий символ, например, то, из-за чего особенно часто спорили или за что активно боролись.

9. После развода выделите время для фазы путешествия по стране Никто.

8. ПРОФЕССИЯ

Созидайте, чтобы не отстать
От Земли и ее души,
Ибо умеренность есть отчуждение времен года,
Уход от круговорота жизни,
Достоинно и гордо приближающейся к бесконечности.
Созидайте, станьте флейтой, чья душа
Становится музыкой шепота времени...
Труд — это любовь,
Которую можно увидеть.
А если вы создаете без любви
И вопреки желанию, то лучше оставьте свой труд
И сядьте к воротам храма,
Чтобы принять подаяние из рук тех,
Кому труд в радость.
Если без радости вы испечете хлеб,
То он будет горек,
Он не утолит как следует голод.
И если вы давите в чане виноград,
То ваше недовольство наполнит горечью вино.
А если вы поете ангельским голосом, но
Петь не любите, то не наполнит ваше пенье
Счастьем сердца людей,
Не в радость им будут голоса ни дня, ни ночи.

Халил Джебран. О труде

Я спал, и мне снилось, что жизнь — это радость,
Проснулся и увидел, что жизнь — это долг.
Я выполнил то, что был должен, и понял,
Что долг — это радость.
Рабиндранат Тагор

Профессиональные кризисы тоже могут привести к душевному росту: здесь, как и в отношениях с партнером, происходит обработка типичных для развития тем. Шефы превращаются в подобие супругов или родителей, и тогда с этим следует бороться — не потому, что они объективно плохи, а по той простой причине, что ребенок должен выстоять в собственном бою. Коллеги могут перейти на роль братьев или сестер, и тогда начинается конкуренция между «старенькими» и «новенькими», к которым вдруг начинают относиться с большим вниманием, ставящим под угрозу позиции других сотрудников. Если изучить любую фирму несколько отстраненно, обязательно станут заметными своеобразные конфликты.

Вы столкнулись с конфликтом интересов отдельных членов коллектива? Рассматривайте ситуацию в качестве задачи, которую необходимо решить и которая не может быть решена с помощью увольнения. Не бегите — судьба будет только еще более изощренной, она все равно поставит перед вами те же самые задачи, какая разница, в личной жизни или в профессиональной. А может быть, и в той, и в другой.

Прогрессирующие конфликты возникают, если человек неправильно выбрал профессию, например, пойдя на поводу у родителей. Сыну или дочери трудно отойти от идеального с точки зрения родителей образа партнера. Не менее сложно отказаться от выбранной мамой и папой профессии. Если в семье считается, что дочь должна стать портнихой, а сын пекарем, то возможностей остается всего две. Дети могут выполнить перспективный план родителей или уйти в оппозицию. Другой вопрос, что оппозиция сама по себе очень нравится молодым людям, поэтому возникает опасность слишком увлечься «борьбой ради борьбы».

ВОПРОСЫ

1. Как я выбрал свою профессию?
2. Играло ли свою роль при выборе профессии призвание?
3. Имели значение при выборе профессии желания родителей?
4. Повлияли на мой выбор профессии родители? Не пытался ли я поступить им наперекор?
5. Кем я хотел стать в детстве?
6. Есть ли у меня профессиональные мечты или профессия, о которой я мечтаю?

9. ДУХОВНЫЕ КРИЗИСЫ

Бог живет в сердце, в области неосознанного.
Там источник страха перед всем
Несказанно ужасным и сила,
Способная этому страху противостоять.
К. Г. Юнг

Духовные кризисы очень трудно ввести в какие бы то ни было временные и содержательные рамки. Еще труднее отграничить их от случаев, лежащих в области психиатрии. Часто за медицинскими диагнозами скрываются духовные проблемы. Несколько лет назад моей пациенткой была аутичная пятилетняя девочка, которая ни с кем не вступала в вербальный контакт, хотя раньше все было нормально. Измерение сопротивления кожи сразу показало, что она реагирует на все, что я говорю, но больше всего на сказочные истории про природу. Выяснив это, я стал рассказывать ей бесконечные истории про эльфов и фей. Наконец, наступил желанный момент, когда пациентка нарушила свое молчание. Сначала она очень робко спросила, действительно ли можно увидеть всех этих человечков. Я объяснил, что увидеть их она сможет только мысленно, но существуют такие люди, которые воспринимают их в природе. И тут она выдала свою так тщательно оберегаемую тайну: она тоже может воспринимать всех этих и других таких же необычных человечков, но, когда она об этом говорила, никто ее не понял и никто не поверил. Над ней только смеялись. Поэтому она обиделась и замкнулась в своем внутреннем мире. Продержалась девочка целый год. Безусловно, дело здесь было не в эгоцентризме. Но если бы плотина не была сломана вовремя, то начались бы серьезные психиатрические проблемы.

Это о бдительности при психиатрической диагностике. Даже за классическими картинами болезни, такими, как шизофрения и циклотимия, могут скрываться духовные проблемы. Чтобы их выявить, необходимо заглянуть за рамки безумных представлений и обратиться к глубинам души. Американский психиатр Эдвард Подфол совершил в этой области поистине новаторскую работу, о которой рассказал в чудесной книге «Притяжение безумия».

Мы можем причислить к душевным кризисам все случаи одержимости, все не проработанные кризисы после смерти близкого человека, маниакальность, связанную с неудачными поисками. Нельзя забывать и распространяющиеся с большой скоростью параноидальные виды безумства, которые вызваны использованием техники подавления, например, техники позитивного мышления.

Опасно и увлечение медитацией. Если человек получает первые хорошие для своего внутреннего мира результаты и, несмотря на предупреждения учителей, начинает медитировать все больше и больше, может случиться так, что он за сравнительно короткое время сильно изменится, что напугает и его, и близких. Техника медитации не виновата в том, что слишком эффективна. То, что замечательно на некоторое время, может, оказавшись преувеличенным, достичь

устрашающего уровня. Если постоянно выполнять упражнения для раскрытия Эго, но при этом специальными действиями не укреплять свою связь с землей, неминуемо окажешься в пучине психоза. Энергия Кундалини, которой восхищаются в первую очередь те, кто ни разу не испытал ее на себе, накатывает мощной волной, разрушает сон, иногда заставляет тело непроизвольно вздрагивать и сжиматься, так что человека переполняет страх или паника. Но самое страшное — это смешение образов и чувств, представляющее собой комбинацию из личных воспоминаний, архетипных тем, мифических и религиозных образцов. В соответствии с предварительной историей души они могут превратиться в безумные ощущения греха, вины и других неприятных комплексов. Не может такой человек получить удовлетворение и от замечательного самого по себе восприятия света и мгновений необычайного просветления, поскольку над ними нависает тень страха. Вероятнее всего, страх является основной и, в то же время, самой тяжелой темой в состоянии, которое человек осознает довольно отчетливо. Полное погружение в другой мир, при котором возникают психозы, здесь не присутствует, следовательно, нет и наступающего с некоторой периодичностью облегчения. Как ни странно это звучит, но человек, находящийся в глубоком психозе, защищен от душевных страданий отсутствием практически всякого контакта с реальной действительностью.

В ночных кошмарных путешествиях души, предполагаемых духовными кризисами, сознания вполне достаточно, чтобы испытывать от происходящего ужасные страдания, смешанные с боязнью потерять самого себя.

Нужно научиться создавать систему собственной безопасности, нужно постепенно приучить нервную систему к подобному расширению пространства, доступного личному опыту.

В Библии многократно упоминается, что люди не в состоянии выдержать встречу с Богом лицом к лицу. Даже Моисей, величайший посвященный Израиля, не выдерживает такого количества света и закрывает глаза. Из этого нельзя делать вывод, что Бог опасен или плох. Чтобы вступить в контакт, нужны «только» правильный метод, соответствующее руководство и подходящий момент. Чтобы понять, что он ничего не знает, Сократу понадобилось сначала стать мудрым.

Чтобы пережить состояние духовного кризиса и иметь возможность не только выдержать его, но и суметь им насладиться, необходима уверенность в возможности возвращения из темного путешествия. Чаще всего людям надоедают дальние путешествия к темным сторонам души и они отдыхают от передозировки психического, бросаясь в физическую активность. Великолепные результаты дает непосредственный контакт с почвой, например, во время садовых работ. Здесь целесообразна любая простая работа руками, для которой не требуется присутствие духа. Хороша символическая деятельность — уборка, стирка, а также длительные прогулки за городом.

Огромной помощью становятся хорошие отношения с партнером и интенсивные физические контакты, которые чаще всего воспринимаются как приятные. Они помогают человеку почувствовать,

что он находится в своем теле, то есть «в этом мире». Под защитой такого «заземления» можно попытаться терапевтическими средствами навести порядок в мире образов, от переизбытка которых человек испытывает страдания. Покой и активность должны присутствовать в правильном соотношении. Для этого необходимо научиться правильно оценивать все используемые методики. Общее правило таково: на пути к середине нельзя чересчур рваться вперед, но нельзя и засыпать.

10. КЛИМАКС, ИЛИ КРИЗИС СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА

Аминь, скажу я вам:

Если вы не обратитесь и не станете как дети, то не войдете в царствие Небесное.

Мф. 18, 3

Путей, ведущих к становлению сознания, несколько, но они следуют определенным законам. Как правило, перемены начинаются с наступлением второй половины жизни.

К. Г. Юнг

В своем докладе

под названием «Поворот в жизни», прочитанном в 1930 году, Карл Густав Юнг проводит параллель с движением Солнца: «В 12 часов дня начинается заход. А заход — это обращение всех утренних ценностей и идеалов». В том же самом докладе он констатирует: «Самое плохое во всем этом то, что умные, образованные люди живут, как придется, не зная о возможности подобных преобразований... К полудню жизни мы подходим абсолютно неподготовленными».

В мандале можно найти объяснение, почему средний возраст превращается для многих из нас в катастрофу. Слово «катастрофа» позаимствовано из греческого языка и обозначает «обращение». И действительно, у нас есть выбор, мы самостоятельно можем осознать этот промежуток времени как возможность обращения и добровольно измениться. Но мы можем так же остаться пассивными и страдать от свалившейся на нас катастрофы. Некоторое количество страданий оказывается в данном случае неизбежным, потому что нам приходится расстаться с чем-то привычным, принести в жертву то, что устарело, ставшее близким направление жизни, которое существовало не один десяток лет. Ведь даже самые легкие роды связаны с болью. Так же и новое рождение в середине жизни. Критерием обращения может послужить время, которое понадобилось, чтобы достичь пика этого кризиса. Решающее значение при его оценке играют внутренняя позиция и готовность принять решение.

В предыдущих кризисах менялся уровень, но направление оставалось тем же самым. В середине жизни вектор движения преломляется: движение идет уже не вперед, а назад. В этот период мы подводим итоги предыдущей жизни. Больше всего мы думаем о том, что не успели выполнить. Это время очень опасно, но необходимо освободиться от балласта. Оставить то, что досталось с таким трудом,

получив возможность стать, наконец, свободными, снять наручники, приковывающие нас к миру. Не забывайте: наступила пора устроить себе каникулы. Можно прочитать те книги, на которые не хватало времени. Можно плавать на лодке, кататься на лошади и получать удовольствие от работы в саду. В этом возрасте начинается жизнь, о которой мечталось. После долгих лет работы и созидания появляется шанс переключиться на чувственность и поиски смысла жизни. Не забывайте, что слово «климакс» переводится как «апогей, вершина». Именно такой и задумана эта фаза жизни. А слово «менопауза» предполагает паузу, которую человек вполне заслужил.

Но вместо того чтобы радоваться этому, многие ощущают подавленность, впадают в депрессию, чувствуют себя не востребованными... Они не осознают, что теперь у них гораздо более важные задачи, решение которых меняет все вокруг и придает жизни новое направление.

Самые полезные советы людям, которые выбрали нерешенную сторону кризиса и чувствуют себя плохо: не относитесь к этому периоду как ко времени искания себя в новой профессии, не пытайтесь завести новое для себя дело, не стремитесь к новым автомобилям или приобретению недвижимости. Этот период предназначен для подведения итогов и освобождения от старого балласта, а не для приращения нового. В Индии считают, что идеальная продолжительность жизни — 84 года. Двадцать один год отводится росту и обучению, 21 — используется для создания семьи и обретения себя в профессии. Еще 21 год необходим для обеспечения и консолидации этих структур, ну а последние годы (их тоже 21) — для духовного развития. Когда человеку исполнялось 63 года, он прощался и отправлялся в Бенарес, чтобы посвятить последние годы духовно-душевному росту на берегах священной реки Ганг.

В культуре американских индейцев смерть — промежуточная станция на пути в новый мир, где не будет ни страхов, ни ужаса. Почувствовав, что его время настало, старик уступает место молодым и присоединяется к совету старейшин. Женщины этих племен прекрасно знают: когда прекращаются менструации, женщина становится матерью, когда они прекращаются навсегда — бабушкой. Первое — причина для радости, второе — причина для счастья.

В аграрной Европе было так же. Когда приходило время и человек понимал, что не может больше выполнять тяжелую работу, он передавал хозяйство сыну, оставляя за собой только небольшой надел. После этого проблемы власти и ответственности его не волновали.

Юнг считал, что если человек открывает духовность раньше, чем достигнет среднего возраста, то у него легко возникают проблемы, если он не находит ее после — то начинается тяжелейший кризис поиска смысла жизни. Первая часть этого высказывания относится к первой половине жизни и осознанию того факта, что слишком раннее погружение в темы духовности приводит к отказу от собственных учебных задач. Медитация вместо переходного возраста — это не решение проблемы. Вместо того чтобы жить с открытым забралом, человек уползает в укрытие. Вместо того чтобы прочно закрепиться в

полярности, человек бежит от действительности. В восточной культуре особые гуру заботятся о том, чтобы посвященными оказались только те, кто действительно достоин этого. На гребне западной спиритической волны добиться того же слишком непросто, потому что в борьбе за массовость некоторые гуру, сами себя таковыми назначившие, принимают в ряды своих последователей всех и каждого.

В современном мире старшее поколение любыми средствами цепляется за рычаги власти. Геронтократия все чаще имеет место на работе и в семьях, что вредит всем поколениям. Но в обществе, игнорирующем мандалу как образец жизни, такое поведение рассматривается как подвиг самоотверженности и заботы о благополучии нации, партии, фирмы, семьи. Это безответственно, потому что человек уже не в силах соответствовать требованиям жизни. Чем дальше он отходит от своего пути, тем больше его неспособность на адекватную реакцию. Связанные с этим собственные страдания и страдания других — вот расплата за ошибки.

Тот, у кого кризис среднего возраста, будет чувствовать себя подавленным, влачащим жалкое, бессмысленное существование, пока ему не удастся сориентироваться в новом направлении. Попытки сделать это наиболее комфортным и поверхностным способом не принесут душе удовлетворения. Из-за необратимых изменений климактерического периода может начаться паника по типу «уходящего поезда», что приводит к стиранию границ между иллюзиями и реальностью. Раньше короли в подобной ситуации укладывали к себе в постель юных девушек, ошибочно надеясь забрать их молодость. Безумный румынский диктатор Чаушеску делал себе переливание крови от новорожденных. Но слова «станьте, как дети» не подразумевают детскости. Их следует воспринимать в духовно-душевном смысле с точки зрения возвращения души.

Что является критерием «зрелой детскости»? Реализованного внутреннего ребенка нельзя узнать по отдельным характеристикам. Для этого необходимо общее душевное состояние, хотя о некоторых качествах сказать все-таки стоит. Это:

- способность жить сегодняшним днем;
- спонтанность;
- безусловная открытость, открытое сердце;
- вера, доверчивость;
- мужество;
- безыскусная честность;
- радость от самой жизни;
- умение находиться в согласии с самим собой;
- отсутствие оценочных суждений, осуждений, приговоров;
- способность не поддаваться внешнему впечатлению;
- готовность к безусловному росту;
- способность придавать значение всему, очаровывать всех и вся;
- готовность учиться с радостью, а не из чувства долга;
- простота, отсутствие ненужной усложненности;
- радость от движения, готовность сразу же разрушить созданные им же самим воздушные замки;

- живые эмоции: краткие, сильные, быстро меняющиеся;
- готовность прощать, исправляться;
- способность играть в одиночестве, не забывая, что это игра;
- естественное соотношение активности и покоя;
- естественная связанность со всем, что нисходит свыше.

КАРТИНЫ БОЛЕЗНЕЙ СЕРЕДИНЫ ЖИЗНИ

ДЕПРЕССИЯ

Депрессия, связанная с кризисом середины жизни, распространяется в современном обществе с огромной скоростью. Статистики утверждают, что риск попасть в когорту страдающих от депрессии для тех, кто родился после 1955 года, в три раза выше, чем для их бабушек и дедушек. Буквально слово «депрессия» можно перевести как «прочь от давления». Депрессия, как и любое заболевание, выражает самое необходимое: она стимулирует расслабление на физическом, то есть проблемном уровне. «Прочь от давления» можно воспринимать как указание повернуться к центру мандалы, туда, где нет напряжения, где царит полный покой золотой середины. На вершине жизни, на периферии мандалы, напряжение полярности оказывается максимальным. Тот, кто накопил богатства, находится в напряжении, потому что боится их потерять. Если он хочет предотвратить кражу, то должен позаботиться об охране, то есть укрепиться в полярном мире. Если на периферии мандалы, на вершине жизни, напряжение максимальное, то в центре оно стремится к нулю. Наше предназначение — вернуться к этому покою.

Если у человека депрессия, он настолько лишен физических и душевных сил, что иногда не ощущает никакой энергии. Если вы попытаетесь взять у него кровь на анализ, у вас ничего не получится, потому что напряжение вен ничтожно мало. И в прямом, и в переносном смысле ток жизни практически прекращается. Депрессия — это не выраженная в действии попытка самоубийства. Но формулировка своего отношения к смерти возможна и в освобождающей форме, позже мы об этом еще поговорим.

В академической медицине депрессия подавляется с помощью психотропных препаратов. Этот способ не привносит ничего нового в жизненный путь, а наоборот — создает ему препятствия. То, что у человека, переживающего депрессию середины жизни, буквально отбирают движитель, нормально. Дело в том, что он продвигается в ложном направлении, его следует затормозить, иначе он не сможет найти необходимый для осмысления жизни покой. Нормально и то, что он не хочет бывать в обществе, что его не интересуют привычные развлечения, потому что ему полезно побыть в одиночестве. Ненормально же выписывать ему химические препараты, стимулирующие работу движителя, ведь это вновь приведет к активизации движения в ложном направлении и отдалит человека от рассмотрения темы собственной смертности и последнего в этой жизни одиночества. «Отложить — не отменить» — принято было говорить в

старые времена. Пока приведшая к депрессии тема остается не отработанной, она будет и давить, и подавлять.

Депрессия имеет и свои хорошие стороны, она может многому научить. Ее можно рассматривать в качестве аварийного тормоза, если человек двигается слишком быстро, да еще и в неправильную сторону. Депрессия заставляет выйти из абсолютно неприемлемой ситуации и дает возможность побыть одному, приводит к экзистенциальной конфронтации с самим собой и со смертью, конечной целью жизни каждого из нас. Часто только депрессии удается подтолкнуть жизнь к центру, освободить от вынужденного падения, освободить пространство для грусти и печали, дать время, в течение которого абсолютно ничего не должно происходить.

В конце концов, не следует забывать, что без пропасти не может быть вершины. Из зон высокого и низкого давления состоит не только погода. Постоянно высокое давление вздыбило бы Землю, а постоянно низкое — затопило бы. Поэтому максимум подразумевает минимум, который, в свою очередь, подготавливает наступление максимума. Затянувшийся минимум заставляет предположить, что таким образом уравнивается очень долгий максимум. Идеал находится посередине.

ИНВОЛЮЦИОННАЯ ДЕПРЕССИЯ

Инволюцией называется естественное для преклонного возраста обратное развитие на телесном уровне. В пожилом возрасте количество отмерших клеток восполняется не полностью, а физический баланс имеет отрицательное значение. В идеальном случае равновесие сохраняется за счет баланса духовного. Духовный рост, ведущий к мудрости и зрелости, превращает обратное образование телесных структур в нечто несущественное. Физические рекорды становятся ненужными, потому что их использование ограничено. Неиспользуемые мышцы атрофируются, что вполне естественно. Угрожающей такая ситуация становится, если нет и духовного развития. Если тело — это единственное, что есть у человека, за что он цепляется изо всех сил, то описанная ситуация ведет к ощущению катастрофы. Психоз очень часто является попыткой побега, по крайней мере, от ставшей невыносимой действительности.

Если человек своими спортивными результатами пытается продемонстрировать себе и окружающим, что возраст не имеет над ним никакой власти, то в данной фазе он так же легко может потерпеть крушение, как и тот, кто не верит в возможность дальнейшего существования после смерти. Если человек ощущает, что приближается угроза физического регресса, то, вполне возможно, попытается убежать от опасности в депрессию или психоз. Физический распад является для человека символом распада материи как таковой, что представляет угрозу, прежде всего, для сторонников материализма. Смысл инволюционной депрессии заключается в возможности дать человеку понять, что материя, в том числе и материальное тело, не вечна, что необходимо найти опору на другом, более прочном уровне. Такая депрессия еще более интенсивно, чем депрессия середины жизни,

направлена на принцип Сатурна, то есть принцип Редукции, при котором значимым является только наиболее существенное, например, бессмертная душа и Дух, существующий вне времени.

ОПУХОЛЬ НА ПРОСТАТЕ

Предстательная железа — слабое место в мужском организме. Опухоль на простате отравляет период зрелости многим мужчинам, потому что растущая простата, охватывающая мочеточники, начинает на них давить, сужая поток мочи, а иногда и блокируя его полностью. Если раньше была возможность выпускать жидкость большой струей, то теперь речь может идти только о тоненькой струйке. Если раньше мужчина всегда справлялся с этим быстрее женщины, то теперь ждать около туалета приходится ей. Слабый пол внезапно превращается, хотя бы на этом уровне, в более сильный. Перед нами великолепно инсценированная организмом ситуация противопоставления анимус — анима. Для тела важно обнаружить свою женскую часть, аниму.

Символика — невыносимые боли и задержка мочи — в данном случае предельно прозрачна. Человека буквально подталкивают к мысли, что он находится в душевном застое. Осознание необходимости обеспечить отток застоявшегося душевного элемента может облегчить создавшееся положение вещей.

Душевные проблемы возникли гораздо раньше, чем произошла блокировка потока мочи. Тот факт, что судьба назначает человеку все больше и больше лечебных часов, можно рассматривать как неприятность, но ведь, с другой стороны, это еще и проявление заботы о цельности души. Задача заключается в том, чтобы понять: фантазии о величии, начавшиеся в детстве во время соревнования, кто попишет дальше, и находившие выражение на каждой фазе развития, стали несостоятельными. Мужская струя теперь не повод для гордости, а приближение к женскому полюсу, аниме.

Возникновение опухоли простаты выводит на передний план еще один аспект: простата производит жидкость, которая способствует скольжению пениса во время полового акта и помогает семени проникнуть в глубины женского тела. Следовательно, количество жидкости в резервуаре железы уменьшается при каждом семяизвержении. Урологи говорят о необходимости регулярных и частых половых актов. Кроме того, при половом акте происходит массаж железы. В арабском мире проблемы с предстательной железой не распространены, потому что наличие гаремов приводит к интенсивной половой жизни вплоть до самого преклонного возраста.

Иногда заболевание простаты вызвано импотенцией. При импотенции железа продолжает вырабатывать секрет, который не используется в половом акте и потому скапливается. Данный симптом связан с проблемой сексуальности и контактов с женским полом. Учебная задача связана с необходимостью повернуться лицом к своей женской стороне. Как и при любом кризисе, кроме активного нового компонента актуальными остаются не переработанные старые темы.

ВЫПАДЕНИЕ ВОЛОС

Типичным симптомом у мужчин в это время становится выпадение волос вплоть до появления лысины. Здесь речь идет о некоем подобии линьки, человек расплачивается за что-то символами свободы и власти. Если, например, человек из соображений удобства и комфорта слишком долго находился в уже изжившей себя ситуации, то за это приходится платить волосами. Одновременно с этим утрата серьезного символа собственного статуса дает понять, что человек несвободен и больше не является хозяином своей судьбы. Лысина — это напоминание о том, что в младенчестве все мы были лысыми.

Женщины, пока они находятся под защитой гормона эстрогена, гарантированы от того, что их символы власти, свободы и красоты вдруг исчезнут. Пока они сохраняют способность рожать детей, судьба оставляет им шанс остаться привлекательной для партнера на физическом уровне. Когда наступает менопауза, и наблюдается отток эстрогена, то над ними нависает та же самая угроза, что и над мужчинами.

МИОМА

В данном случае можно говорить о том, что рост перепутал время и пространство. В матке должен расти ребенок, но только не в постклимактический период. Миома, которая может вырасти до размеров детской головки, прозрачно символизирует неосознанное, непережитое и недостаточно выношенное желание иметь ребенка. Если женщина цепляется за свою биологическую женственность, не думая о том, что детей иметь уже поздно, то симптоматичность налицо. Даже если женщина родила несколько детей, может быть, что она, осознанно или нет, мечтает еще об одном. Возможно, это будет такой ребенок, которому она сможет посвятить всю себя (не об этом ли она мечтала всю свою жизнь). Миома, как и другие симптомы, в форме болезни демонстрирует наполненную глубоким смыслом тенденцию. На самом деле, речь идет о том, чтобы производить детей, но не в конкретном, а в переносном смысле. Достижения гинекологии позволяют женщине вынашивать после 50 и даже 60 лет «собственных детей», зачатых с помощью молодых женщин, но это насилие над природой. На самом деле, часы жизни показывают уже гораздо больше времени, чем думает женщина.

Собственные проекты, картины, скульптуры, книги, любую работу можно, как детей, вынашивать под сердцем. То, что происходит «для души», например, религия, тоже может помочь разобраться с этой темой, потому что приводит к душевно-духовному росту. В любом случае, необходимо перевести рост на другой уровень — от нижней части тела к голове и сердцу. Желание иметь детей может трансформироваться в любовь к внукам, детям следующего поколения, и превратит вас в бабушку. Бабушкой можно стать и в переносном смысле, превратив всех живущих на земле детей в своих внуков. Материнская любовь существует за счет лунного начала, а любовь бабушки обязана

своим существованием архетипу солнца, который меньше погружен в проблемы семьи, но зато мудрее и щедрее.

УДАЛЕНИЕ МАТКИ

Нельзя с уверенностью сказать, что число пациенток с миомой растет, но зато точно известно, что оперативное ее удаление происходит все чаще и чаще. Еще 20 лет назад это была достаточно редкая операция, а сейчас удаление матки для многих гинекологов стало каждодневной работой. От выдвигаемых при этом причин дыбом встают волосы, потому что назвать предлагаемое обоснование корректным с точки зрения врача нельзя. Один из излюбленных аргументов касается женщин в возрасте около 40 лет: «Лучше удалить матку, конечно, миома не очень большая, но лучше перестраховаться, чтобы опухоль не превратилась в злокачественную». С той же степенью обоснованности можно советовать всем подряд удалять мочку уха во избежание возможной меланомы.

Лучшее средство от операции в наше время — отсутствие личного интереса в проведении операции у вашего лечащего врача. Аргумент специалистов, что матка в определенном возрасте действительно оказывается ненужной, хромает на обе ноги. Дело в том, что эти операции не настолько безобидны, как иногда кажется. После операции кровоснабжение яичников снижается на 50%, у женщин возникает недомогание, падает жизненный тонус. Если бы на этой фазе матка была не нужна, организм уже давно бы избавился от нее.

НЕДОМОГАНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С КЛИМАКСОМ

Жар и пот. Женщину время от времени бросает в жар, внезапно у нее начинается сильное потоотделение. Этому есть медицинское объяснение: в гипоталамусе — важном координационном центре мозга — происходит резкое снижение заданной температуры. Изнутри организм начинает мерзнуть, то есть по сравнению с внутренним состоянием внешне телу становится очень жарко. Из-за повышенной теплоотдачи сосуды кожи расширяются, что приводит к покраснению и образованию пота. Это помогает обеспечить охлаждение за счет конденсации. Некоторых женщин при этом начинает знобить, появляется гусиная кожа. Ошибки лежат не на этом уровне, а гораздо глубже: нужные реакции осуществляются при неправильно выбранном времени. И снова организм на различных уровнях дает понять, о чем, собственно, шла речь: необходимо охладиться, то есть стать спокойнее и сохранить трезвую голову. На внешнем уровне было бы неплохо проявлять чуть больше теплоты: теплых чувств, самоотдачи и т. д. Для этого необходимо сознание, что горячие чувства в подходящее время были довольно короткими, поэтому и проявились, когда не надо. Хотя время для них и не совсем то, лучше разобраться с этой темой сейчас, чем когда-нибудь позже при еще более неблагоприятных обстоятельствах.

Сухая, обжигающе-горячая слизистая. Это неприятно, но зато дает понять, насколько горячей, просто кипящей чувствует себя женщина. Если эту тему вывести в сознание и переработать на нужном уровне, то организм избавится от проблем. Телесный уровень используется только в случае крайней необходимости, когда пьесы на других сценах больше не исполняются. Высыхание (дегидратация) всего организма связано и с другой информацией. Женщина теряет не только в весе, происходит и снижение объема крови, которая становится более концентрированной.

Находящаяся в крови жизненная сила должна, таким образом, снизиться в количестве, но не в качестве. Более интенсивную роль начинают играть очень важные вещи (гемоглобин, кровяные тельца). Зафиксировано и снижение внутриклеточного давления, что приводит в старению кожи, потере блеска. Если в каждой клетке снижается давление, то можно сделать вывод, что женщина снизила давление буквально по всем фронтам.

Недержание мочи и слабость сфинктера. Самопроизвольные акты мочеиспускания и дефекации приводят к напоминанию о пеленках, с которых все начиналось. Они связаны с тематикой удержания и выпускания. Кал символизирует богатство и собственность. Стать, как дети, но не на физическом уровне, а в переносном смысле — такова выходящая на первый план задача. Научиться отпускать следует на душевном уровне, а не на телесном.

В аналогичном по содержанию направлении следует рассматривать *уменьшение гормона роста* в крови. При менопаузе становится меньше этого гормона и эстрогена. Связанное с этим сообщение звучит так: на физическом уровне роста больше нет. Гормон роста у женщин — это вещество, которое играет большую роль для накопления мышечной массы, следовательно, в этот период развития речь о мышечной массе уже просто не должна идти. Кроме того, этот гормон форсирует синтез белка, который тоже постепенно пропадает. Организм получает меньше строительного материала, зато актуализируется липолиз, сжигание жиров. И здесь снова проявляется общая тенденция сосредоточенности на самом главном. На эти процессы влияют эстрогены, потому что они затрудняют любой обмен и способны обмануть организм относительно реальной ситуации.

В период половой зрелости эстрогены организма снижают уровень вредных форм холестерина и, соответственно, предотвращают инфаркт. Так природа старается защитить женский организм. При менопаузе это свойство исчезает, поэтому количество инфарктов у женщин постепенно приближается к количеству инфарктов у мужчин. Лучшим профилактическим средством против стенокардии и сердечного инфаркта является своевременное обращение к своему сердцу (в переносном смысле). Причем не тогда, когда оно уже болит, показывая, что проблема спустилась на физический уровень.

Сексуальность. В любой фазе развития сексуальность — это идеальная возможность ритуально разобраться с самыми актуальными

проблемами жизненного этапа. Если слизистая начинает производить меньше слизи, то сразу становится понятно, что это означает: следует ориентироваться не на количество, а на качество под девизом «Меньше — значит больше», то есть эротику следует перенести на более высокий уровень. Аккумуляция симптомов дает понять, что человек застрял на изжившей себя фазе. Хотя уже в течение нескольких десятилетий советуют этого не делать, но при тяжелых формах можно обратиться к фармакологии. Лекарства не дадут возможности жить, как раньше, но зато помогут воспользоваться некоторыми возможностями, например, еще какое-то время побыть горячей женщиной. Небольшая отсрочка иногда действительно целесообразна, но только если она не превращается в отказ от обращения. Здесь мы приближаемся к приятной и такой «естественной» гормональной терапии. Приятной, потому что она снимает все: от симптомов до необходимости немедленного обращения к врачу (конечно, только в том случае, если организм в течение многих лет сам производил такие гормоны). Дело в том, что гормональная терапия впервые хоть чуть-чуть приблизила нас к реализации мечты человечества — к источнику вечной молодости. Как много сознательности и мужества требуется человеку, чтобы добровольно отказаться от возможности попробовать его воду и наиболее полно выполнить свое предназначение.

В целом же гормональная терапия вредна не только для тех, кто ее проходит, но и для *окружающей среды*. Эстрогенное безумие, охватившее медицину, напрямую влияет на окружающую среду, а в конечном итоге снова на человека, причем это воздействие приобретает все более угрожающие размеры. К гормонам, принимаемым для профилактики остеопороза, добавляются поглощенные из соображений контрацепции. А так как гормоны в женском организме нейтрализуются не полностью, то через мочу и сточные воды в окружающую среду попадает огромное количество эффективных женских гормонов. Без последствий это явление оставаться не может, о чем уже давно догадывались те, кто небезоговорочно верит в прогресс. Защитников природы очень волнует то, что морской орел (именно он изображен на гербе США) больше не в состоянии иметь потомство, точно так же, как и аллигаторы во Флориде. Мужские особи страдают от изменений вплоть до новообразований на половых органах. Биологи объясняют подобные изменения вредным влиянием женских гормонов, находящихся в воде. В один прекрасный день жертвой окажется и человек!

На самом деле, есть основания предполагать, что это уже давно произошло, хотя главная тяжесть легла на животных, которые питаются тем, что находится в зараженной воде. Как бы там ни было, но с 1940 года среднее содержание мужского семени в эякуляте сократилось на 30% (со 113 миллионов до 66 миллионов на миллилитр). В настоящий момент в развитых промышленных странах количество мужчин-импотентов составляет примерно 20%. В одной только ФРГ 3 миллиона семейных пар неспособно иметь детей, при этом виновны чаще всего мужчины.

Если мы, наконец, не одумаемся и не прекратим нарушать равновесие в природе, то проблема перенаселения может сойти на нет

очень быстро. Мы уже приближаемся к решению проблемы контрацепции во всемирном масштабе, о чем не могли даже мечтать те, кто жил до нас.

АНИМУС И АНИМА

Обращение в жизненном образце относится не только к смене направления, но и к собственной половой роли. Юнг исходил из того, что женщина должна заботиться и о мужской части своей души, которая называется анимус. А мужчина должен принять свои женские качества, получившие название анима. Интеграция противоположного полюса в первой половине жизни, пока еще обе стороны имеют сложности с осознанием основной половой роли, не может явиться серьезной темой. Но во второй половине жизни, когда речь идет об обращении и половая роль должна быть уже осознана, противоположный пол превращается в задачу. Только тот, кто уверенно чувствует себя в своей основной роли и выполняет ее, способен принять и противоположный полюс.

Обращение к противоположному полюсу, происходящее слишком рано, пока еще недостаточно «обжит» основной полюс, порождает множество проблем. Мужчины становятся аморфно-мягкотелыми, женщины же становятся мужеподобными. И те, и другие не нравятся представителям противоположного пола.

Идеально было бы дождаться подходящего времени и, не колеблясь, последовать за самыми глубокими своими импульсами. Задача направлена в сторону души, гармонично соединяющей оба полюса. С физической точки зрения такое создание — гермафродит — вызывало бы жалость («ни рыба ни мясо»), но на духовно-душевном уровне оно является андрогинном — вершиной развития.

Теоретически проблему разрешить гораздо легче, чем практически. Достаточно только впустить в себя противоположный полюс на духовном уровне. В отношениях с партнером речь идет о смене ролей, хотя и в определенных рамках. Если он до сих пор упрямо настаивает, что он — самый главный, «потому что мужчина и в штанах», то развитие женщины в сторону анимуса может привести к краху отношений. Если он и она не ищут противоположный полюс одновременно, то появляется враждебность и ожесточенность.

Если муж является противником развития, то он входит в группу тех, кто получает особенно большую выгоду от эстрогенной терапии своих жен. Можно сказать, что эстроген является женской частью женского гормона. Оба пола включают в себя оба полюса и на гормональном уровне. С эстрогеном женщина получает подчеркнута женский гормон, а с гестагеном — скорее, мужской. Но и тот, и другой являются женскими гормонами. От пубертатного периода до климакса преобладает эстроген, позже на передний план выдвигается гестаген, что ведет к душевным изменениям и облегчает процесс приращения анимуса. Женщина бросает вызов своему партнеру, который не хочет освободить поле деятельности и продвигаться вперед своим путем. А эстрогены заставляют женщину оставаться нежной и мирной, поэтому ослабление их воздействия мужчина может воспринять как угрозу.

Если же, наоборот, мужчина начинает посвящать себя женскому полюсу своей души — аниме, могут возникнуть неприятности из-за непривычной для женщины необходимости принимать решения и совершать какие-то самостоятельные поступки. Если он демонстрирует свои мягкие стороны, то снижаются его инстинктивные борцовские качества, пропадает импозантность и вид настоящего кавалера.

На самом деле на этом участке развития человек получает огромные возможности для развития. Но для этого необходимо, чтобы и мужчина, и женщина были готовы **идти рука об руку**. Тогда они смогут помочь друг другу добраться до новой земли. В лучшем случае, мужчина и женщина становятся похожи друг на друга на внутреннем уровне. Они интуитивно понимают друг друга и, следовательно, слепо доверяют. Каждый нашел все необходимое в самом себе, поэтому дальнейшие отношения — это уже роскошь. Они больше не нужны друг другу, но все равно остаются вместе.

ВОПРОСЫ

1. Как я воспринимаю середину дня?
 - Позволяю ли себе поспать?
 - Устраиваю ли длительный перерыв?
 - Выделяю ли время для восстановления?
 - Достаточен ли для меня совсем короткий перерыв (например, чтобы проглотить бутерброд)?
2. Как во время отпуска я реагирую на мысль о том, что половина отдыха уже позади?
3. Что такое для меня половинное время в занятиях спортом?
4. Есть ли у меня привычка доводить до конца начатое дело?
5. Хорошо ли я чувствую, когда приходит время развернуться и идти назад (например, в походе, поездке на велосипеде или на экскурсии в горы)?

УПРАЖНЕНИЯ

1. По случаю достижения середины жизни устроить праздник.
2. Осознанно подвести баланс: порадоваться достигнутому, ввести в сознание нерешенные проблемы.
3. Уяснить для себя дальнейшие цели.
4. Изучить карту жизненного пути и, прежде всего, пути назад: нанести на нее важнейшие эпизоды движения в мандалу (пустой круг).
5. Тренировочная мандала:
 - нарисовать мандалу снаружи внутрь, вслепую выбрать краски.
 - снаружи внутрь нарисовать мандалу с партнером, каждый наносит слой. Рисовать одновременно, обращая внимание на нарушения границ.
6. Сформулировать и запланировать обратный путь, стремясь к упорядоченному отходу.
7. Провести тренировочные упражнения для ощущения середины и поддержания баланса: медитация, тай-чи, гончарные работы на движущемся круге.

8. Медитация по поводу слишком коротких явлений и процессов, особенно полярности противоположного пола.

9. Снять или вернуть рабочую одежду, отдать или передать инструменты и символы работы.

10. Ритуально переложить ответственность на следующее поколение: дирижерской палочкой, скипетром, грамотой на владение, факелом.

11. Подарить спортивный инвентарь кому-нибудь более молодому.

12. Осознанно удалить или перевесить старые таблички с именами или названиями рабочих кабинетов.

13. Осознанно принести в жертву символы первой половины жизни, найти такие же для второй половины.

14. Ритуалы баланса: осознать точки приложения еще не обработанного честолюбия и закрыть их.

15. Несложные горные походы как ритуал обращения по достижении вершины, отнестись в середине как к апогею.

16. Ввести в распорядок дня послеобеденный перерыв и сон, научиться получать от этого удовольствие.

17. Пережить в одиночестве фазу путешествия по стране Утопии, которая ни в каком другом кризисе не бывает столь драматичной. Медитировать и размышлять о дальнейшем, дать себе для этого достаточно времени.

18. Превратить символ инь-ян в центр ежедневной медитации. Найти помещение в квартире, которое можно посвятить теме возвращения и восстановления.

19. Провести ночь без сна и понаблюдать за переходными процессами в природе: угасание света вечером и его возвращение утром. Поразмышлять ночью, становящейся все более темной, о том, что стоит оставить после себя, утром представить себе то, чем можно наполнить будущее.

20. Освободиться от балласта: поститься для того, чтобы сбросить лишний вес и сохранить здоровье, необходимое на обратном пути.

21. Перестроить питание. Пища должна стать более легкой, соответствующей более легкому, спокойному течению событий.

22. Упражнения середины жизни для владельца сада:

- Обработать кусочек земли и посмотреть, что вырастет следующей весной самостоятельно.

- Вырыть пруд и оставить его в покое, предоставив жизни развиваться своим чередом. Использовать возникший биофрагмент для созерцания.

- Полностью или частично превратить огород в цветочный сад, в котором есть места, не требующие никакого ухода, дать шанс и сорнякам.

- Прекратить подрезать деревья и позволить им развиваться как угодно, пусть даже это окажется непродуктивным. Прекратить подстригать газоны, превратив их в цветочный луг.

11. СТАРОСТЬ

Человек ни за что не дожил бы до 70–80 лет, если бы у заката жизни не было своего смысла и своей цели. Смысл утра, без сомнения, заключается в развитии индивидуума, его закреплении во внешнем мире...

Тот, кто тащит с собой в закат без всякой на то необходимости законы утра, вынужден расплачиваться душевным раскаянием... Деньги, социальная значимость, семья, потомство — это все природа, но никак не культура. Культура лежит за чертой природной целесообразности. Может ли культура стать смыслом и целью второй половины жизни? У примитивных племен, например, почти всегда хранителями мистических символов и законов являются старики. Именно в стариках, в первую очередь, находит выражение культура племени. А как обстоят дела у нас? Где мудрость наших стариков? Где их тайны и видения?

К. Г. Юнг. Поворот жизни

За кризисом середины жизни и периодом сбора урожая следует осознанное или не осознанное прощание, которое мы называем старостью или преклонным возрастом. Чаще всего это происходит относительно осознанно именно потому, что мы пытаемся этого избежать. Практически все люди в нашем обществе хотят дожить до глубокой старости, но... никто не хочет становиться старым.

Не будучи в состоянии предотвратить старение, человек старается скрыть хотя бы его признаки. Самое отвратительное, что может произойти — окружающие начнут думать, что ему пора на свалку. Как только появляются видимые признаки старости, он старается их заретушировать. Декоративная косметика, под которой дряблая кожа терпит страшные мучения, — это еще не самый худший вариант. Косметическая промышленность ловко использует в собственных целях страх перед старостью. Например, на рынке уже давно появился предназначенный для наивных старушек крем под названием «age control». Представление о том, что с помощью крема можно остановить время, подобен в своей нелогичности мысли о том, что с помощью страховки на случай смерти можно увеличить продолжительность жизни. Мир воюет с морщинами. Их разглаживают, пропитывают специальными жидкостями, расправляют самыми разнообразными масками. Но они все равно возвращаются и властвуют. Затем человек обращается к хирургу, который возвращает гладкость и ровность коже. Это происходит раз, другой, третий... пока от постоянного напряжения не перестают закрываться веки. Все, что провисло в течение жизни, оперативно поднимается вверх, не только на лице, но и на теле тоже. Лоб становится абсолютно гладким, а ведь вполне возможно, что пара полученных в результате размышлений морщин смотрелась бы совсем неплохо. Под нож идут и морщины от смеха — действительно, время беззаботного смеха прошло. Мы стремимся устранить все следы эмоций, ампутуем невыплаканные и скопившиеся в мешочках под глазами слезы, отрезаем неизжитую печаль.

Из нас выкачивают жировые складки — следы душевно трудной, но материально роскошной жизни — под подбородком, с живота, ягодиц и верхней части бедра. Годы, отложившиеся в горбе, вычеркиваются из жизни с помощью тренировок, в случае необходимости ненадежный скелет поддерживается корсетом. Если возникает угроза исчезновения признаков вечной молодости — волос, можно заняться их пересадкой.

Знаток определяет возраст лошади по зубам. Чтобы со стареющим молодым человеком такого не произошло, он проводит огромную работу над своей челюстью. Юная сияющая улыбка, демонстрирующая безукоризненные белые зубы, странно смотрится на старом лице, создавая впечатление гротеска. «Ржавые» суставы мы заменяем, не даем им возможности донести нас до вечного покоя. Если катаракта мешает видеть, забирая у жизни краски, то ее можно прооперировать, заменив при этом и мутную роговицу. Печень, почки, сердце в случае необходимости можно заменить. То, что запасные части — это ни что иное, как части трупа, мы стараемся не принимать во внимание, а ведь это могло бы помочь нам стать честными. Мы мешаем умереть тому, что уже мертво, и заставляем его жить вместе с нами в нас. Делается это для того, чтобы скрыть унылое впечатление, которое мы уже давно производим. Если бы не протезы, какое ужасное лицо продемонстрировала бы нам старость. Нас бы окружали убогие инвалиды, и в их руках было бы зеркало, в которое может заглянуть каждый.

Разумеется, нелепо утверждать, что не нужно посещать стоматолога или ортопеда. Безусловно, вылеченные зубы не препятствуют решению основных задач старости. Но в душевной области мы далеко не так ловки, поэтому каждый из нас в одиночку встречается с проблемой старения. Чем тщательнее мы скрываем внешние признаки старости, тем тяжелее переносим ситуацию внутри себя. Старый индеец, который с достоинством демонстрирует свои морщины и складки, может в душе снова стать молодым. Мы же, отнимая у старости все ее внешние признаки, принимаем ее, беззвучно скрежеща зубами.

Заповедь о том, что следует почитать старость, соответствует давно канувшим в Лету временам, когда преклонный возраст и старые люди представляли собой что-то особенное. Сегодня, если уж мы и «почитаем» старость, то очень прозрачным способом, ограничиваясь фальшивыми уверениями, что все не так плохо, что времена, **когда вы будете выглядеть старо**, еще не наступили. При этом главную роль играет коротенькое слово «еще»: «Вы **еще** совсем не выглядите старым», или «У него **еще** очень подвижный ум», «Ему **еще** совсем не дашь его лет». Ну и, пожалуй, самый суровый приговор: «В душе он совсем мальчишка». Эти слова ставят глуповатого подростка выше старика и — как бы мы не противились — звучат достаточно смешно. Мы уважаем не старость, а ту ловкость, с которой человек прячет ее признаки.

Становясь бабушками и дедушками, многие из нас впадают в депрессию, вместо того чтобы радоваться новым задачам. Не удивительно, что на отношение к внукам сильный отпечаток накладывает страх перед старостью. А ведь естественная близость

бабушек (дедушек) и внуков помогает пожилым «стать как дети». Два поколения имеют возможность встретиться в мандале жизни на более глубоком уровне, потому что, хотя они и движутся в разные стороны, но зато в одной и той же сфере. Именно поэтому старшее и младшее поколения зачастую понимают друг друга лучше и глубже, чем родители и дети, которые движутся в одном и том же направлении, но на разных позициях.

Аналогии между началом и концом жизни достаточно глубоки. В мандале оба эти участка жизни соприкасаются, исходя или впадая в середину в одной точке. В спиральной мандале они входят друг в друга. Если бы не стоматологи, то беззубое детство и беззубая старость были бы похожи. Следовательно, агрессия развивается постепенно, но в старости сходит на нет. Агрессия — это сила нового начинания, которая сначала должна расти, а потом сходить на нет. Гомеопаты зачастую используют одни и те же средства для раннего детства и поздней старости. Действительно, человек проходит фазы развития еще раз, но в обратном направлении. Физически неуверенные шаги только что вставшего на ноги малыша похожи на шаркающую походку старика, который еще не слег окончательно. Нечеткая речь характерна для начала и для конца пути. Необходимые в детстве пеленки снова могут понадобиться в старости. Слабая поначалу иммунная система постепенно развивается, но к старости снова слабеет. И даже в области души тоже можно найти совпадения. Лепечущий малыш не может молчать, но ведь то же самое происходит и со стариками, которые постоянно бормочут что-то себе под нос. И те, и другие во время еды пускают слюни. То, что мы прощаем в начале жизни (хотя нам это и не очень нравится), становится ужасно неприятным в конце. А вот о разрешенной душевной аналогии можно только мечтать, ведь к ней-то и следует стремиться.

Серьезной связью между началом и концом, например, становится отсутствие необходимости иметь успехи. Близость к центру мандалы дает возможность жить расслабленно даже в нашем обществе, где царит высокое напряжение. У стариков **уже** есть время рассказывать разные истории, а у детей **еще** есть время их слушать. Это тот отрезок жизни, когда у одних **еще**, а у других **уже** нет ничего серьезного, поэтому можно радоваться жизни. У них **еще/ уже** нет расписания уроков и ежедневника, нет обязанностей, можно поспать после обеда или в любое другое время (окружающие относятся к этому очень хорошо), потому что те, кто ведет серьезную жизнь, любят, чтобы их оставили в покое и малые, и старые.

Мы ставим архаичные народы гораздо ниже себя, потому что они, дескать, оставляют стариков умирать в одиночестве. А разве мы не делаем того же самого? Ведь мы помещаем стариков в дома престарелых. И речь, чаще всего, идет не о тех домах, где старики могут чувствовать себя как дома. Нет, как правило, это подобия камеры хранения, в которых пожилые люди получают необходимые предметы материального мира, но лишены всего остального. Основная задача таких домов — изъять стариков из жизни, развязав руки младшему поколению. Если человек боится старости, то ему не хочется постоянно иметь перед глазами напоминание о том, что все мы смертны.

«Хранение» малышей в яслях, детских садах и группах продленного дня, в принципе, то же самое. В доме престарелых речь навряд ли идет о подведении итогов жизни, да и в детском саду мало что напоминает о подготовке к ней. Самое главное — что родители получают возможность освободиться от детей легальным, одобренным в обществе способом, просто-напросто убрать их с дороги, потому что они часто стоят у них на пути. А то, что в «камере хранения» их чад чему-то учат, позволяет им не испытывать мук совести.

Гораздо более явственно и жестоко проявляется данная тематика, если мы обратимся к еще более ранней и еще более поздней фазам. Вначале, когда новая жизнь создает массу неудобств, в течение нескольких месяцев мы можем принять решение, оставить ее или устранить. В конце у нас, конечно, больше колебаний, но все-таки мы размышляем о том, как бы поскорее покончить с мучениями. Аборт и эвтаназия затрагивают одну и ту же область мандалы жизни.

Картины старческих болезней

Типичные для нас старческие явления необязательны, мы можем увидеть это на примере подавляющего большинства старых индейцев и чернокожих. Такие явления типичны для *нашего* времени и для *нашего* общества. Можно назвать, например, старческую **дальнозоркость**, которая в юности проявляет свой противоположный полюс, близорукость. Поскольку из-за близорукости молодой человек вынужден пристально рассматривать свое жизненное поле, кругозор сужается, будущее же оказывается не в фокусе. Даль, которая его так интересует, расплывается и теряет резкость очертаний. Заболевание дает ему понять, что он как на даль, так и на будущее накладывает пелену, чтобы иметь возможность жить своими иллюзиями, не замечая острых и жестких углов реалий жизни.

Дальнозоркость в буквальном смысле слова вырывает из рук старика ежедневную газету. Скоро его руки оказываются недостаточно длинными, чтобы увидеть что-то во всей резкости очертаний. Ему приходится держать любые предметы как можно дальше от глаз, чтобы иметь возможность их разглядеть. Его задача — научиться видеть дальние горизонты. Его тема — развитие перспективы жизни. Ближайшее размыто, нечетко. Идея — освободиться от ежедневных проблем и переложить их на плечи младшего поколения. Старый крестьянин, переселившийся на свой надел, больше не должен заботиться о хлебе насущном. Это мечта любого пенсионера. Он (в идеальном случае) имеет все необходимое, а государство или фирма — бывший работодатель берет на себя все заботы, чтобы старый человек имел возможность подумать о душе. Дальнозоркость — это попытка разглядеть даль. Но, как правило, старые люди не отдают себе в этом отчета, они не посвящают себя этой тематике, чтобы не признаваться в старости.

При ближайшем рассмотрении можно обнаружить аналогию дальнозоркости с усиливающейся **забывчивостью**. Старики забывают то, что произошло только что. Давнее прошлое они помнят довольно

хорошо. Характерный пример: пожилой человек приходит в магазин и не может вспомнить, что ему надо купить, при этом он долго рассказывает продавцу истории из своей военной юности. Действительно, ему необходимо как можно скорее освободиться от настоящего, от мелочей, чтобы обратиться к решающим событиям. Это звучит грустно, но у многих пожилых людей воспоминания о войне — самое лучшее, что было в жизни. Там, далеко от дома, под постоянной угрозой смерти, они сильнее, чем когда-либо, ощущали, что живут. Даже если забывчивость связана с церебральным склерозом или болезнью Альцгеймера, процесс развивается по тому же самому образцу: сначала из памяти выпадают повседневные мелочи.

При **болезни Альцгеймера** это видно особенно четко. Эта болезнь устраивает своеобразную очную ставку с интенсивностью процессов старения, события происходят как при замедленной киносъемке и часто задолго до отведенного для них времени. Быстрое распространение этого заболевания дает понять, что проблема старения превратилась в коллективную.

Все эти и описанные ниже заболевания означают потерю способностей нашего Эго. Слабеющий мозг все больше и больше толкает человека в настоящее. Духовные кризисы показывали, какие проблемы могут возникнуть на духовном пути, болезни же, связанные со слабоумием, наглядно демонстрируют, что задача Эго устарела, а тело приносит в жертву материальную основу Эго — мозг. Здесь, безусловно, было бы более полезнее пройти духовно-душевный путь, вместо того, чтобы решать проблемы на уровне тела.

Атеросклероз мозга наряду с забывчивостью характеризуется и пошаговой утратой многих способностей большого мозга. История развития поворачивается вспять, стареющий человек оказывается выброшенным в изолированный мир эмоций и чувств, где ему предстоит наверстать упущенное. Для пациента и его близких в их холодном интеллектуальном мире такая эмоциональная учебная задача оказывается зачастую непосильна. Дом престарелых является тогда единственным выходом, но и он не в состоянии спасти старую жизнь. В символике склероза на первый план выходят твердость и структура известняка. Его задача — ясность и структура. Сатурн — принцип времени и старения — обязательно получает свое, но только в разных формах.

Образовавшийся в старости **горб** дает понять, что под тяжестью, назначенной судьбой или взваленной на плечи самостоятельно, человек осел и, собственно говоря, сломался. Горб указывает на отсутствие подвижности, на жесткость по отношению к самому себе и к требованиям жизни. Склонись человек добровольно, и судьбе не пришлось бы заставлять его это сделать. В любом случае, горб воплощает победу над человеческой гордостью. Насколько выставленное напоказ унижение соответствует внутренней позиции, тело не говорит. Оно лишь неподкупно честно определяет тему.

Перелом шейки бедра возникает только в результате падения. Палитра символики падений очень широка: от грехопадения до непроработанной травмы падения с карьерной лестницы. Несчастный

случай дает время поразмышлять об этом. Являясь переломом усталости, он затрагивает только старые кости, которые должны отдохнуть, которые следует поберечь для предстоящей внутренней работы, направленной на дальнейшее развитие.

Более четко, чем любые другие переломы, этот, свойственный только старости, указывает на разрушение старых форм и позиций. Жизненная концепция, предполагающая движение по накатанным рельсам, разваливается, и хорошо знакомый жизненный образец сходит на нет. Задача предельно ясна: отойти от старых структур, уйти на покой, чтобы привести в действие внутренние процессы.

Речь здесь идет и о теме ходьбы, то есть пути. Перелом шейки бедра блокирует не только бедренный сустав, но и возможность нарушения охраняемых Сатурном определенных границ. Если больше нельзя сделать ни шага, то внешний прогресс оказывается заблокированным, а путь внутрь — свободным.

Ослабление органов чувств (вплоть до полного отмирания) связано с необходимостью освободиться от внешнего мира и повернуться к миру внутреннему.

Если человек **ослеп**, то на первый план должно выйти внутреннее зрение. И с точки зрения мандалы, и по христианскому учению смысл жизни лежит внутри человека: «Ибо истинно говорю я вам, Царство Божье в вас самих». Исчезновение внешних красок указывает на «внутренние цвета» — изначально живое, невидимое начало внутри человека. В мифологии великие провидцы были, как правило, слепы. Их внимание было приковано не к внешнему миру, они были способны за предметами видеть другой мир. В старости самое главное — научиться не смотреть, а видеть, развить свое внутреннее зрение, которое не нуждается в органах чувств, потому что не зависит от мира внешнего.

Глухота указывает на внутренний голос, который гораздо важнее для дальнейшего развития, чем все внешние голоса вместе взятые. То, что может привести к депрессии, если воспринимается с недовольством, неосознанно и без понимания, будучи принятым добровольно и осознанно, дает возможность глубокого контакта с внутренней сущностью. Слепота может стать идеальной подготовкой к последнему в жизни кризису, потому что самые существенные указания приходят изнутри. Если человек научился видеть и слышать внутри себя, значит, он хорошо экипирован для последнего кризиса.

Часто в старости слабеют и **вкусовые ощущения**. В переносном смысле это иногда проявляется в отсутствии вкуса, например, в обстановке квартиры, которая гораздо больше напоминает детскую. Особенно ярким признаком является стремление копить абсолютно ненужные вещи и загромождать еще остающееся пространство, что свидетельствует о необходимости сконцентрироваться на самом существенном — на возрасте и принципах Сатурна. Следовательно, речь идет не о вкусе, а об упрощении и стремлении к простоте. Воспоминания должны быть в самом человеке, их не следует выставлять напоказ. Это не сувениры. Если что-то больше не

удерживается в памяти, значит, оно хочет оказаться отпущенным на свободу, а еще лучше — подаренным внукам. То, что внутри живо, во внешнем мире тоже следует отпустить. Царство стариков находится не в этом мире, оно — в мире внутреннем.

Вместе с внешними чувствами уходит и мир иллюзий с его великими обманщиками, Временем и Пространством. Когда эти фокусники лишаются силы, внутреннее развитие идет проще и легче. Если с вещей спадет покров Изиды, то перед внутренним взором они предстают в своем истинном виде. Задача старости формулируется следующим образом: от чувственных впечатлений и мечтаний перейти к смыслу. Такое развитие возможно при постепенном отключении внешних чувств, поэтому их отмирание следует принимать добровольно и без сожаления.

Заболевания, которые связаны преимущественно со старостью, — **болезнь Паркинсона, пляска святого Витта, рак** — наряду со специфическим значением симптомов имеют отношение и к подведению итогов, и к возвращению домой — к жизненному образцу мандалы. При раке, который возможен и в молодом возрасте, но все-таки больше связан со старостью, важнейшую роль играет тема жизненного пути и специфической, изначально присущей задачи. Речь идет о том, чтобы идти своим путем, не страшась ошибок. Стремление прожить идеальную жизнь без ошибок может заставить пройти мимо задач и завести в тупик, в конце которого — рак.

Наряду со старческими заболеваниями, угрожающими смертью, существует целый ряд «обычных» признаков старения, о символике которых также стоит задуматься.

Безобидным свидетельством старости являются **старческие пятна на коже**, которые можно побороть энергичностью и стремительностью, но полностью уничтожить нельзя.

Так же безобидны кожные изменения, начиная от **старческих бородавок** и заканчивая небольшими вздутиями и неровностями. Всю жизнь человек получал от кожи защиту, поэтому на ней остались следы. Подростки и юноши, которым хочется казаться взрослыми, бывалыми людьми, с гордостью демонстрируют свои шрамы, старики же зачастую стыдливо их прикрывают.

Бородавки — неперемнная деталь в портрете бабы-яги — напоминают о нашем восприятии магии, которое в детстве переживает апогей. вспомните Тома Сойера и известные ему «верные» способы сведения бородавок. Все они связаны с колдовством.

Волосы тоже играют в уникальную старческую игру. Исчезая с головы, на которой они являются тщательно оберегаемым признаком статуса, они внезапно выскакивают из ушей и ноздрей, полностью закрывают веки, заставляют срастаться брови, нарушая всяческий порядок. Им будто доставляет удовольствие потешаться над стариком.

Задача прозрачна: забрать все эти игры у тела и дать себе право на «сумасшедшие поступки».

АРХЕТИПЫ СТАРОСТИ

Швейцарский писатель Макс Фриш в своих дневниках иронично описал психологию старения как трехступенчатую систему, в которой каждый легко может определить «свою» ступень. Фриш различает «тех, кто еще не отмечен», «тех, кто уже отмечен» и стариков.

По поводу первой категории он пишет:

«„Тот, кто еще не отмечен“, получает удовольствие, если кто-то говорит ему, что он выглядит моложе, чем на самом деле. Пусть это будет всего один год. Но в то же время, он не получает удовольствия. Ему ведь все еще 40... Занимаясь спортом (например, лыжным), он ловит себя на том, что, оказавшись в поле зрения молодых людей, едет гораздо быстрее, чем собирался.

Он выдает себя отсутствием тактичности: в отношении с людьми, которым на добрый десяток лет больше, подчеркивает, что уже не слишком молод — а в разговоре с более молодыми дает понять, что уже успел достичь многого. В разговоре такой человек постоянно упоминает возраст.

Он ни в коем случае не позволяет помочь себе надеть пальто. Если во время вечеринки не хватает кресел, он первый присаживается на корточки на полу. Он ни за что не воспользуется лестницей, чтобы спуститься в бассейн, а обязательно совершит ловкий прыжок. Надев по необходимости смокинг, он постарается принять как можно более независимую позу и обязательно сунет руки в карманы. Идя в поход с теми, кто младше, он несет самый тяжелый рюкзак и т. д. При появлении первых седых волос, он сразу начинает обращать на них внимание окружающих, как будто это, в общем-то естественное, явление в его случае является курьезом... Он терпеть не может анекдотов про „стареющего господина“: они не новы, он и сам при случае может вспомнить пару подобных.

Если он попал в тяжелую аварию... то он снова и снова рассказывает во всех подробностях, как был на волосок от смерти. Тот, кто еще не отмечен, знает: через несколько лет все будет совсем по-другому — наш шанс на трагическую смерть ограничен во времени.

Признать заслуги молодых или даже очень молодых своих современников, если они занимаются тем же, что и он, ему гораздо тяжелее, чем тому, „кто уже отмечен“. Он ловит себя на мысли, что все, что бы ни исходило от молодых, называет модой, хотя это понятие начинается для него там, где он, несмотря на усилия, не способен угнаться за другими.

P. S: „Тот, кто уже отмечен“, склонен к противоположному: он хватается за что-то, что является модным, и в роли застрельщика сам себе очень нравится».

«„Того, кто уже отмечен“, можно узнать по тому, что ему никто не завидует — даже если он очень авторитетен или богат. Несмотря ни на что, никто не хотел бы оказаться на его месте... Он начинает завидовать не успехам молодых, а тому, что у них впереди гораздо больше времени.

Он замечает или не замечает, что его присутствие смущает других; если он приходит, ему тут же подают руку, вечер не будет потерянным, но это будет уже другой вечер; присутствие такого

человека оказывает воздействие буквально на все. Появляется некоторое напряжение. Он не хочет снисхождения, но все время на него натывается... Видимое изменение, которое вводит в заблуждение: везде, куда бы он ни пришел, большинство присутствующих моложе его.

„Того, кто уже отмечен“, можно узнать по новой манере скучать. Если раньше иногда ему и бывало скучно, то исключительно из-за обстоятельств: в школе, на работе, в армии и т. д. Но теперь все по-другому: ему скучно, когда исполняются его желания...

Он все чаще просыпается до рассвета — „час казни“, он просыпается оттого, что абсолютно не чувствует усталости. Он становится ранней пташкой — для чего?

Он начинает капризничать, чтобы доказать хотя бы самому себе, что он личность. То, что не сможет убедить окружающих, он делает все равно — из вредности.

И как вы только можете, — думает он с укором, — целыми днями шататься без дела?! „Тот, кто уже отмечен“ сам на это уже не способен: он не может себе позволить делать что-либо из одного удовольствия — на это его способности радоваться уже не хватает».

О третьей, последней ступени развития старости Фриш пишет следующее:

«Всем известны внешние признаки старика: он шаркает ногами, потому что пятки уже не отрываются от земли, он делает крошечные шаги, как будто идет по льду. Садясь в кресло, он широко расставляет ноги, что выглядит несколько неприлично. Все его движения, случайные и намеренные, совершаются в одинаковом темпе. Выпив пиво, он сразу же идет в туалет. Если он не слышит, о чем говорят за обедом, то его это не волнует. Окружающим приходится не только говорить громко, чтобы он услышал, но и предельно упрощать свою речь, чтобы сделать ее доступной, поэтому то, что он, наконец, услышит, только укрепит его во мнении, что ничего интересного он не пропустил. Если он начинает жевать, то у нас сразу же пропадает аппетит...

Если вместе собирается несколько таких стариков, то поневоле приходят на ум земноводные: у них нет с нами ничего общего. Если мы помогаем старику на улице или на лестнице, то поневоле смущаемся: нам неприятно прикасаться к его телу. Во сне он похож на покойника, но нам его не жалко. На скамеечке в парке он никому не мешает. Если вы знали его раньше, то на разговоре вам никак не сосредоточиться: вы видите только вены на его руках, водянистые глаза, губы...»

Из этих колких зарисовок Фриша становится понятно: половина нашей жизни крутится вокруг старости. Причем (и это самое неприятное) страдания начинаются задолго до прихода настоящей старости.

А теперь поговорим о классических архетипах старости в их проработанном и не проработанном виде.

Самые известные и популярные архетипы — **старик-мудрец** и **старая мудрая женщина**. В мандале жизненный путь сводится к мудрой старости. Речь при этом идет о таком человеке, который выполнил стоящие перед ним задачи, осознанно вышел из полярности и сконцентрировал свои силы для обратного пути к центру. Он внутренне

освободился от материальных благ и всего суетного, его волнует сущность бытия. Вслед за Сократом он понимает, что, несмотря на все свои знания, не знает ничего, а мудрость его — в простоте. Его мышление покидает поверхностный уровень и устремляется к тем глубинам, где ткуются из самых древних принципов образцы мира, где из-за полярных структур проглядывает единство. О сути вещей он знает главным образом благодаря опыту, который пребывает по ту сторону полярности и познается как ясность и чистота. Он живет в той духовной позиции, которую буддист назовет Упекха (невозмутимость, хладнокровие). Старый мудрец созерцает мир, ничему не давая оценок. Ощущая внутренний покой, он смотрит на него благосклонно.

Восток, разработав многочисленные практики медитации, ушел в этом смысле далеко вперед по отношению к узколобо-прагматичному Западу. Поэтому многие европейцы в поисках мудрости обращаются к Востоку. Старый мудрец — это человек, снова ставший ребенком, но уже на новом уровне. Ему очевидна иллюзорность мира, поэтому сам он живет в единстве. Он достиг середины мандалы и покинул полярность, хотя физически еще и пребывает в ней.

Если попытка стать старым и мудрым удастся лишь частично, если цель утрачена преждевременно, возникает карикатура — **придурковатый старик**, «рассеянный профессор», который, накопив массу знаний, не стал от этого мудрым, а, напротив, потерял способность адекватного восприятия мира. Другой вариант — **вечно недовольный старик**, застрявший в собственных проекциях. Он не замечает собственных ухищрений и цепляется за все материальное, не отдавая себе в этом отчета.

В распространенных и типичных симптомах «рассеянного профессора» ясно просматривается основная задача. Когда-то давно он был близорук, но вот уже добрый десяток лет страдает дальнозоркостью. Поэтому он должен научиться видеть все и вблизи, и вдали, найти цельность и в себе, и во внешнем мире.

Еще один аспект проработанного архетипа — это **старый дурак**, который нашел свободу в самом себе и не должен больше ничего доказывать. В историях дзен много раз описан момент просветления, когда человек, выполняющий упражнения, получает освобождение от полярности мира и становится Мастером. Нередко в такие моменты он содрогается от хохота, глядя назад и понимая, как все на самом деле просто и каким смешным он выставил сам себя.

В средние века существовали придворные шуты, которым, как дуракам, позволялось говорить все, что придет в голову. Выбрав забавную форму, шут мог сказать правду прямо в лицо господину. У индейцев существовали хейоки — что-то вроде юродивых — которым был открыт доступ на совет старейшин. Как правило, они занимали самые невообразимые и дерзкие позиции. Их правом (и обязанностью!) было говорить наперекор всем, отстаивая свое мнение самыми «сумасшедшими» аргументами. Шуты и хейоки в каждой ситуации видели глубокие истины и постоянно игнорировали бытовые позиции и преимущества.

Безусловно, только умные и бодрые пожилые люди умеют отстаивать свои позиции с достаточной глубиной, облекая их в форму шутки. И в наше время такая фигура дороже золота. Такого человека можно представить политиком, независимым от интриг и денежных склок. Он мог бы иметь возможность облекать в шутку самые неприятные для собеседника мысли, нарушать все табу и смеяться над собой и над миром. Тогда и политика могла бы стать интересной и доставлять удовольствие. Свежую струю такой человек мог бы внести и в экономику: в то время как все остальные подсчитывали бы дивиденды, он мог бы размышлять о перспективах развития на следующее тысячелетие, расшатывая своими шутками существовавшие десятилетиями устои. Может быть, это помогло бы снова привести в порядок дела какого-нибудь крупного концерна. В то время как **старые властолюбцы**, представляющие собой в нашем обществе достаточно распространенный архетип, борются за место под солнцем, он, попивая какао, составил бы годовой отчет и заставил привлечь на ответственные посты молодежь. И все это с юмором и шутками.

Если развитие останавливается и из человека не получается полноценный шут, он может превратиться в **чудаковатого старика**, который живет в своем собственном маленьком мирке, не понимаемый никем, запутавшийся и потерявший дорогу. Таковы, например, чудаки-филателисты, полностью погружившиеся в свою коллекцию и забывшие, что на свете существует настоящая жизнь.

Также мало симпатична и другая карикатура: **старый склочник**, который знает все лучше других, но ничего не умеет. Если бы он хоть раз в жизни сделал что-то лучше других, ему бы не пришлось ощущать хроническое неудовлетворение. Он постоянно всех раздражает и «мотает нервы». Он пилит всех и вся, по любому поводу у него «есть что сказать». Самого себя этот человек воспринимает крайне серьезно, в этом ему просто нет равных. Такая фигура могла бы вызывать смех, если бы не была такой жалкой. В отличие от придворного шута или юродивого, изображающих дурачков, склочник превращает себя в шута в самом что ни на есть горьком и серьезном смысле.

Хладнокровный старик, который во всем, что происходит, видит закономерность, и принимает вещи такими, какими они доходят до него, нашел золотую середину, но только своим собственным способом. Хороший пример такого человека — в предании о мастере дзен, которого девушка из соседней деревни, боясь родительского гнева, обвинила в том, что он — отец ее будущего ребенка. Когда ребенок родился, вся деревня с угрозами и ругательствами потребовала, чтобы тот забрал малыша себе. Мастер сказал: «Так, так», — и принял ребенка. Прошло три года, и девушка призналась, что она обманула всех. Деревенские жители опять пришли к мастеру, теперь с многочисленными извинениями, и потребовали ребенка обратно. Он сказал: «Так, так», — и передал им здорового и веселого малыша.

Добрая бабушка, которую ее внутренний ребенок снова пробудил к жизни и которая поэтому воспринимает любые формы жизни с неиссякаемой добротой, тоже по-своему вернулась в центр мандалы. Она — самое лучшее, что жизнь может подарить ребенку.

А ее темная сестра, **старая дева**, все еще ждет своего принца, этакая постаревшая Спящая красавица, которая проспала всю жизнь.

Добрый пастух и учитель мудрости, который передает другим полученные и переработанные знания, встречается гораздо реже, чем, скажем, религиозный фанатик, от горячего дыхания которого не застрахован никто. В нашей культуре самыми распространенными решенными архетипами в мужском образе являются мастер, старый мудрец, умный шут и добрый пастух. Безусловно, их можно нарядить и в женские одежды: женщина-мастер, мудрая женщина, чудесная старуха и Великая бабушка.

Разумеется, добрый пастух может нести в себе ясность мудреца и сердечность Великой бабушки, которая, в свою очередь, может иметь свободу шута и чистоту мудреца.

Существует и огромное количество недоработанных образцов, которые представляют собой более или менее четкие ответвления описанных выше вариантов.

Мрачный старик, который тащится по жизни как **одинокий волк** и питается собственной горечью и озлобленностью, является, в известном смысле, противоположным полюсом старого шута. Последний не может воспринимать серьезно ни себя, ни окружающий мир, а волк с болезненной серьезностью относится к своим стремлениям. Он гордо считает себя старым воякой, которого глупая молодежь никак не хочет услышать. Это усиливает его горечь и разочарование. Вместо того чтобы защититься от банальности юмором, он оказывается ее пленником и уже не понимает, является ли одиноким борцом за правое дело или старым разбойником. Но в его одиночестве на самом деле скрыта возможность найти все в чем-нибудь одном.

Остроумно-увлекательный вариант — **старый лис**, архетип которого в телевизионных детективах заставляет преступников дрожать от страха. Классический пример — Эркюль Пуаро.

Старый холостяк, который шагает по жизни непокорно и с кажущимся достоинством, непримирим и жесток к себе и ко всему миру, и всегда во всем прав. Его целью могло бы быть преобразование присущей ему прямоты в абсолютную искренность с самим собой.

Старая ведьма или язвительная старая дева, которая рассматривает себя как жертву злого мира, попадает в проекцию, и в ее случае это видно особенно отчетливо. Когда-то инквизиция все зло в мире проецировала на «ведьм», современная ведьма во всем, что бы ни произошло, обвиняет мир. Отравленная собственной горечью, она брызжет ядом, будучи абсолютно уверена, что окружающие собираются ее извести, если еще этого не сделали. Ее зависть и стремления связаны с полной жизни и энергии молодежью, потому что она, как в сказке, пытается вернуть собственную молодость. Ее цель — вернуться в детство, поглощая окружающих. Вместо этого следовало бы попытаться совершить внутренние преобразования.

Старый скупец в некотором смысле подобен властолюбцу, но скупец привязывает собственную душу к власти материальной. Он панически боится смерти, которая означает и конец его иллюзий. Об этом он догадывается всю жизнь, а жизнь его действительно ужасна. Он

заранее создает себе образ Ада и боится его, потому что перепутал внутреннее золото с внешним.

Старый брюзга, лозунгом которого является утверждение «раньше все было лучше», вечно сожалеет о прошедших временах и упущенных шансах. Таким людям надо понять: поиск Золотого века — занятие столь же бессмысленное, сколь бессмыслен поиск Золотой страны Эльдорадо. Эта прекрасная страна находится в нас самих.

Старая прачка любит рыться в грязном белье других людей. Ее еще называют **старой болтуньей**. Она постоянно поджидает кого-нибудь с ненужными советами. Чтобы не смотреть на себя, она смотрит на других и видит только их отрицательные стороны. Ей следовало бы использовать внешний мир, который ее так интересуется, в качестве зеркала.

Старик «перекати-поле» знает мир лучше, чем самого себя. Жизнь его — вечный круиз. Он мотается по свету вместе с молодежью, ездит, как припозднившийся хиппи, с места на место в попытках убежать от самого себя. Он гордится тем, что удержать его на одном месте не может ни женщина, ни страна. Единственная вещь, которой он боится — это зеркало. Колеся по городам и весям, он не замечает, что жизнь кончается. Гордясь своей независимостью, не видит, что в постоянном бегстве нет свободы. Следующая ступень развития этого образца — **старый клошар**, который, превратившись в пляжную принадлежность, бежит от понимания этого в призрачный мир алкоголика. Его постоянное бегство превращается в манию. Ему необходимо осознать, что для возвращения в собственную середину необходим поиск.

Старый похотливый козел — жалкая копия вечного мальчика, который не нашел элегантного выхода из прежней жизни, но при этом еще и не хочет отходить от привычного образа. Он до сих пор пытается доказать свою мужскую состоятельность с помощью бесконечных побед на любовном фронте, но с возрастом делать это становится все труднее и труднее. Его потуги находят все меньше ответной реакции у окружающих. Сначала он красит волосы, потом начинает принимать таблетки, повышающие потенцию.

Наштукатуренная дама — женский вариант того же типа. Свое тело она использует в качестве полигона для медико-косметических экспериментов. Но в один прекрасный момент выясняется, что никто больше не хочет играть в ее игры и, тем более, позволять играть собой. Ее учебной задачей должно быть объединение с другим полюсом. Здесь проблема также в односторонности физической направленности. Выход из ситуации — все тот же, он связан с движением внутрь, к собственной середине. Внешняя форма — только вспомогательное средство на этом пути, она не может быть самоцелью. Собственное «нутро» соответствует середине мандалы, к которой стремится на этом жизненном этапе любое развитие, как успешное, так и нет.

ВОПРОСЫ

1. Что я чувствую, глядя на закат?
2. Как я отношусь к мысли, что отпуск заканчивается? Как я провожу последние дни отпуска?

3. Как я отношусь к окончанию игры? Как мне даются последние очки, легче или тяжелее?

4. Съедаю ли я обычно до конца все, что лежит в тарелке, или предпочитаю часть еды оставить?

5. Как я отношусь к прощаниям? Люблю ли я уезжать? Не страдаю ли я, расставаясь с кем-то или чем-то? Пытаюсь ли я оттянуть неизбежное прощание?

6. Ощущаю ли я, когда приходит время прощаться?

7. Охотно ли я прощаюсь с другими людьми? Провожая ли я их на поезд (самолет)? 8. С каким чувством я машу рукой им вслед?

9. Сколько времени должно длиться прощание?

10. Насколько охотно и часто я переезжаю с места на место и с чем это связано?

МЕДИТАЦИЯ КАК ПОДГОТОВКА К БОЛЬШОМУ ОСВОБОЖДЕНИЮ

1. Представьте, что вы раскачиваетесь на волнах в открытом море: что для вас при этом главное — удовольствие или страх?

2. Представьте, что вы в одиночестве парите в космосе: сможете ли вы наслаждаться свободой или же она вас пугает?

3. Горное путешествие как иллюстрация жизненного образца: какие представления и чувства вы связываете с горным путешествием, в которое отправляетесь перед самым рассветом?

- Представьте себе эту поездку, начиная с той минуты, когда непривычно рано прозвонил будильник, давая понять, что приключения начинаются.

- Представьте себе ваши чувства в тот момент, когда над горизонтом поднимается солнце, а вы поднимаетесь на гору, которая символизирует и сегодняшний день, и вашу жизнь.

- Как вы относитесь к вершине горы? Получаете ли вы наслаждение от пребывания на вершине и открывающейся перед вами панорамы? Устраиваете ли вы здесь небольшой отдых?

- С каким чувством вы начинаете путь домой? Как вы относитесь к спуску? Доставляет ли он вам такую же радость, как и подъем?

- Как вы чувствуете себя, дойдя до подножия? Что вы почувствуете сегодня, ложась спать?

- Могли бы вы представить себе в форме такого приключения реальную жизнь?

УПРАЖНЕНИЯ

1. «Вычистить хлев». Провести ритуалы прощания с ненужными вещами, а потом их действительно выбросить или кому-нибудь отдать.

2. Сознательно расстаться с тем, что уже не соответствует времени. Например, подарить детям свою спортивную машину.

3. Составить завещание:

- по поводу конкретной собственности;

- в духовно-душевно-аспекте: что останется после меня?

4. Для вещей, которые еще нужны (дом, квартира), провести предварительные ритуалы и представить себе, что смерть отберет и их.

5. Осознанно в последний раз посетить те места, которые имеют для вас особенное значение.

6. Медитация по поводу того, что можно взять с собой в самом конце.

7. Подружиться с архетипом Сатурна:

- познакомиться с ним теоретически;
- пережить его на практике, упражняясь в простоте и строгости, держа пост, посетив монастырь с особенно строгим уставом и т. д.

8. Облегчить себе жизнь, относиться к ней легко: тросточка или палочка как символ помощи.

9. Прояснить для себя основные темы старости:

- Научиться терять: осознанно посещать похороны, отнестись к тому, что сил и здоровья все меньше, как к символу, запланировать неизбежную потерю внешних чинов и регалий. Из осознанного отношения к утратам чаще вырастает мудрость.

- Познать великую цельность и подчинить себя ей, осознать себя как часть Творения и признать, что существуют стоящие гораздо выше вас ценности.

- Стать снова как дети, отстраниться от повседневности, признать главенство сердца над головой. Вернуться в страну мифов и мистерий и перекинуть мостик к мечтам и идеалам молодости.

12. СМЕРТЬ

Вы хотите знать тайну смерти.

Но как вы можете ее обнаружить, если не изучите ее в сердце жизни?

Сова, ограниченные ночной тьмой глаза которой

Днем слепнут, не может

Проникнуть в святую тайну света.

Если вы хотите увидеть духа смерти,

Откройте пошире свои сердца для тела жизни.

Потому что жизнь и смерть едины, как едины река и море.

В самых глубинах ваших надежд и желаний лежит

Ваше молчаливое знание о Той Стороне.

Подобно семени, которое мечтает под снегом, мечтает ваше сердце о Весне.

Доверьтесь своим мечтам, потому что в них находятся Врата Вечности.

Ваш страх перед смертью — это всего лишь дрожание пастуха, Который стоит перед царем и чувствует, как его рука опускается ему на плечо

Как знак благосклонности.

Разве дрожащий пастух не полон радости от того,

Что на нем знак царя?

И все же, разве он сознает, что дрожит?

Ведь что такое смерть как не стояние голым на ветру, как не растворение в лучах солнца?

И что такое остановка дыхания, как

Не освобождение от безостановочного прилива, в волнах которого

Вы поднимаетесь и раскрываетесь, и ищете Бога?

Лишь испив из реки молчания,

Вы научитесь петь.

И только добравшись до вершины горы,

Вы начнете подъем.

И только тогда, когда земля предъявит претензии на вашу плоть,

Вы научитесь танцевать.

Халил Джебран. О смерти

УМИРАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Не многие темы вызывают в современном мире такой ужас, как тема смерти. Но время и смерть — проявления одного и того же принципа. Время движется в направлении смерти, или, как сказал Мейстер Экхарт, «все, что соприкасается со временем, преходяще и смертно». В мифологии эта тема представлена Сатурном-Кроносом с серпом и косой, символами урожая и смерти. Взаимосвязь проста: мы пожинаем то, что посеяли, а умираем так же, как жили. От нас остается только самое существенное. В мифе Сатурн пожирает своих детей, так же, как это делает время. Оно пожирает все, что родилось и тем самым обречено на смерть.

Это, большей частью неосознанное, знание присутствует в нас в качестве предчувствия. Оно заставляет нас пускаться на всякие ухищрения. Судорожно пытаемся мы сэкономить время, наивно полагая, что в конце его останется больше. Но если у нас на самом деле остается лишнее время, мы пытаемся его убить, придумывая себе занятия. Подойди мы сознательно к проблеме времени, многие болезни (остеохондроз, депрессия и др.) не являлись бы к нам с такой неизбежностью.

Старость превратилась у нас в период болезни. Это принципиально возможный уровень для разработки данной фазы жизни, но он отнюдь не единственный и не самый удачный. Принцип Сатурна хочет только получить свой оброк в виде внимания. В какой валюте мы платим, решать нам самим. Типичные ограничивающие заболевания нужно принимать точно так же, как осознанное ограничение и скромность, самостоятельно выбранное одиночество, воспоминания о самом существенном в жизни и самоанализ. Но вместо того, чтобы следовать принципу, мы пытаемся его обмануть.

Эти попытки представлены достаточно широким спектром — от претенциозных литературных произведений до гротескового подавления. В США уже дошли до того, что гримируют покойников под молодых людей, чтобы не сталкиваться со знаками смерти. Единственная причина, по которой человек прибегает к услугам медицины и косметики, — страх перед смертью. Он настолько силен, что заставляет нас забывать, что мы люди.

Так, большинство людей нашего гуманного и высокоразвитого общества умирают без внимания в полном одиночестве. В Германии 90% горожан и 60% сельских жителей умирает в больнице или доме престарелых. И лишь одному из пятерых удастся умереть в своей постели. Умиравшего под любым предлогом отправляют в больницу. Большинство пациентов размещаются в палатах на несколько человек. Как только кто-нибудь собирается покинуть этот мир, соседи зовут медсестру, которая вывозит кровать из палаты. Но в больницах нет помещений для умирающих. Поэтому он оказывается в ванной комнате или коридоре. У медсестры нет ни времени, ни желания посидеть у его постели. Она, разумеется, ставит в известность близких, которые — по разным причинам, но почему-то почти всегда — приезжают слишком поздно. Врачи, воспитанные в мысли, что смерть нужно побеждать, не хотят присутствовать при собственном поражении. И если в больнице нет священника, который считает своим долгом смотреть в лицо смерти, то никто не провожает умирающего в последнюю дорогу. Обычаи, касающиеся смерти, становятся все более дикими. Остановимся на трех пунктах.

1. Смерть у нас происходит тайно и изолированно. Умиравшего прячут подальше от людей. Можно возразить, что фильмы и телевизионные новости каждый вечер впускают в наши дома смерть. Но на самом деле смерть здесь ненормальная, далекая от естественной. Зритель думает (и, чаще всего, совершенно справедливо), что с ним ничего подобного случиться не может. При этом в подсознание закрадывается мысль, что он вообще может избежать смерти.

2. Умиравшему врут, тем самым лишая его мужества. Возникает нелепая ситуация. Смертельно больные люди видят, что происходит, но их опасения «не принимаются всерьез». Близкие делают вид, что все в порядке, потому что они, по совету врачей, стараются «беречь» больного. Пациенты ощущают этот барьер и замыкаются, как маленькие дети, которым еще нельзя знать все, но которые все слишком хорошо замечают. Аргументы врачей о том, что больные якобы не хотят знать о своем состоянии и что от понимания истинного положения вещей их состояние может ухудшиться, — скорее всего, вид самообороны. Исследования психологов говорят о том, что врачи и медперсонал гораздо больше боятся смерти, чем среднестатистический человек, а страх приводит к вытеснению и агрессивности. Практика показывает, что медицинские работники, имеющие дело со смертельно больными людьми, сами гораздо чаще имеют тяжелейшие нарушения здоровья.

3. Траурные ритуалы и обычаи играют все меньшую роль. Классический год траура, который, например, в традиционном иудаизме состоит из трех дней боли, семи дней печали, тридцати дней постепенного оживания и одиннадцати месяцев воспоминаний и отдыха, практически вышел из моды. На печаль у нас с самого начала нет времени, потому что необходимо сделать приготовления к похоронам. Таким образом, стрессовая ситуация, в которой оказываются близкие люди, не отрабатывается. Люди вытесняют из сознания боль утраты, почти не плачут. После такой неотработанной утраты в результате срыва защитной системы нередко развивается рак. Общая смертность после

потери очень близкого человека повышается, по результатам исследований, на 40%, уровень самоубийств в 5 раз выше среднего. У людей благодаря врачам, постоянно рекомендуя успокоительные средства, развивается привыкание к седативным препаратам. Большинство психологов утешает тех, кто никак не может избавиться от тоски и печали, советами типа: «Приберите прямо сейчас в комнате покойника, выбросьте все, что может напомнить о нем, тогда вам станет легче». Хуже этого может быть только совет: «Пусть он останется в вашей памяти таким, каким вы его знали. Теперь, после несчастного случая, вы его вида не выдержите». Не говоря уже об упущенном шансе прощания, нередко к подобным ситуациям примыкает иррациональное сомнение в смерти близкого человека.

Слезы печали — это самое лучшее для тех, кто перенес тяжелую утрату. Но если мы отказываемся от траура, потому что нужно как можно быстрее вернуться в круг нормальных забот, слезы зачастую остаются не пролитыми. На самом деле, траур — это процесс длиною в жизнь, который становится частью нас самих и постепенно переходит в разряд воспоминаний. Подавленный траур ведет не только к физическим заболеваниям, но и к душевному нездоровью.

Врачи же вообще настроены против смерти, они думают, что научились побеждать ее. В этом смысле им еще не удастся полюбить своего врага. Но самое плохое то, что врачи не знают самой смерти, потому что убегают, как только она начинает приближаться. И даже в раковых клиниках просветительной работе с пациентами часто не придается никакого значения, хотя каждый прекрасно знает, куда он попал. Якобы именно эти пациенты не выдерживают правды. Как не начать подозревать, что правды не выдерживают сами врачи, которые не способны достойно воспринять свое поражение?

Молодая пациентка, страдающая лейкемией, которая, выражаясь медицинским жаргоном, уже «получила все причитающееся», спросила меня, правда ли, что она скоро умрет. На встречный вопрос, почему она так думает, девушка ответила, что теперь врачи заходят к ней очень ненадолго. К сожалению, ее наблюдения и сделанные из них выводы были верны. Медицина была уже бессильна, поэтому врачи пытались максимально быстро и незаметно проскользнуть мимо ее кровати, отделяваясь вежливыми словами. Так они защищали сами себя. Попытка врачей защититься от проблемы смерти видна и в том, насколько старательно они пытаются исключить из своей речи само это слово. «Летальный исход», «кончина», все, что угодно — только не «смерть».

Так называемая интенсивная терапия создает иллюзию, что смерть можно победить. В движение приводятся все возможные рычаги и механизмы, чтобы только навязать свои правила игры. Но это всегда только отсрочка: с помощью аппаратов человека заставляют мучиться несколько лишних недель вместо того, чтобы позволить ему умереть спокойно. Многие громко протестуют против такой медицины. Но, думается, оказавшись в такой ситуации, любой был бы рад уцепиться за соломинку интенсивной терапии. У этой области медицины есть своя теневая сторона и наверняка — как и многие другие области медицины

— она приводится в движение страхом смерти. Она не в состоянии вылечить, но может продлить жизнь, что представляется нам самым важным.

Врачам теперь очень трудно. Если раньше остановка сердца считалась однозначным признаком смерти, то сегодня, в век операций на открытом сердце, намного более важной является смерть мозга. И тем не менее, существуют сомнительные случаи, когда пациенты месяцами лежат в коме и удерживаются в этом мире только с помощью различной аппаратуры. Еще более щекотливой является проблема трансплантации органов умерших людей живым. Ведь эти органы изымаются у мертвых! Занимающихся этим патологоанатомов громко называют мародерами. Можете не сомневаться: подавляющее большинство «обвинителей» столь же громко требовало бы трансплантации, коснись беда их самих или их близких.

Пациенты сегодня считают, что медицинская страховка гарантирует им защиту от смерти. Они настаивают на продолжении жизни, как будто это их неотъемлемое гражданское право. Столь дерзко и воинственно заявлять о своих правах смерти — это тоже свидетельство страха, то есть тесноты. Нам всем не хватает готовности воспринять необходимость смерти как цель жизни. К. Г. Юнг сказал по этому поводу: «Как врач я убежден, что намного, так сказать, гигиеничнее воспринимать смерть как цель, к которой следует стремиться. Неприятие смерти — это нечто нездоровое и ненормальное, потому что лишает всяческой цели вторую половину человеческой жизни. (...) С точки зрения гигиены души было бы хорошо, чтобы мы научились думать, что смерть это только переход, только часть жизненного процесса неизвестного размера». Проблема настолько велика, что даже в эзотерике есть движения, основанные на страхе смерти. Они ищут выхода в надежде на физическое бессмертие и исходят из того, что человек умирает на основе своих убеждений и программ. То, что теоретически еще хоть как-то достойно дискуссии, превращается в гротеск из-за безумной попытки таких союзов убедить в своей правоте максимально большое количество людей и таким образом спасти их от смерти. То ли у них создалось впечатление, что на планете слишком мало жителей, то ли их страх смерти настолько силен, что они не в состоянии выдержать даже саму мысль о ней и стремятся научиться не думать о ее неизбежности. Опасность для смерти, исходящая от подобных группировок, невысока. Характерно, что именно здесь наиболее четко прослеживаются признаки старения.

Профессии, представителям которых приходится иметь дело со смертью (например, могильщики или санитары в морге) оплачиваются очень высоко. И это тоже выражение неприятия всего, что связано с темой смерти.

Наши смешные попытки игнорировать смерть, наши усилия и опыты по ее преодолению несколько не умаляют ее достоинства. Смерть может себе позволить быть презираемой. Вопрос состоит в том, долго ли мы сможем позволить себе ее игнорировать. Как бы ни звучал конкретный ответ отдельного человека, в конце концов, она всегда остается победительницей.

Тибетская и египетская Книги Смерти, а также Пополь-Вух — священные письма майя — не оставляют открытым ни одного вопроса, касающегося смерти. Но Запад, доверяющий только собственным эмпирическим данным, вынужден «заново изобретать велосипед». Для западного уха чересчур странно звучат высказывания, которые врачи слышат от пациентов, возвращенных к жизни после клинической смерти. А те в один голос утверждают, что умирать не страшно, что это, чаще всего, удивительный процесс освобождения. Их встречали фигуры, окруженные сиянием, а потом и на них самих начинал падать неопределимо яркий свет. Эти высказывания были обобщены и положили начало обособленному направлению исследований, которое, отойдя от официальной науки, попало в область эзотерического. Научный «олимп» с его бесконечным сомнением не принял новое направление всерьез. Очень жаль, потому что оно способно открыть западному человеку простой путь для преодоления страха перед смертью.

Такие попытки существовали в нашей культуре уже давно, потому что почти все мудрецы признавали, что страх смерти является серьезным препятствием для плодотворной жизни.

Ангелиус Силезский сказал так:

Уми прежде, чем ты должен будешь умереть...
Тот, кто не умер, когда умирал, тот должен гнить вечно...

Гете выразил ту же мысль, но другими словами:

И пока не осознал
Смерть и становленье,
Ты всего лишь погостил
В царстве сотворенья.

Говорят, что Сенека высказал следующую мысль: «Чтобы не бояться смерти, я постоянно о ней думаю».

Для Востока знания о смерти естественны. Рабиндранат Тагор выразил их так: «Смерть относится к жизни так же, как рождение. Жизнь осуществляется и в поднимании, и в опускании ноги».

Несмотря на большое количество подобных высказываний со стороны мистиков и богословов, искусство умирания и смерти у нас всегда остается под запретом. И это большая ошибка. Человеку, сознающему вечный ритм жизни и смерти, гораздо легче осознанно принять смерть.

СОЗНАТЕЛЬНОЕ ОТНОШЕНИЕ К СМЕРТИ

Другие культуры могли бы дать нам указания, как свободно и раскованно существовать «на дружеской ноге» со смертью. Многие говорят о том, что Ангелиус Силезский прав: жизнь во всей ее глубине начинается только после встречи и примирения со смертью. Это часто подтверждают люди, перенесшие реанимацию. После встречи со

смертью они нередко теряют всякий страх и начинают новую и, как особо подчеркивается, настоящую жизнь.

Индейцы и эскимосы, которым мы так часто ставим в вину то, что они оставляют умирающих погибать от голода, на самом деле имеют примиренное отношение к смерти, которую нередко рассматривают в качестве сестры. Если старый сородич чувствует, что пришло его время, он без какого-либо внутреннего давления начинает подготовку к последнему большому переходу, нисколько не сомневаясь в том, что скоро встретит его Великий Дух Маниту, и что его жизнь ни в коем случае не заканчивается, потому что он отправляется в Вечные Охотничьи Угодья. В принципе, их верования похожи на христианские, но разница в том, что они *действительно верят*, и это дает им поддержку и опору.

Старый индеец обязательно сообщит своим соплеменникам о предстоящем ему переходе на другой уровень, а они окажут ему всяческую помощь, какая только предусмотрена традициями. Они помогут ему смастерить его последнее сидение или другое предусмотренное обычаем место для умирания. Потом старик спокойно соберет свои тотемы (их немного), которые, как правило, имеют не материальную, а духовную ценность, и будет готов. Он спокойно и с достоинством будет ждать, когда его призовут наверх. Никакой пищи в дорогу он не получит, но не потому, что индейцы жадные. Просто они знают, что физическая пища уже не играет для него никакой роли.

Умирающего эскимоса племя тоже оставляет в одиночестве в его последнем иглу, откуда тому предстоит отправиться в дальний путь.

Доброе начало этих ритуалов проявляется и в том, что ошибавшегося старика, который не умер, племя охотно принимает обратно. Он будет жить вместе со всеми до тех пор, пока зов не повторится и старика действительно не заберут наверх. Эти ритуалы полны достоинства и понимания.

Игнорируя телесную пищу, индейцы и эскимосы — в отличие от нас — не обделяют умирающих пищей духовной. Ни одна культура в своем отношении к умирающим не является настолько варварской, как наша.

Индусы посвящают подготовке к смерти последнюю четверть своей жизни. И как раз в этом проявляется равнодушие к ней, изумляющее нас. Представление о том, что необходимо расстаться абсолютно со всем, чтобы босиком, то есть в унижении, отправиться к Гангу и ждать смерти, помогая другим сжигать на погребальном костре трупы, кажется нам диким. Иногда любопытные западные туристы наблюдают за этой пляской смерти с ужасом и непониманием.

Удивительное отношение к смерти распространено у жителей Тибета, которые основываются на философии буддизма Вайрочаны и Книги Смерти. Половину своей жизни они проводят в подготовке к переходу на другие уровни. Само собой разумеется, лама сопровождает человека в переходе наверх через так называемые промежуточные состояния к смерти. Интенсивная проработка темы смерти и умирания приводит к «парадоксальному» результату: тибетцы — очень

жизнерадостный народ. Депрессии, являющиеся атрибутом современного западного общества, им неизвестны.

ДОБРОВОЛЬНАЯ СМЕРТЬ

При такой открытости смерти легче понять феномен осознанного стремления к ней. Сжигание вдов в Индии остается варварским ритуалом патриархального общества. Даже сегодня, когда это запрещено законом, вдовы прыгают в горящий костер на труп своего мужа. Это свидетельствует об отсутствии у них страха смерти и не имеет ничего общего с самоубийствами в Европе.

В Японии существует целое искусство ритуального самоубийства, харакири. В полном сознании по всем правилам японец втыкает особый длинный нож в конкретную область живота и из последних сил, сосредоточенно тянет его вверх, по направлению к сердцу. Это объясняет и действия летчиков-камикадзе времен Второй мировой войны. В обществе, где не боялись смерти, а относились к ней с уважением, где император и отечество были превыше всего, считалось почетным обрушиться на врагов страны, как божественный ветер (яп. камикадзе). Молодые герои праздновали предстоящую смерть в кругу семьи, надевали рубашку смерти, обвязывали специальную широкую ленту вокруг шеи, а потом отправлялись в свой последний полет. Подобные не ведающие страха смерти бойцы есть у мусульман, которым за смерть в Священной войне обещано Седьмое небо. Конечно, они ошибаются, наивно путая внутреннюю битву с войной против врагов ислама, но сути отношения к смерти это не меняет. Можно предположить, что в таких случаях порог страха смерти очень невелик, потому что религия или философия убедительно гарантируют жизнь после смерти.

Самоубийство чаще всего связано с боязнью жизни. Пока страх перед жизнью превышает страх перед смертью, человек склонен к самоубийству. Мы серьезно относимся к многочисленным попыткам самоубийства, но на самом деле они не нацелены на смерть. Доведенный до отчаяния человек пытается подать знак, обратить внимание на свое внутреннее состояние, а иногда и наказать других. Если попытка суицида удалась, значит страх человека перед жизнью был настолько велик, что перевесил страх перед смертью. К этому добавляется и недостаток знаний будущего самоубийцы, которому непонятно, что, совершив самоубийство, он только ухудшает ситуацию.

В принципе, наличие тела — это огромное преимущество, которое недооценивают, пока имеют. Те люди, которые не верят в существование жизни после смерти, бывают поражены, когда после суицида их восприятие не прерывается. Они продолжают все видеть, но только не могут стать видимыми или вступить в контакт с живыми. Это касается основной части самоубийц у нас. После «смерти» у них возникают проблемы, потому что они никак не могут выйти на правильный путь. Часто такие бедные души примыкают к тем, у кого тело есть, и судорожно пытаются вступить в контакт или влиять на них. Их предыдущие заботы продолжают играть для них большую роль и

превращают их бестелесное существование в ад. Не зная, что делать дальше, находясь под давлением безвыходной ситуации, эти заблудшие души создают целый ряд феноменов, которые мы считаем вотчиной психиатров, хотя те не знают, что с ними делать. Привидения, одержимость и тому подобное — вот феномены, корни которых следует искать именно здесь. Терапевтические потуги академической медицины, охватывающие широкий спектр от интоксикации медицинскими препаратами до электрошока, неосознанно направлены на то, чтобы сделать телесную жизнь столь невыносимой, что души без оглядки мчались бы прочь. Это даже может оказаться успешным, но только на короткое время.

КРИЗИСЫ ПОСЛЕ СМЕРТИ

Та проблема, о которой мы только что говорили, приводит к кризису по другую сторону этой жизни. О несчастьях, которые здесь возможны, нормальный смертный представления не имеет. Он старается об этом не думать, а попав в эту сферу, оказывается полностью дезориентированным. Действительность заставляет нас принимать ее во внимание, бороться с ней или игнорировать ее, но в любом случае, она существует и оказывает свое воздействие.

Общество, не оставляющее людям надежды на жизнь после смерти, само того не осознавая, заставляет смятенные души испытывать невероятные страдания. Если человек умирает неподготовленным, без всякого представления о приближении других уровней, то он попадает в Хаос. Особенно плохо приходится тем, кто умер внезапно и не имел совсем никакого времени для подготовки. Если юноша умирает в автокатастрофе, его душа может катапультироваться из мчащегося на большой скорости автомобиля и оказаться где-то очень далеко. Возможно, много времени пройдет, прежде чем она снова сумеет найти место, где произошла авария, и, увидев разбитую машину и мертвые тела, понять, наконец, что случилось. Осознав смерть, человек не понимает, что делать дальше. Работа американского врача Карла Викланда, опубликованная в книге «Тридцать лет среди мертвых», дает некоторое представление об этой области. Но пройдет еще много лет, прежде чем психиатрия осознает существование в науке подобных областей. В данный момент она сражается с феноменами, соприкасающимися с областями, в которые психиатры не верят. Так можно ли удивляться тому, что ее успехи невелики?

ВОЗМОЖНОСТИ ПРИБЛИЖЕНИЯ СМЕРТИ

Самая большая из касающихся смерти проблем — явный недостаток наших знаний о ней. Для многих западных людей кажется естественным осознание того, что время иллюзорно. Глубокая концентрация, медитация или просто увлекательные фильмы могут дать нам представление о том, насколько время субъективно. Иногда оно летит, а иногда (когда нам скучно) стоит на месте. От осознания того, что наше восприятие времени относительно, не очень далеко до его

циклической интерпретации, характерной для архаичного человека. И даже мысль о возвращении времени становится не такой абсурдной.

Мы уже говорили о том, что в последние 30–40 лет пристально изучались рассказы многих людей, перенесших клиническую смерть. Бросаются в глаза совпадения в рассказах людей из самых различных общественных слоев. Содержание Книг Смерти разных культур ведет нас еще дальше и проливает свет на миры после смерти. Здесь нам уже приходится подключать символику мифов, для которых реинкарнация абсолютно естественна.

Хорошим аргументом может оказаться исследование реинкарнации, проведенное американским исследователем Яном Стивенсоном. Собранный материал настолько объемный, что эксперты, во всем ищущие подвоха, в некоторых случаях не находят даже повода для сомнения. Конечно, на самом деле доказать возможность реинкарнации очень трудно, но доказать, что ее не существует, еще сложнее.

От Книг Смерти не так далеко до философии и религии таких культур, которые исходят из идеи телесного возрождения. Это не только все архаичные культуры, но и многие мировые религии. Христианство с этой точки зрения оказывается в изоляции. В буддизме же принят образ колеса возрождений. Речь идет об одной из версий жизненного образца мандалы.

Если в данном вопросе вам хочется опираться только на человеческий разум, то такой путь приведет к мысли, что после смерти все продолжается. Ведь материалисты и мистики едины в том, что все в этом универсуме представляет собой колебание. Все колеблется в собственном ритме. Так неужели человеческая жизнь должна оказаться единственным исключением?

НОВЫЕ СПОСОБЫ ПРИБЛИЖЕНИЯ СМЕРТИ

В странах Западной Европы, особенно в Швейцарии, намечается тенденция освобождения темы смерти от табу. Люди, чувствующие в этом свое призвание, сопровождают вплоть до последнего вздоха тех, кто не может примириться со смертью. Недооценить эту помощь так же трудно, как и тот факт, что такие люди осознали неизбежность смерти. Для общества последнее гораздо важнее, потому что растет число людей, которые не бегут в страхе от этой темы, а относятся к ней с заслуженным уважением. Вселяет надежду возникновение хосписов. Как бы там ни было, начало положено. Осложняет этот процесс принятое в западной медицине разделение тела, души и духа, хотя во всех архаичных культурах подчеркивается их единство. Пока у нас нет врачей-священников (в ламаизме, например, это обычное явление), сопровождение умирающего будет постоянно сталкиваться с проблемами.

РИТУАЛЫ СМЕРТИ У ХРИСТИАН

Насколько важен ритуал для последнего и самого важного перехода, и как глубоко его необходимость засела в душе каждого из

нас, видно на примере таинства соборования. То, что в католических странах воспринимается и используется как таинство смерти, на самом деле предназначено для другого. Это действие еще со времен апостолов церковь воспринимала как сакральное, способное помочь человеку в момент телесно-душевной слабости. Оно основано на указаниях послания Иакова (Иаков, 5,14–15): «Болен ли кто из вас? Пусть призовет пресвитеров церкви, и пусть помолятся над ним, помазавши его елеем во имя Господне, — И молитва веры исцелит болящего, и восставит его Господь; и если он соделал грехи, простятся ему».

Потребность людей и пасторская практика, особенно в западной церкви, превратила обряд исцеления в таинство смерти. Несмотря на многочисленные указания церкви (например, на Триентском соборе и в новых катехизисах) эта практика укоренилась достаточно прочно. А речь шла о том, что помазание больного не связано с приближающейся кончиной. Оно должно быть не предвестником смерти, а спасением жизни. Помазание следует проводить при любом серьезном заболевании, приводящем к потрясению общего состояния, то есть неоднократно в течение жизни, а иногда и в течение одной болезни.

Итак, у католической церкви практически не существует таинства для больных, так же как у евангелистской нет ритуала для перехода, но это не мешает людям вести себя так, как если бы они были. Помазание больного имеет в наше время характер переходного ритуала. В поле сознания католика все представляется приблизительно следующим образом: умирающий получает облегчение посредством (последней) исповеди, а через соборование получает посвящение для перехода в иной мир.

Угроза быть похороненным не по-христиански использовалось евангелистской церковью, чтобы удержать разочарованных приверженцев от выхода из церкви. Это самое настоящее злоупотребление. «Если не по-христиански, то как же еще?» — спрашивает испуганная душа и остается, но без всякой охоты.

Получается, что полностью отказаться от защиты церкви нельзя, даже если эта защита состоит только в отпевании. Даже баптисты-евангелисты, которые практически отказались от обрядов, служат панихиду по покойнику. В старых культурах этот ритуал предназначен в первую очередь для тех, кто остался, для их примирения со смертью, потому что с душами ушедших уже все в порядке. У нас даже погребение приобретает значение для душ умерших, потому что они все еще, не сумев сориентироваться, пребывают поблизости от тела и наблюдают с другого уровня за похоронами, чтобы исключить всякие сомнения в собственной смерти. Слова «Из праха ты восстал, в прах и вернешься» замыкают круг жизни на материальном уровне. Сходство обрядов крещения и смерти подчеркивает и совместная трапеза близких. Крещение — это ритуал приветствия этой земли и прощания с другим миром. Погребение — это прощание с этим миром и встреча с иным. Традиция надевать на покойника лучшие одежды или специальный саван свидетельствует о том, что в народе сохранились остатки знаний о предстоящем путешествии покойного. У нас мало причин смотреть на китайцев сверху вниз хотя бы потому, что они для своих покойников

устраивают на кладбище комфортабельные дома и предоставляют в их распоряжение пищу и амулеты для дальнего пути. Дома эти имеют то преимущество, что у близких есть конкретное помещение, где они могут регулярно встречаться с покойным в мыслях, примиряясь при этом и с предстоящей собственной смертью. Так называемые примитивные народы иногда бальзамируют своих покойников и оставляют на какое-то время мумии в своих домах. Это лишь более осознанный вариант нашего широко распространенного обычая не отпускать в душе покойника и препятствовать его длинному пути по различным сферам жизни после смерти. В эзотерических кругах стало любимым занятием не оставлять мертвецов в покое, а поддерживать с ними контакт через медиума, превратив их существование по ту сторону в настоящий ад.

Как при вступлении в этот мир, так и при прощании с ним можно использовать четыре классических элемента. Наряду с преданием праха земле, все большее распространение получает и кремация. У тех, кто живет на берегу моря, давно существует обычай опускать покойника в воду. И только воздушное погребение, как, например, у индийских парсов и жителей Гималаев, не известно в наших широтах. Но это не причина отказывать такому способу погребения в праве на существование или недооценивать его. Коршуны, растаскивающие трупы на куски на башнях смерти в Бомбее, не менее «эстетичны», чем могильные черви. Каждый из четырех элементов выдвигает на первый план свой аспект. Предание земле ставит во главу угла прощание с телом. Огненное погребение символизирует очищение души, которая, подобно фениксу, восстает из пепла. Водное погребение подчеркивает возвращение души в море, а воздушное — воскресение и вознесение птицы-души.

Панихида по покойнику — это христианский способ сопровождения души, но аналогичные обряды приняты во многих архаичных культурах. Созданная за счет обряда энергия способна догнать душу и поддержать ее в предстоящих переходах. Таким образом, панихиды представляют собой что-то вроде энергетической защиты. Буддийский лама на Тибете проводит ту же самую работу, но только более интенсивно, в то время как умерший проходит свой путь через различные, нередко опасные состояния. Западный человек часто недооценивает эту работу только потому, что у него почти нет доступа к тонким уровням энергии. Но неприятие какого-то участка действительности нисколько не умаляет его значения.

Представление о том, что на кладбище все заканчивается, касается только тела, которое находит мир и покой. Но душе предстоит напряженный переход, зависящий от предыдущей жизни. Особенно часто он становится неожиданным для тех, кто не был подготовлен к смерти, кто никогда не верил в существование более высоких инстанций.

Многие не доверяют видимому покою, царящему на кладбище. Под любым предлогом самый просвещенный человек откажется от предложения погулять ночью среди могил. Внутренне человек знает, что множество душ бродит там бесцельно около своих погребенных тел. И

даже для тела состояние покоя очень условно, потому что как только душа его покидает, начинается активный процесс распада.

СМЕРТЬ С ДУХОВНОЙ ТОЧКИ ЗРЕНИЯ

Всю жизнь можно рассматривать как подготовку к умиранию. В качестве последнего кризиса умирание действительно представляет собой вершину жизни. Это своеобразная проверка на зрелость: то, что воспринималось в течение многих лет, может получить доказательства в самый последний момент. Так, приближение последнего часа — это своего рода экзамен на страх смерти. Для тех людей, которые при жизни утверждали, что умирать не боятся, наступает настоящее испытание.

Мифы затрагивают тему великого экзамена: в античности рассказывали, что бог подземного мира Плутон, сидя в своем мрачном дворце, вершит суд над душами умерших. У древних египтян богиня Маат взвешивала сердца людей и «давала заключение» об их тяжести. Христианство говорит о Страшном суде, который ждет каждого.

В случае естественной смерти душа вытягивается из тела. При таком освобождении физическое тело еще остается в эфирном теле, соответствующем телу из электромагнитного поля. Эфирное тело быстро отрывается от всех источников энергии, текущей через тело физическое, и начинает черпать энергию отовсюду, откуда может. Именно поэтому близкие покойного, пребывающие рядом с ним в момент смерти, внезапно ощущают полное отсутствие сил. Умиравшие в этой ситуации получают энергию от живых. Вот еще одна причина, почему так тяжело умирать в одиночестве. Отданная энергия не наносит никакого вреда живому, а умершему она очень нужна. Зажженные свечи и свежие цветы вокруг постели умирающего могут снабдить эфирное тело энергией. Речь идет не о том, чтобы удержать душу в этом мире, а только о том, чтобы облегчить процесс перехода. Имеет смысл погрузить комнату с покойником в темноту или, по крайней мере, не давать проникать солнечному свету, иначе эфирное тело растворится слишком быстро и у души останется мало времени для этого самого первого перехода. После долгой болезни подобные меры предосторожности не обязательны, потому что эфирное тело уже достаточно отделилось.

Стоны, плач и причитания родных (или нанятых специально плакальщиц) направлены на изгнание злых духов. Куда разумнее было бы помочь умирающему молитвами.

Когда эфирное тело отделяется от материального, начинается распад последнего, потому что именно эфирное тело удерживает тело физическое в его стабильной форме. В момент смерти с последним дыханием обрывается энергетическое снабжение, эфирное тело, а вместе с ним и душа, начинает отделяться. В момент, когда душа отдыхает в эфирном теле, она находится в своеобразном бессознательном состоянии. Сейчас ни в коем случае нельзя пытаться вступать с ней в контакт, потому что она пребывает в эфирном сне. В идеальном случае душа, проснувшись, уже освободилась из эфирного тела, материальный мир покинут окончательно. Она просыпается в таком «настроении», какое у нее было до смерти физического тела. Но

если ее разбудить, пока она «отдыхает» в эфирном теле, душа начинает метаться.

После окончательного разрыва с материей душа «видит сны», пребывая в области астрального мира. Это то место, где может прокрутиться фильм длиной в жизнь. Для человека, связанного принципами места и времени, это трудно себе представить, но в астральном мире ни то, ни другое не имеет никакой власти.

Это состояние отчасти знакомо нам по снам, которые каждую ночь готовят нас к опыту астрального мира. В античной мифологии боги сна и смерти — братья и сыновья Ночи.

На астральном уровне не властен и рассудок, поэтому душа созерцает зеркало своих поступков, не замутненное рационализацией. Душа видит себя в отражении своих дел, измеренных только через душевные критерии самого высокого уровня колебаний. Чем дальше она находится от этого максимального уровня, тем сложнее оказывается душевная борьба.

Эта область потустороннего мира описана в религиях в виде «чистилища». Хотя в строгом смысле это не место, а состояние души, очищающий и посвящающий душевный огонь. Здесь в действие вступает закон кармы: что посеял, то и пожнешь. Это состояние похоже на сон, но «сон» этот настолько живой, что возможности абстрагироваться от него нет. Сны, которые человек видит каждую ночь, могли бы быть хорошей тренировкой для души.

Чистилище — не пространство в нашем с вами понимании, а создание соответствующих пространств сознания с помощью душевных образцов. Здесь собираются души, имеющие одинаковые «проблемы». Каждая душа должна пребывать вместе с «товарищами по несчастью» в областях, соответствующих поступкам. Размер группы значительно повышает интенсивность познания. Но каждая душа постигает свой урок отдельно. Молитвы и панихиды не могут заменять это движение в кругу собственных образов, но они облегчают процесс, посылая необходимую энергию.

Земной огонь очищает инфицированные раны на человеческом теле, астральный огонь познания очищает раны души. Боль может быть очень сильной, но зато и лечение оказывается более действенным. Огонь подразумевает не наказание, а познание и очищение. Дион Фортуне говорит про него так: «Он не наказывает, он не прощает, он лечит».

Существует и другой полюс — поле сбывшихся снов, которое мы считаем небом. Исполнение несбывшихся на земле снов может многому научить душу. Но было бы очень полезно реализовать как можно больше снов на земле, чтобы иметь возможность осознанно учиться. То, что мы познаем на земле, но никак не используем, можно изучить в промежуточных царствах. Вернувшись на землю в следующей жизни, мы принесем с собой весь накопленный опыт в виде способностей и склонностей.

Умирание — это обычно не быстрый переход, а медленный процесс. Одно тело умирает за другим: сначала материальное, потом

эфирное, астральное и, наконец, ментальное. Это похоже на медленный переход реки.

На другом берегу уже ждут те, кто готов помочь, световые фигуры или ангелы, о которых сегодня снова говорят, и притом все чаще и чаще. Они приветствуют вновь прибывшего и помогают ему сделать первые шаги в новом мире.

Оставленное бывшее тело с духовной точки зрения является самым несущественным. Его нужно как можно быстрее предать земле, чтобы вернуть в нее те элементы, из которых оно состоит. Для нас, погрязших в материальном, характерно то, что в случае смерти мы заботимся только о теле, о приглашениях родственникам, сообщении о смерти, еде, гробе, венках, могильной плите и, конечно, о надписи на ней. Обычно для близких похороны — это такой стресс, что не остается времени на главное — заботу о душе. Прах же должен превратиться в прах — и как можно быстрее. Опыт реинкарнационной терапии показывает, что похоронные церемонии абсолютно не интересны вознесшейся душе. Она заботится о покинутом теле так же мало, как о сношенном платье.

УПРАЖНЕНИЯ

1. Прогулки по кладбищу в вечернее время.
2. Соблюдение траура по тем, кто ушел раньше: невзирая на остальных, носить черное, устраивать панихиды и примириться с неизбежностью перехода.
3. Абстрагирование от быта, духовное сопровождение ушедших раньше и сознание того, что скоро придет и ваш черед.
4. Поминки в кругу близких: каждый рассказывает ту историю, связанную с умершим, которую он считает наиболее важной.
5. Рассказ о своих отношениях с умершим, сочинение посвященных ему стихов, создание рисунков, написание писем.
6. Ритуал прощания на работе, когда все думают о покойнике, и говорят ему все те добрые слова, что хотели ему когда-то высказать, но так и не смогли.
7. День памяти с любимыми музыкальными программами, стихами, фильмами. Минута памяти, время молчания.
8. Посадка деревца каждый год в тот день, когда умер ваш близкий.
9. Отмечать дни памяти умершего близкого человека так же, как раньше праздновались его дни рождения.

ЧАСТЬ 3

1. ДЕНЬ КАК ЗЕРКАЛО ЖИЗНИ

В каждой части чего бы то ни было можно найти целое, день не является исключением.

Как мы его обычно проводим?

Как правило, восход солнца мы просыпаем. Этому соответствует неосознанное отношение к зачатию и рождению в нашем обществе. На Востоке люди гораздо внимательнее к потребностям спешащей в этот мир души. На Востоке известно, что во время восхода солнца имеющиеся в нашем распоряжении виды тонкой энергии наиболее сильны, поэтому восточный человек охотнее всего встречает новый день медитацией или молитвой. Ну а мы, просыпая начало жизни, вынуждены все время мчаться вперед, чтобы наверстать упущенное. Чем позже мы включаемся в новый день или жизнь, тем светлее они проходят.

В отличие от жителей Средиземноморья, в полдень мы не можем позволить себе сиесту. Мы судорожно пытаемся компенсировать этот недостаток и пополнить запасы энергии в ресторанчиках фаст-фуд. Точно так же неосознанно и без паузы на отдых и осмысление проходит у нас кризис середины жизни. Часто предстоящая смена направления остается незамеченной вообще. Подобно тому как полуденное время, проведенное без отдыха, плохо влияет на весь остальной день, невнимательное отношение к проблемам середины жизни оказывает отрицательное действие на дальнейшую жизнь. После отдыха и размышлений переход ко второй половине жизни можно было бы осуществить постепенно, в полном спокойствии и концентрации сил. У нас же, чаще всего, жизнь резко устремляется вниз.

Возвратившись домой, мы совершенно справедливо чувствуем, что день прошел попусту и пытаемся «наполнить вечер» сидением у телевизора. Предлагаемые нам образы, не имеющие ничего общего с прошедшим днем, не могут ничего дать нашей душе. Мы погружаемся в иллюзорный мир и с увлечением следим за историей чужой жизни, которая (разумеется) оборвется гораздо раньше, чем дойдет до середины: фильм закончится поцелуем нашедших друг друга влюбленных. Назвать это хэппи-эндом значит сократить жизненный образец. В лучшем случае, это «хэппи-старт»... Такое времяпрепровождение не годится в качестве заключительного аккорда дневных событий. Куда полезней был бы вечерний внутренний просмотр событий дня. Чем сознательнее переход от бодрствования ко сну, тем легче переход от жизни к смерти.

Несколько слов о закате. Внимание, уделяемое ему, является неосознанным вниманием к центральной теме жизни. Ни одному из явлений природы не посвящено картин и фотографий больше, чем заходу солнца. Мы не можем адекватно оценить значение ночи и воспринять закат солнца как сигнал к отдыху в виде сна, как это делали архаичные люди. Разумеется, мы знаем, что самый здоровый сон бывает до полуночи, но такая роскошь не для нас: мы еще не справились с проблемами дня и жизни, у нас остались непереработанные кризисы, поэтому остановиться вовремя современный человек западной культуры просто не в состоянии.

Паника, подобная той, которую испытывает человек при виде уходящего поезда и которую мы частенько чувствуем по вечерам, противоречит ночному покою. Это знают многие, а ощущает большинство. Она отражает другую панику, которая зачастую приходит к западному человеку как итог его пустой жизни и непосильной работы.

Вывод оптимистичным назвать нельзя: начало мы просыпаем, вовсю развиваемся только после пубертатного возраста, чтобы к середине жизни снова согнуться. Если сюда же добавить инфантильный характер телевизионных передач и прочей массовой информации, то строительного материала для жизни не слишком много.

Используя вечер, чтобы отвлечься (от собственной жизни), человек увеличивает опасность того, что свой последний вечер он тоже проспит.

Многие люди мечтают умереть во сне. Многие предпочли бы внезапную смерть долгому умиранию. Это происходит потому, что мы недооцениваем значение сна и важность перехода из этой жизни в потустороннюю. Здоровый сон никогда не бывает бессознательным, он наполнен живыми снами. Йогам, например, доступно полностью активное сознание во время сна. Такому сну соответствует на более высоком уровне полная осознанность происходящего после смерти при преодолении всех испытаний вплоть до следующей осознанной инкарнации. Фильм жизни, в течение которого самые важные события отчетливо проходят перед глазами, есть ни что иное, как связанное с любым переходом подведение итогов предыдущего периода жизни. И здесь еще — как при любом кризисе — возможны учебные процессы.

Естественно, конечный итог гораздо важнее всех промежуточных. Но если все предыдущие фазы прошли в гармонии между телом, душой и духом, человек, как правило, готов спокойно преодолеть последнее препятствие. В противном случае у него возникнут большие сложности. Как правило, те вещи, которые были сделаны неправильно, являются куда меньшей проблемой, чем неиспользованные возможности или упущенные шансы. Человеку труднее простить себе недостаток смелости и отказ от попытки пройти через кризис, чем попытку, которая не удалась.

Любые события, в которых голова занимает главенствующее положение по сравнению с сердцем, могут затруднить умирание как последний переход. Человек, когда-то отказавшийся «по расчету» от большой любви, может страдать от этого на смертном одре. У сердца более здоровая связь с требованиями жизни, чем у рационального ума. Идеальным мог бы быть человек, который научился использовать интеллект, но право принимать решения оставил за сердцем.

Тесно связанный с природой человек ранних времен отождествлял пубертатный период и молодость с восходом. Середину жизни он достигал в полдень, когда солнце стоит в зените. Спать он ложился сразу с наступлением темноты. Продолжительность жизни не достигала и 40 лет. Нам требуется больше времени, но оно у нас есть. В пубертатный период мы еще не становимся взрослыми, в лучшем случае, это происходит в молодости, поэтому мы достигаем середины не в полдень, а гораздо позже. Мы не ложимся спать вместе с солнцем, у нас это вечерний отдых, а не сон. Растяжение времени дает возможность перехода от природы к культуре.

Беда состоит в том, что мы собираемся отказаться и от нее. Несмотря на увеличившееся количество времени, мы уже не в состоянии справиться с учебными задачами. Но при этом именно в нашей ситуации

возможно естественное течение дня и жизни. Мы могли бы начинать день с восходом солнца. Это время полезно для утренней медитации и молитвы, настраивающих человека на предстоящий день. Утренний туалет — это классический ритуал очищения, именно так и нужно к нему относиться. «Утренний час дарит золотом нас», говорит пословица, и поэтому до сих пор в монастырях в это время поют, празднуя приход нового дня.

Выходя из дома, переступая его порог, человек совершает ритуал, который играет важную роль в буддизме. В жизни это пубертатный или переходный возраст, требующий энергии и мужества для преодоления трудностей. Утро — это время приниматься за работу, то есть совершать определенный прорыв. Со свежими силами можно работать творчески, легко достигая цели.

В полдень нужно осознанно насладиться заслуженным отдыхом. Потом можно с большей эффективностью продолжать трудиться. Пятичасовой чай — пауза, после которой стоит подумать о дне завтрашнем, прежде чем закончить работу. «Закончить» значит закончить, а не взять с собой. Наступает отдых, и его нужно отпраздновать. Дорога домой, возвращение с работы — это радостный переход к заслуженному отдыху.

Сумерки и заход солнца дают понять, что день и жизнь стали старше. Поздний вечер — время подготовки ко сну, момент, когда следует оглянуться назад, на прошедший день. Следует подвести итоги, может быть, даже в дневнике. Вечерний туалет — это заключительный ритуал очищения. С прожитого дня смывается все поверхностное, не имеющее ценности для души. Сон до полуночи самый глубокий, он очень полезен для выведения вредных веществ и восстановления организма. После полуночи фазы глубокого сна и фазы сновидений сменяют друг друга. Это время глубоких и важных снов. Душа отправляется в путешествие по астральным уровням. В народе время после полуночи считается временем духов. Рассвет нового дня приносит с собой большое количество снов: темы становятся более поверхностными, часто они имеют сексуальный характер. Речь идет о переработке неосуществившихся днем мечтаний. Это своеобразная подготовка к новому дню, заканчивающаяся пробуждением.

Так день за днем, год за годом и жизнь за жизнью осуществляется вечный ритм живого. Или, как сказал Манфред Кубер:

Все снова и снова
Спускаешься ты
В извечное лоно
Родившей земли,
Пока не поймешь, читая по свету,
Что жизнь со смертью — это одно,
А во времени времени нету.
Пока из событий рожденная цепь
Кольцом не сомкнется
Где-то в тебе.
В воле твоей — воля мира,

Молчание в тебе — молчание —
И Вечность.

2. О ПРАВИЛЬНО ВЫБРАННОМ ВРЕМЕНИ И О ПРАВИЛЬНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

Всему свое время, и время всякой вещи под небом.
Время рождаться и время умирать;
Время насаждать и время вырывать посаженное.
Время убивать и время врачевать;
Время разрушать и время строить;
Время плакать и время смеяться;
Время сетовать и время плясать;
Время разбрасывать камни и время собирать камни;
Время обнимать и время уклоняться от объятий.
Время искать и время терять;
Время сберегать, и время бросать;
Время раздирать и время сшивать;
Время молчать и время говорить;
Время любить и время ненавидеть;
Время войне и время миру.
Екклесиаст 3, 1–8

У каждого переходного кризиса свое время. При зачатии момент нашей личной ответственности отсутствует, поэтому проблем значительно меньше. Однако уже при рождении могут начаться трудности. Существует положенный срок, когда оно проходит не просто легко, а *очень* легко. Но врачи, стимулируя родовую деятельность раньше времени, сами создают и матери, и ребенку серьезные испытания. Так называемое пережахивание вызывает не меньше проблем. Проблемы переходного возраста наиболее просто решаются от 12 до 14 лет. Нерешенные вовремя вопросы пубертата сложно преодолеть даже с помощью опытного психолога. Кризис середины жизни нельзя ограничить определенными рамками, для каждого из нас они свои, особенные. Как только проявляются известные симптомы, кризис оказывается преодоленным. Но торопиться здесь не следует, это принесет ощутимый вред. У смерти, естественно, тоже есть свое время. Побег от смерти с помощью оттягивающей ее медицины может привести к ужасным страданиям. Ускорение прихода смерти с помощью эвтаназии, которая сама по себе имеет благие цели, также порождает множество проблем.

В любой архаичной культуре люди рождались в поле сознания всего племени. Связанные коллективным образом жизни, они вступали в кризис одновременно. Кроме того, у них существовали знахари и знахарки, способные ощущать *качество времени*.

Попытки связать кризисы с физическим возрастом, то есть с *количеством времени*, обречены на неудачу, ибо каждый человек индивидуален. Особенно проблематичной ситуация становится тогда,

когда не преодолевшие тот или иной кризис люди пытаются компенсировать это разного рода эзотерическими посвящениями.

Даже правильно выбранные ритуалы оказываются малоэффективными, если они совершаются в неверной последовательности. Всеу свое время и свое место. Сегодняшний человек лишен поддержки коллективных полей, поэтому ему не остается ничего, кроме поиска своего индивидуального пути.

3. ПЕРСПЕКТИВЫ

Познай Бога в самом себе. Он превыше всего, Он и до, и после. Он движение и колебание Бытия. Так что мгновение покажется тебе Вечностью — тем Невременем, которое и есть Бог.

Илларион

КРИТЕРИИ ОПРЕДЕЛЕНИЯ ВРЕМЕНИ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПЕРЕХОДОВ

Время перехода можно определить по следующим критериям:

- внезапное и неожиданное возникновение напряжения;
- внутреннее беспокойство, которое невозможно погасить привычными, ранее эффективными способами;
- чувство, что ты сидишь на пороховой бочке, что тебе предстоит испытание на прочность;
- возникновение непредвиденных обстоятельств;
- чувство, что ты все время куда-то бежишь, не видя перед собой цели;
- внезапная потеря интереса к вещам, которые раньше представлялись важными;
- разрыв многолетних связей и отношений из-за того, что с некоторыми людьми стало просто не о чем говорить;
- работа, поглощавшая раньше целиком, перестает доставлять удовольствие;
- внутреннее и внешнее отторжение структур, которые раньше не мешали абсолютно;
- бунт ради бунта;
- удовольствие от нарушения привычных норм, от игнорирования запретов;
- появление в жизни неожиданностей и склонность к сумасшедшим поступкам;
- непонимание того, куда направить свое развитие и свою энергию.

ИНСТРУМЕНТЫ И СТРОИТЕЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ ДЛЯ СОБСТВЕННЫХ РИТУАЛОВ ПЕРЕХОДА

Ритуалы подобны тайм-ауту в спорте, который дает возможность выйти из линейного потока времени, завязать контакт со своими внутренними потребностями, осознать и попытаться использовать шансы

новой фазы жизни. Чтобы попасть в это особенное состояние, необходимо и соответствующее место. Практически в каждой сказке и в каждой мифе герой познает суть вещей вне рамок привычной семейной жизни в каком-то особенном месте.

Правильно выбранное для тайм-аута время возникает в реке жизни и определяется некоторыми обязательными критериями. Адекватное использование тайм-аута в большой степени зависит от собственной инициативы. Опасность связана не с самим проведением ритуалов, а с нашей внутренней инертностью и страхом перед всем новым.

ФАЗЫ РИТУАЛА ПЕРЕХОДА

В большинстве ритуалов можно выделить три ступени.

1) **Разделение**: ему соответствует осознанный отказ от привычного. Следует отдавать себе отчет в том, от чего необходимо отказаться в своих старых ролях, позициях, образцах поведения, привычках и возможностях. *Символическими* шагами подобного освобождения можно считать следующие:

- сжечь в Огне и развеять пепел по ветру;
- похоронить в Земле и дать возможность разлагаться и гнить;
- утопить в Воде;
- пустить летать по Воздуху, например, в форме надутого газом шарика.

Наряду с этими классическими путями четырех элементов могут быть использованы символические действия: разорвать, разодрать, разрезать, измять, раздавить, превратить в порошок и развеять старое.

2) **Собственно переход**: его можно сравнить с путешествием по стране Утопии между фронтами и временами. Здесь господствуют отсутствие ориентиров и полярные импульсы. Человек чувствует, что его буквально разрывает между противоположностями. Эта фаза испытания дарит нам осознание того, что любое развитие связано с противоречиями. В этот период очень важно создать пространство для отрицательных чувств и эмоций. Пустившись в бегство от брошенного нам вызова, мы превращаем его в демона, преследующего нас по приказу судьбы. Приняв, мы превращаем страх и тесноту в открытость и простор. Нужно трезво оценить результаты перехода и затраты на него, а также взять на себя ответственность за все происходящее.

Символы этой фазы: пустой кубок, пустая миска, пустая чашка; выкопанная, но не заполненная яма.

УПРАЖНЕНИЕ

Игры полярности: изучить оба возможных варианта решения на конкретном уровне или на уровне внутренних образов, чтобы сделать правильный выбор.

3) **Воссоединение с новым**: часто начинается с того, что из тумана второй фазы выступают некие видения. Глубокие страсти и стремления могут стать осознанными, хотя в старой ситуации им не было

места. Вторая часть этой ступени посвящена интеграции. Новое видение должно укорениться в жизни.

Символы нового должны получить достойное место в жизни и жизненном пространстве. Особенно хорошо для этого подходят картины и скульптуры, изготовленные своими руками, коллажи, и другие предметы, символизирующие прорыв и новизну.

УПРАЖНЕНИЯ

- Праздники с танцами. Во многих танцах есть ритуальный элемент, например, хоровод, вальс, танцы, приводящие в транс и состояние экстаза.
- Ритуалы посадок: посеять семена, посадите деревья, цветы, кустарники, сделайте живую изгородь (для символического отграничения), наблюдайте за тем, как растут растения и сравнивайте с собственным ростом.
- Восстановительные ритуалы: водный массаж, ванны, полярный массаж, шиацу, йога, тай-чи.
- Особенная одежда: ритуальные одежды.
- Особенный свет: зажечь свечи и в конце погасить их, свечи на именинном торте, елочные гирлянды и т. д.
- Подходящая музыка.
- Соответствующие событию запахи: ароматические масла, курительные палочки.

Обеды из продуктов, символизирующих начало нового (семян, ростков бамбука, яиц, орехов, фруктов). В торжественных случаях пища должна быть соответствующей (свадебный обед, обед по случаю крестин, поминки, деловой обед по случаю заключения договора). В этой связи нужно заметить, что приготовить такой обед можно тоже ритуально, сообщая (рождественский ужин, именинный пирог).

Осознанно распределяйте места за столом. Каждое место соответствует определенной роли: например, если дочь находится в переходном возрасте, то во время праздничного обеда ей можно предложить занять место матери. Создайте подходящие рамки для начала и конца действия.

Тщательно выбирайте темы для разговора. Не связывайте обед с попытками решить проблему. Их лучше решать за круглым столом (ритуал, используемый политиками), это напоминает о Святом Граале, во времена которого все имели равные права.

ВОЗМОЖНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ, СТРОИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС

1. Ритуальное подведение итогов предыдущего периода жизни. Мысленное путешествие по самым важным станциям прошлого: чтение старых дневников, просматривание старых фотоальбомов, решение до сих пор не решенных задач, прощание со старыми, отжившими свое темами и вещами;

2. Очистительный ритуал по поводу неудачных дел прошлого:

- исповедаться самому себе или священнику;

- уладить старые конфликты, принести извинения.

3. Общие очистительные упражнения: осознанный ритуал в сауне (огненное очищение — пот), осознанный курс ванн (водный ритуал), осознанный дыхательный ритуал (интенсивное дыхание), физическое очищение через пост или проводимые для выведения шлаков «дни фруктов».

4. Церемонии. Целесообразно выбрать особое место, где никто не мешает, и соответствующее жизненному кризису время суток (для переходного возраста — время до полудня, ритуал середины жизни — в полдень, ритуал «возвращения домой» — при заходе солнца), использовать четыре элемента, и содержательные символы: картины, формы, движения, жесты, запахи. При желании, запланировать время на медитацию до и после проведения ритуала.

ДРУГИЕ УПРАЖНЕНИЯ

- Тематические прогулки: встреча с Воздухом и Землей.
- Ритуал Земли: полежать на земле, принять грязевые ванны, вернуть себе чувство веры.
- Паломничества к местам с сильной энергетикой, связанной с переживаемым в данный момент кризисом.
- Поиск в природе символов того, от чего хотите освободиться, того, что обязательно хотите сохранить, и того, что должно наступить.
- Написание писем, не имеющих конца, и ритуальное их сожжение.
- Создание коллажей, иллюстрирующих какой-то аспект происходящего или отображающих все три стадии перехода.
- Проживание жизни на уровне образов, например, перед расставанием: прожить один день так, как будто вы уже расстались, один — как будто не собираетесь этого делать вообще, на третий день — медитация по поводу того, что вы почувствовали.

4. ОБЗОР

По многим причинам использование в наших условиях ритуалов других культур было бы хотя и проблематичным, но вполне понятным. Но, к сожалению, для этого у нас нет ни внешних, ни внутренних пространств, а символика чужих ритуалов не имеет никаких корней в нашей душе. Чтобы создать новые поля и вдохнуть в них жизнь, требуется очень много времени и терпения, чего у нас постоянно не хватает.

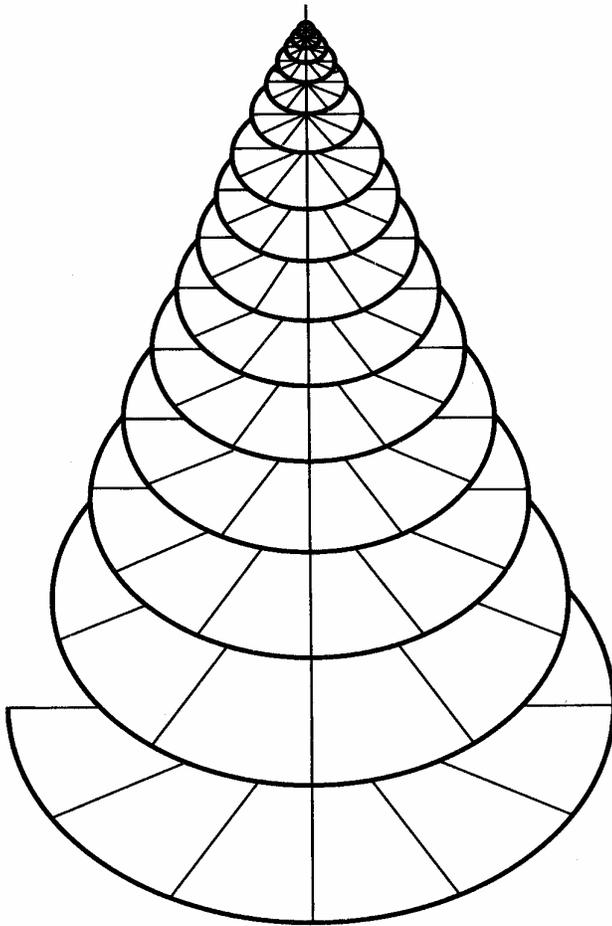
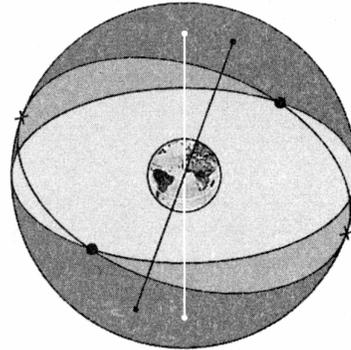
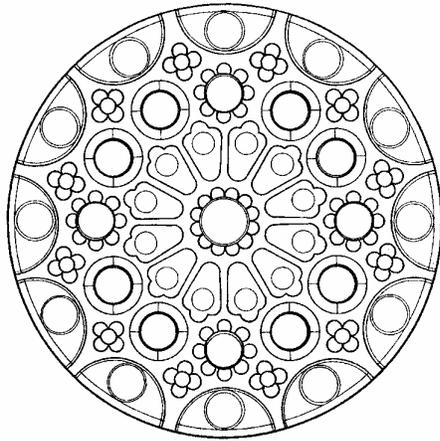
Поэтому гораздо продуктивнее направить активность не наружу, а внутрь. На крыльях мыслей и внутренних образов мы можем не только побывать в других странах и культурах, но и совершить путешествие во времени. Таким образом, появится возможность ощутить влияние ритуалов нашей собственной культуры или близких к ней культур на более раннем этапе развития.

Терапевтическая практика показала, насколько важна для проработки проблемы правильная последовательность действий. Кризис середины жизни невозможно преодолеть даже с терапевтической

помощью, если человек не разобрался с вопросами переходного возраста. Осознанный выбор правильной последовательности оказывает положительное влияние и дает возможность выйти из застоя и стимулировать движение, то есть процесс дальнейшего развития. Это одна из причин того, почему в начале курса реинкарнационной терапии важно оживить картины зачатия и рождения. По принципу «Все связано с началом» можно отыскать основной образец всей дальнейшей жизни и найти способ разрешения кризиса. Можно сказать, что вся наша жизнь — это непрерывная цепочка рождений.

При ограничении внешних возможностей внутренние приобретают большее значение. В поле внутренних образов у нас гораздо меньше препятствий. Даже те люди, которые давно не видят снов и потеряли всякий доступ к женскому полюсу своей души, в течение недели могут снова получить доступ к своим внутренним образам. Естественно, психотерапия — лишь заменитель функциональных ритуалов, но это лучшее, что можно предложить в их отсутствие.

Наилучшим выходом было бы превращение повседневной жизни в ритуал. Если человек идет по жизни, поддерживаемый сознанием, то он вовремя заметит необходимость перехода и ему откроются пути для ритуального преодоления кризиса. Его жизнь станет соответствовать внутренним образам и внешней символике. Это даст массу возможностей для познания. Окружающий мир превратится в зеркало, а судьба — в лучшего терапевта.



Защиту интеллектуальной собственности и прав Издательской группы «Весь»
осуществляет агентство патентных поверенных «АРС-ПАТЕНТ»



СОДЕРЖАНИЕ

Введение. Значение и сила перехода

Часть 1

1. Кризис

2. Мандала как жизненный образец

3. Ритуалы как ключ к новому отрезку жизни

Ритуалы и их воздействие

Интактные ритуальные миры

Исцелительные ритуалы

Посвятительные ритуалы

Качество времени для ритуалов и праздников

4. Год и его важнейшие точки

Течение года и течение жизни в отражении Солнца

Лунный цикл как мандала развития

Часть 2

1. Зачатие и беременность

Ритуалы-приветствия против неуважительного отношения к жизни

Проблемы, возникающие при беременности

Повышенная чувствительность к запахам

Возбуждающие средства

Тошнота и рвота

Недомогание и слабость

Преждевременные схватки

Ретроспективный взгляд на начало жизни

Вопросы

Практический опыт

2. Рождение

Проблемы, возникающие во время родов

Осложнения во время родов

Ягодичное предлежание

Поперечное предлежание

Кесарево сечение

Проблемы матери

Проблемы ребенка

Слишком большой ребенок

Матка-ловушка: placenta praevia

Другие проблемы рождения и освобождения

Преждевременное излитие вод

Преждевременные роды

Преждевременное отслоение плаценты

Асфиксия

Резюме

Вопросы

Терапевтические возможности для ликвидации родовой травмы

3. Послеродовой период и кризисы маленьких детей

После рождения
Послеродовая депрессия и психоз кормления
Потеря сексуального желания
Проблемы перестройки ребенка
Проблемы, связанные с кормлением
Одна и другая кровать
Появление зубов
Отучение ребенка от груди
Кризисы детей младшего возраста
О тех, кто любит ползать и читать
Прямохождение, прямота и откровенность
Первое «нет» и фаза упрямства
Классические формы борьбы за власть
Горшочек каши (верхний горшочек): проблемы с едой
Другой горшочек (нижний): проблемы личной гигиены
Проделки в кроватке
Маленькие ритуалы вместо больших проблем, связанных с
борьбой за власть
Вопросы
4. Детские кризисы
О детских заболеваниях и прививках
Детсадовские радости или дошкольный стресс?
Первый школьный день
Вопросы
Упражнения для детей
5. Пубертатный период
Проблемы и картины болезни
Первая менструация
Когда ломается голос
Юношеские угри
Истощение в переходном возрасте
Булимия
Рекомендации по поводу терапии
Ритуалы пубертатного периода
Традиционные ритуалы
Современные «ритуалы»
Общество инфантилов
О вечных мальчиках
Телевизионный детский сад
Детская мода
Дети, не выросшие из младенчества
Опасный детский мир: маниакальное общество
Испытания мужества в автомобиле
Вместе мы сильны (наполовину)
Претенциозные и смертельные эрзацритуалы
Ритуалы становления женственности
В поисках эрзацритуалов
Первая сигарета
Первая рюмка алкоголя

Наркотическая ловушка
Необходимые восстания
Экстаз
Вопросы
Упражнения
6. Молодость
Вопросы

7. Женитьба
Вопросы
Идеи по поводу ритуалов свадьбы
Идеи по поводу ритуалов развода
8. Профессия
Вопросы

9. Духовные кризисы
10. Климакс, или Кризис среднего возраста
Картины болезней середины жизни

Депрессия
Инволюционная депрессия
Опухоль на простате
Выпадение волос
Миома
Удаление матки
Недомогания, связанные с климаксом
Анимус и анима
Вопросы
Упражнения

11. Старость
Картины старческих болезней
Архетипы старости
Вопросы
Медитация как подготовка к большому освобождению
Упражнения

12. Смерть
Умирание в современном мире
Сознательное отношение к смерти
Добровольная смерть
Кризисы после смерти
Возможности приближения смерти
Новые способы приближения смерти
Ритуалы смерти у христиан
Смерть с духовной точки зрения
Упражнения

Часть 3

1. День как зеркало жизни
2. О правильно выбранном времени и правильной последовательности
3. Перспективы
Критерии определения времени индивидуальных переходов

Инструменты и строительный материал для собственных ритуалов перехода
Фазы ритуала перехода
Упражнение
Упражнения
Возможные элементы, строительные материалы и тренировочный процесс
Другие упражнения
4. Обзор