

The book cover features a vibrant, stylized illustration of a lush jungle. In the center, a waterfall cascades down a rocky cliff. The cliff faces are uniquely shaped like two human profiles facing each other, with a large, realistic hand reaching out from the bottom center towards the waterfall. A green snake with its mouth open is visible on the right side. The scene is framed by dense green foliage and trees.

Евгения Катюшина

# СНОВИДЕНИЕ КАК МИФОТВОРЧЕСТВО ДУШИ

ПУТЬ ВОССОЕДИНЕНИЯ

Евгения Катюшина

**Сновидение как  
мифотворчество Души.  
Путь воссоединения**

«Издательские решения»

**Катюшина Е.**

Сновидение как мифотворчество Души. Путь воссоединения /  
Е. Катюшина — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-624399-6

В настоящее время тема сновидений приобретает всё большую актуальность во всём мире. Книга позволит почувствовать ценность глубинного метода толкования сновидений и будет путеводителем на Пути самопознания. Читатель познакомится с теорией: Источником сновидений и их функциями, символизмом сновидческих образов и методом толкования, архетипами и множеством примеров из личной практики автора.

ISBN 978-5-00-624399-6

© Катюшина Е.  
© Издательские решения

# Содержание

Благодарности	6
Предисловие	8
Часть 1.	13
Глава 1.	13
Часть 2.	16
Глава 1.	16
Глава 2.	20
Часть 3.	24
Глава 1.	24
Глава 2.	26
Конец ознакомительного фрагмента.	27

# Сновидение как мифотворчество Души Путь воссоединения

**Евгения Катюшина**

*Дизайнер обложки* Клавдия Шильденко

*Корректор* Мария Черноок

© Евгения Катюшина, 2024

© Клавдия Шильденко, дизайн обложки, 2024

ISBN 978-5-0062-4399-6

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Благодарности

Сердечно благодарю близкого Друга, Константина, за его любовь и поддержку как в написании данной книги, так и в моей способности к толкованию сновидений.

Благодарю Олега Телемского, глубинного психолога, оккультиста и создателя интеллектуального клуба «Касталия», за его вклад в расширение глубинной психологии и внесение новых смыслов и ключей в познание внутренней бесконечности. Я выросла на его лекциях по суверенному юнгианству. Это знание стало базой, заложенным фундаментом в дальнейшем построении моих навыков в пространстве духовной реальности.

Моя благодарность Санкт-Петербургскому институту глубинной психологии за полученные знания, приобретённые в течение трёх лет обучения, которые стали ценным дополнением и вкладом в собственное развитие, познание себя и расширение инструментария в области глубинной психологии.

Искренняя благодарность моей семье. Всё именно так, как должно быть. Иначе не было бы меня той, кем являюсь сейчас. Не было бы ценности, которую я имею и чувствую внутри себя. Не было бы плодов, которые я разделяю с миром. Это есть. Огромная благодарность за то, что я стала способной и чувствующей. Способной жить эту жизнь, познавая внутренние глубины и внешний мир, стараясь сшить их воедино, и способной транслировать смыслы. Пережитая боль нашла своё выражение в раскрывшемся бутоне. Благодарю себя.

Сердечная благодарность моим клиентам за доверие и за разрешение опубликовать ваши сновидения в данной книге. Именно благодаря вашим ночным видениям и их толкованию данная книга наполнилась ценным Знанием.

*Всё больше находится ключей  
и открывается дверей,  
И каждый новый горизонт когда-то  
Сопровождается любовным взглядом.*

*Привет, ещё одна ступень.  
К себе. И я честна,  
Насколько могу себе позволить  
И, взглянув в себя, осмелиться...*

*Давно нет места утешенью.  
Есть Я, моя история.  
Любовь и боль —  
Мои друзья.*

*Всего лишь миг —  
Наполненная Жизнь.  
Все, кто ушли, —  
Благодарю, мои Учителя.*

*Вы подарили мне Меня.  
И этим опытом  
Полна моя Душа.  
Я вас сердечно. Люблю.  
И неустанно —*

*БЛАГОДАРИЮ.*

*Автор – Евгения Катюшина*

## Предисловие

*«В глубине человека заложена творческая сила, которая способна создать то, что должно быть, которая не даст нам покоя и отдыха, пока мы не выразим это вне нас тем или иным способом».*

*Иоганн Вольфганг Гёте*

Вот причина, по которой я пишу эту книгу. За последние годы жизни я ощутила, что мой сосуд Знаний стал переполняться, и во мне возникла внутренняя потребность в написании двух книг, дабы проявить то содержание, которым наполнена. Это та потребность, что подвигла меня затронуть необъятную тему сновидений и раскрыть некоторые её грани. А ещё, совсем недавно, мне приснилось «самостное» сновидение, которым поделюсь в конце предисловия.

*«Кто знает, какие обстоятельства толкают человека отправиться на поиски чего-то важного для себя или, например, вдруг начать писать книгу? Как если бы человек долго искал и искал, пробовал что-то снова и снова. И вдруг, если ему повезло и удалось преодолеть требования Эго, в его жизни начался этап, когда книги сами раскрываются внутри, а ситуации и люди появляются словно по волшебству. Кто-то называет это синхронистичностью или находжением в потоке, я же ощущаю это как получение благословения. Недолговечное состояние благодати, за которое я глубоко благодарна».*

*Клэр Дуглас*

Каждый из нас уникален, и эта уникальность сокрыта внутри, её только лишь необходимо выразить вне себя, изнутри наружу, в этом материальном мире, облечь её в видимую форму, сотворить её, как зачатые, выношены и рождены были мы. Задача каждого – это проявить и прожить тот потенциал, который жаждет высвобождения через нас. Только лишь одна личность, а не коллектив, способна наполнить этот мир ценным содержанием, наполнив коллективное Сознание ценным Знанием.

Карл Густав Юнг внёс содержательный вклад в развитие всего человечества, проявив новые смыслы и символы, соответствующие новому времени, в котором один коллективный миф сменяется другим, где мы совершаем переход от человека рационального к человеку интуитивному. Происходит смена внешних, патриархальных приоритетов и ценностей, где царил разум, порядок и мышление, на внутренние – чувство, интуицию и творчество.

Прежде чем новый миф утвердится на коллективном уровне, он должен «активироваться» в сердце отдельного человека. И чем больше нас «активированных» – живых и чувствующих, тем быстрее будет происходить процесс «загрузки» нового «программного обеспечения». И в этой обновлённой матрице, как и в любой более качественной версии, которая предоставляет больше возможностей, есть путь к более полноценной жизни, как внутренней, так и внешней, есть путь, по которому идёт и расширяется наше Эго-сознание, путь и процесс, в котором самая значимая ценность – воссоединение с истинным Собой через творчество, интуицию и чувство.

Одним из основных инструментов в аналитической психологии на пути познания личных глубин и установления контакта со своим внутренним Источником на сознательном уровне, ведущего каждого по пути индивидуации, и является толкование сновидений. Цель же юнгианства – научиться принимать и глубоко проживать себя и с вниманием, а также уважением относиться к проявлениям своего Истинного «Я» без самообмана, обесценивания и подавления.

Толкование сновидений – это поистине творческий процесс и метод расширения сознания, с помощью которого становится возможным вновь жить в потоке, что значит быть в контакте со своими внутренними процессами, потребностями Души, чувствами и переживаниями, физическим телом и Мечтой.

Сновидения – это продукт бессознательного пласта психики. Это бесконечный мир, наполненный ресурсом, возможностями, яркими и заряженными образами, силой исцеления и разрушения, грядущими событиями, некими указаниями к действию, соматическими predispositionностями. Это та информация, что передаётся отправителем получателю в виде образов, символов и метафор.

Название данной книги выражает природную функцию ночных видений, потому как сновидение – это творческое выражение того внутреннего мифа, что протекает в нашей Душе и проживается нами во внешней жизни. Название книги сновидений родилось в процессе интегрирования смыслов и ключей, исходящих из бессознательного, с помощью метода свободных ассоциаций. Последней ассоциацией было слово «мифотворчество», на что я чувственно отреагировала и поняла – это оно.

Сновидение и миф имеют единую основу – психическую реальность, которая отражает процессы, протекающие в глубине человеческой психики. Миф – это не что иное, как сама реальность, содержащая в себе историю человека, в которой он был рождён и которая существовала и возникала ещё до его появления. История и есть миф, некий сценарий, которым живёт человек. Мифом она является потому, что наша психика структурирует происходящее вокруг исходя из восприятия прожитого опыта под влиянием архетипических энергий. Так, Карл Густав Юнг говорил о том, что уже в утробе матери по мере развития плода ребёнок переживает психическую матрицу своей матери, он и есть продукт этой матрицы. Поэтому наша Душа – не *tabula rasa*, и, приходя в материальный мир, она уже несёт в себе то содержание, что ей предшествовало. Иначе каждый человек рождался бы в лучшем случае с тем психическим уровнем развития, что и первобытный человек, и ни о каком процессе эволюции речи не шло бы.

То есть каждый из нас несёт в себе часть автономной системы, состоящей из архетипов, – осадок всечеловеческого опыта, отражённый в каждой Душе и жизнедеятельности.

*«Так же, как и тело, наше бессознательное является хранилищем реликтовых остатков и воспоминаний о прошлом».*

*Карл Густав Юнг*

Эта автономная система, из которой родом наше сознание, – коллективное бессознательное, являющееся источником мифов, которые проявляются в повседневной жизни, а также в наших сновидениях. Природа мифа универсальна и имеет надличностный характер, как и природа сновидений, которые являются мифотворчеством Души и выражают внутреннюю драму, историю и психологию человека.

*«Мифы – это изначальные проявления досознательной Души, произвольные высказывания о событиях в бессознательной психике».*

*Карл Густав Юнг*

Наша психика мыслит образами, это эдакое «мясо» психики. Коллективное бессознательное – это некий образ мира, составляющими которого являются символы и мифологические мотивы как то, из чего состоит вся реальность.

*«Вся мифология – это своего рода проекция коллективного бессознательного».*

*Карл Густав Юнг*

Таким образом, мифодрама – это синтез истории, драмы и психологии. Миф является собой некую форму духовного творчества, в которой проявляются аспекты бытия. В личном мифе всегда отражены более глубокие, универсальные мифологемы, находящие своё индивидуальное выражение в жизни конкретного человека.

*«...миф и таинство были невольным откровением первичного состояния Души... Реальные, но невидимые корни сознания».*  
Карл Густав Юнг

Карл Густав Юнг говорил о сновидении как о попытке исцеления. Наши сны поистине наделены высшим разумом. Так психика или Душа с помощью ночных видений способна поддержать или указать нам путь в сложной жизненной ситуации, она способна через сны показать ту драму, которая разворачивается внутри нас «здесь и сейчас», которая требует от нас решительности и активных действий для нашего же психического и физического здоровья, она указывает на те трансформации, которые с нами происходят постоянно, но которые мы не всегда способны увидеть и ощутить, а также Душа способна через сновидения сообщить о грядущих событиях в нашей жизни и помочь в исцелении недуга, указав на причину его возникновения и «лекарство» от него, содержащееся в нём самом.

Какими бы странными ни казались сновидения, в них всегда есть смысл и тот ресурс, который нам необходим. Наше бессознательное говорит на языке символов и метафор и часто посылает сюжеты, которые мы не всегда способны понять, но в образах которых проявляется наша настоящая и естественная природа. При этом ночные послания оказывают на нас ошущимое влияние, несут в себе нечто новое и неизвестное, но так нам необходимое для полноты жизни и ощущения себя в ней.

*«Как растение порождает цветок, так душа создаёт свои символы. Психическое развитие не может быть осуществлено посредством одного намерения и воли; оно нуждается в привлечении символов».*  
Карл Густав Юнг

В данной книге читатель увидит процесс толкования и то, насколько наше бессознательное мудрее нашего эго. Я бы даже сказала, что оно выполняет родительскую функцию – поддерживает, предостерегает, заботится, приводит нас к балансу, тревожит кошмарами, гневается или даже «бьёт» по больному, но только лишь для того, чтобы мы наконец «очнулись» и вновь обратили свой взор внутрь, вновь почувствовали Себя, выбрали себя, позаботились о себе и начали жить ту жизнь, что внутри, отбросив всё чужое, что препятствует на нашем Пути.

*«Мой путь – это не ваш путь, потому я не могу вас учить. Путь внутри нас, а не в Богах, и не в учениях, и не в законах. Внутри нас путь, и истина, и жизнь».*

*Горе тем, кто живёт примерами! Нет жизни в них. Если вы живёте в соответствии с примерами, вы живёте жизнью этого примера, но кто будет жить вашу жизнь, как не вы сами? Так живите сами».*

*Указательные столбы упали, перед нами лежат неразмеченные пути. Не жадничайте, поглощая плоды чужих земель. Вы знаете, что вы сами плодородный акр, рождающий всё, полезное для вас?»*

*Но кто сегодня знает это? Кто знает путь к вечно плодородным краям души? Вы ищете путь лишь в видимостях, вы изучаете книги и прислушиваетесь ко всяким мнениям. Что в этом хорошего?»*

*«Есть только один путь, и это ваш путь».*  
Карл Густав Юнг

Первобытные люди были очень близки к этому, теперь таинственному, миру, к тому центру психического, от которого течёт жизненная энергия, к самой природе. Они были способны мыслить образами, что помогало им понимать те ночные видения, которые несли исцеляющий, а порой и ужасающий смысл. Более того, они читали этот иррациональный мир и следовали его зову, вступая с ним в диалог, как если бы этот мир был самым богом, который говорил с ними. В материи сокрыта божественная тайна.

*«Аналитическая психология пытается разрешить получившийся конфликт, не устремляясь „назад к природе“ вместе с Руссо, а обогащая сознание информацией о психике человека и при этом оставаясь на достигнутом уровне рационального мышления».*

*Карл Густав Юнг*

По мере развития сознания и внешней действительности, где правит мир технологий, мы всё дальше отходим от этого живительного Источника, о котором многие и не догадываются, но из которого мы все произошли и который нас питает. Мы потеряли связь с пространством внутренней бесконечности, содержащимся глубоко в нас, обездушив тем самым весь материальный мир, в котором живём, и оказавшись пленниками мёртвых объектов. И в данной книге я постараюсь приоткрыть дверь к нашей естественной природе через сновидения, которые являют собой проводника в другой, не менее реальный мир, обратив своё внимание на собственные потребности, исходящие от нашей Души. Потому как, всё чаще обращая свой взгляд внутрь, мы рискуем потерять многое, что до сих пор отвлекало нас, имело иллюзорную ценность, и начать проживать ту жизнь, что несём в себе.

*«Качество сознания, а не технология является действительным признаком зрелой культуры».*

*Стрифон Каплан-Уильямс*

Исследуя и познавая личные глубины, мы становимся способными достичь категории свободы. Так как, оставаясь бессознательными, мы находимся в плену собственных иллюзий, травм, ограничивающих и отделяющих нас от Истока матриц, препятствующих, насколько это возможно, свободно проживать жизнь, вверенную нам самим собой. «Свободно» – имеется в виду в принятии нашим Эго той жизни, которую выбрала наша Душа для проживания человеческого опыта. Но это «принятие» значит *принять в себя* совершенно Иное, а этот процесс всегда идёт рядом со страхом и смертью, а также с рождением. Так как встреча с Богом всегда сопровождается смертью Эго, по крайней мере какой-то части нашего сознательного и возрождением в новом качестве.

На свободу как на феномен можно посмотреть с двух сторон. С одной – свобода как принятие той жизни, которую мы сами выбрали для себя ещё до того, как обрели телесную оболочку. Ведь если принятия нет, то мы автоматически попадаем в клетку жертвы. С другой – свобода в изначальной несвободе. Так как понятие о свободе выбора заключается в принятии выбранного пути или сопротивлении этому выбору.

Также следует упомянуть, что стоит быть и аккуратным на пути интеграции бессознательного содержания, чтобы «успевать», насколько это возможно, гармонично распределять тот ресурс и знание, которые были выловлены из собственных глубин. Не стоит переоценивать способности Эго-контейнера, фанатично и жадно вылавливая всё подряд, ведь это та ноша, которую мы обязаны будем нести. Стоит ответственно подходить к каждому вопросу, дабы наше Эго сумело принять и расширяться постепенно и «по силам», чтобы контейнер не разорвало на части. Об этом говорил Юнг. Многие исходят из позиции «я сейчас всё быстро проработаю и заживу счастливо». Нет! Так не работает, и последствие подобного безответственного подхода может нанести куда больший вред, вплоть до летального исхода, так как яд змея несёт как исцеление, так и смерть, в зависимости от дозировки. А также это очередное избегание себя.

Ведь каждое содержание, интегрированное в сознание, необходимо прожить, прочувствовать на собственном опыте, что бывает крайне болезненно. Оно должно как бы «прижиться», став полноправной частью нас как сознательного существа. Толкование сновидений – это исследование себя, это беседа со своей Душой, и очень значимо наладить контакт между нашим Эго и внутренним Источником, дабы знать и чувствовать смысл и ценность своего Пути, дабы сшить внутреннюю и внешнюю реальности. Сновидение, приснившееся мне совсем недавно:

*Я стою у дома незнакомой мне женщины, которой около 75 лет. Она достаточно мудра, интеллектуально развита, является профессором, человеком науки. Одновременно она строга и серьёзна, однако ко мне расположена достаточно тепло. Она продаёт красную древнюю книгу, которой более ста лет. Я хочу её купить, и она соглашается продать её мне. Я плачу за книгу 4000 рублей. Женщина отдаёт мне книгу с улыбкой, я держу книгу в руках.*

Далее, читатель, ты узнаешь более подробно о методе толкования сновидений, а сейчас я проиллюстрирую толкование моего сна без расширенного теоретического обоснования, дабы не повторяться. Это сновидение было истолковано на супервизии на курсе архетипической психологии в Санкт-Петербургском институте глубинной психологии.

Незнакомая женщина очень схожа на Марию-Луизу фон Франц – одну из первых последователей К. Юнга, которая была «духовной дочерью» и продолжила нести его Слово и Знание в мир с ценным вкладом и дополнением. Это архетип Мудрой Старухи, символизирующий собой подлинное переживание действительности, интуитивное чувство и Знание, а также ощущение внутренней и внешней целостности.

Красная книга – красная книга Юнга, являющаяся манускриптом, изданная только в 2009 году, до этого долгие годы, по наказу самого Юнга о запрете издания, хранившаяся у его потомков. В данной рукописи содержится тот «разговор» с недрами собственной Души, который представлен в виде активного воображения и облечён в символическую, образную и словесную форму.

Моё желание купить означает желание принять это Знание и транслировать его через себя в мир, продолжать нести это наследие. А «заплатить» мне необходимо собственной целостностью: цифра 4 – символ четверичности, которая и символизирует целостность и некую завершённость. И здесь мне одновременно «страстно», «ответственно», «страшно», «воодушевлённо», «живо», «серьёзно». И на ум ассоциативно приходит высказывание Юнга:

*«Кто слышит голос глубин, тот обречён».*

## Часть 1.

### Структура психики по Юнгу

#### Глава 1.

#### Структура психического аппарата: от Эго к объективному психическому

*«Я вижу психику как космическое начало, которое пронизывает собой всё. А наша индивидуальная психика как бы вынимается из этой космической матрицы. Причём границы здесь не чётко фиксированы. В необычных [психических] состояниях эти границы растворяются, и мы можем начать воспринять то, что за пределами нас самих».*  
**Станислав Грофф**

Я посчитала нужным начать эту книгу с ознакомления читателя со структурой нашей психики, ведь она многослойна. Знание о более глубоких психических пластах поможет читателю в дальнейшем понять, на каком уровне психики рождаются сновидения.

Наша психика не ограничена лишь сознательным «я», зрительным восприятием происходящего вокруг или каналом осязания. Заслуга Карла Юнга – в открытии коллективного бессознательного. Работая с тестом свободных ассоциаций, он выявил существование коллективного сознания и тех архетипов, которые проявляются в личном бессознательном человека в виде неких констелляций или комплексов.

Коллективное – это фундамент, почва для развития индивидуального, та почва, на которую все мы – существа, одарённые самоосознанием, – опираемся. Это тот уровень психического пространства, откуда поступает вся информация и энергия. Представьте себе ядро Земли, которое обеспечивает целую планету теплом, создаёт магнитное поле, а также сохраняет целостность.

Наше индивидуальное сознание родом из коллективного, иначе – объективной психики. На этом глубинном уровне в нас нет ничего индивидуального, все мы одинаковы и наполнены тем, чем наполнено всё живое, – первичными силами, инстинктами и идеями, а также на этом уровне всё едино со всем. Мы родом из Самости, и по мере того как мы всё больше отделяемся от неё, у нас вызревает самосознание, с помощью которого мы способны познавать мир и себя в нём. Несмотря на сепарацию, наше Эго всё так же пребывает в постоянной связи с психическим центром.

Вспомните миф об Адаме и Еве, которые вкусили плод и познали добро и зло, за что были изгнаны из рая. Так вот рай – это и есть Самость, первичная целостность, где нет разделения, где всё едино. Здесь нет «я», нет Эго, нет Другого. Этот миф иллюстрирует нам сепарацию, изгнание из мира симбиотического слияния и неосознанности в мир сознания, в мир дуальности и разделения, с помощью которого наше Эго способно отделить себя от Другого, познать себя, мир и, если повезёт, достигнуть более целостного состояния через саморефлексию, уже осознанным путём.

А теперь представьте себе пирамиду или треугольник. Это будет некий схематический пример, иллюстрирующий слои нашего психического аппарата. Самая верхняя его точка – это луч нашего сознания, фокус которого направлен на происходящее с нами «здесь и сейчас».

Это то, что мы чувствуем, видим, осязаем, слышим, обоняем и на чём сосредоточены в данный момент.

Следующий уровень нашей психики – это поле сознания. Это наш Эго-комплекс, в котором содержатся все наши знания о нас, все ценности, всё то, с чем мы себя отождествляем, и то, что осознаём о себе. Эго, или «я», представляет собой центр личного сознания. Именно благодаря Эго мы способны к рефлексии и интеграции бессознательного содержания психики во имя внутреннего расширения, а также Эго является проводником между миром внутренним и миром внешним. Оно способно воспринимать мир Идей, идеальный мир и претворять эти идеи в материю.

Ещё ниже, а вернее, глубже находится наше личное бессознательное, которое содержит в себе весь наш пережитый жизненный опыт начиная с момента зарождения сознания и до сегодняшнего дня, который мы можем «вытянуть» в сознание с помощью припоминания. Это то бессознательное, которое вмещает в себе всё «вытесненное» содержание, которое ранее нами осознавалось, но по причине неактуальности или болезненности ушло вглубь.

А также есть тот уровень личного бессознательного, который вспомнить крайне тяжело, так как это «досознательный» опыт, то есть первый-второй год нашей жизни, где сознание только формировалось, где «я» ещё не существовало. Наше индивидуальное бессознательное несёт в себе весь психический потенциал, таланты и способности, жизненные сценарии, прошлое, настоящее и наше будущее. На самом деле на уровне бессознательного не существует линейного времени, есть только «здесь и сейчас». Поэтому то, что нами воспринимается как прошлое, настоящее и будущее, – в бессознательном это всё уже есть и существует «в одной точке». Представьте себе зерно, которое уже является целым деревом. Оно одновременно и как потенция к росту и развитию, и как проявленное взрослое дерево. Так и с ребёнком, Душа которого несёт в себе весь потенциал «будущей» личности.

Ещё более глубинный уровень – это уровень семейного или родового бессознательного. Это та матрица, которая содержит в себе семейные паттерны поведения, программы и установки, соматические предрасположенности, передающиеся из поколения в поколение. Как распространено говорить у медиков, это то, что передаётся генетически. Однако и ген – это та частица, которая содержит в себе энергию, то есть волну и информацию. А наше тело – это вместилище, тот сосуд, содержащий в себе всю родовую и личную энергетическую матрицу. Это не магия, это физика. Нет причин на уровне материи. То есть наша психика несёт в себе всю информацию нашего рода, которая воплощена в нашем теле.

Раз уж тема зашла о родовой системе, отмечу ещё несколько значимых аспектов: исцеление рода всегда начинается с центра, то есть с нас самих. При работе со своим внутренним содержанием, травмами, страхом, неуверенностью автоматически происходит разрешение более глубинных, родовых сфер по принципу цепной реакции.

Все мы пришли в свой род неслучайно, случайностей просто не существует. Мы пришли в нашу семью именно потому, что эта среда со своим наследием наиболее благоприятна для нас и раскрытия нашей индивидуальности.

Родовые «патологии» могут проявляться в телесных болезнях, психических расстройствах, несчастных случаях, разрушительных тенденциях, зависимостях, ночных кошмарах, конфликтных межличностных отношениях. Часто мы не можем отследить наверняка, что есть «семейное», а что есть «моё личное». Эти пространства всегда переплетены. Патологию я взяла в кавычки потому, что на самом деле нет патологий, всё есть естественный процесс.

Исцеление Рода, как и отдельного человека, необходимо для полноты и качества жизни, для полноценного и, возможно, более счастливого самоощущения, для раскрытия того Дара, что содержится в родовом наследии. Ведь крайне важно родить то, что зреет внутри нас. Ведь «то, что мы не рождаем, нас убивает».

Каждая система, каждое живое существо и род в том числе естественным путём стремятся к росту и развитию. И родовая система либо расширяется и продолжается в своих потомках, либо деградирует, саморазрушаясь, и «исчезает». Разрушение, как и исцеление, никогда не приходит извне, оно всегда идёт изнутри.

Следующий уровень психического аппарата – национальное бессознательное, содержащее в себе всю традиционную матрицу определённого этноса, населяющего нашу планету.

И, наконец, коллективное бессознательное или объективное психическое.

*«Коллективное бессознательное – нечто вроде осадка опыта и одновременно – образ мира как некая его априорность».*

*Карл Густав Юнг*

Это уровень объективной психики, которая содержит в себе всю тотальность человеческого опыта, являясь неким хранилищем прожитого. С рождением наша Душа не является чистым листом, она уже несёт в себе отпечаток коллективного сознания, которое получено ею «по наследству». Объективное психическое состоит из неких первообразов – архетипов, которые представляют собой заряженные энергоинформационные поля.

Архетипы проявляются в нашей жизни через образы, в сновидениях и символах, в мифах, сказках и легендах, в аффектах и несчастных случаях, в психических расстройствах, заболеваниях, галлюцинациях, опыте расширения сознания, в активном воображении и в целом в жизнедеятельности каждого человека.

*«Архетипы – мощные решающие силы, они свидетельствуют о реальных событиях, а не о нашем индивидуальном разуме и практическом интеллекте.*

*...Совершенно очевидно, что архетипические образы решают судьбу человека. Решает бессознательная психология, а не то, что мы думаем и говорим в кулуарах, с трибуны и в совещательных комнатах».*

*Карл Густав Юнг*

## Часть 2.

### Роль сновидений в жизни человека

#### Глава 1.

#### Сновидение как путеводитель

*«Все сны указывают человеку на уникальный смысл его собственной жизни. Это, пожалуй, самая важная особенность сновидений».*

*Мария-Луиза фон Франц*

Кто посланник наших ночных видений? Какова роль сновидений в нашей повседневной жизни и какой смысл они несут?

Как вы поняли, наше с вами сознание – это небольшой островок в необъятном океане психического пространства. Этот остров – видимая поверхность, которую мы можем наблюдать. Остров – это то, что мы о себе знаем или думаем, что знаем. Океан же представляет собой матричный мир, о котором человек может и не подозревать, однако волнение которого ощущает каждый день.

Воды бессознательного – это те воды, из которых все мы рождены и проявлены в мире материи. Часто в сновидениях мы можем наблюдать символ воды. Это может быть море, в которое входит сновидец для обновления и очищения. Это может быть родник, к которому прильнул странник, дабы напиться живительной воды, восстановить внутренний баланс, набраться сил и вновь пойти в путь. Но также это могут быть грязные воды, болото, в котором застрял человек, и для того, чтобы выбраться из него, необходимо провести внутреннюю чистку от той токсичности, которая копилась в теле долгие годы.

Наши сновидения – это всегда продукт бессознательного. Говорят, что святым и просветлённым не снятся сны. Это связано с тем, что им более нечего утаивать от самих себя о себе самом. Потому как сновидения – это некий осадок тех переживаний, которые наше сознание предпочло спрятать по причине некоего неудобства или болезненности. Однако это всегда именно то, что необходимо для нашего роста и расширения Эго-контейнера. И несмотря на то что нечто очень значимое для нас было нами же вытеснено, это нечто не умерло, но приобрело лишь большую силу и способность воздействовать на наше самочувствие и настроение через сновидения, телесные симптомы, внешние ситуации, которые могут выступать триггером, что может повлечь аффективную реакцию и вновь обратить собственное внимание внутрь. Потому как сновидения сшивают внутреннее и внешнее, соединяя наши противоречивые части личности воедино, иллюстрируя, что мы являемся тем, чего пытаемся избежать в самом себе. Благодаря сновидениям мы способны увидеть и почувствовать себя более целостным, тем, кто мы есть.

*«Неистолкованное сновидение – письмо в заклеенном конверте».*

*Мария-Луиза фон Франц*

Значимость сновидений на пути индивидуации очень весома. Так как, следуя за ночными видениями, мы следуем за голосом Души, которая говорит о наших потребностях, подсказывает нам шаги на жизненном пути и никогда не обманывает и не предаёт, в отличие от голоса Эго, часто цепляющегося за вторичные выгоды и избегающего собственной природы. Толкуя

сновидения, мы находимся посередине между сознанием и бессознательным, что благоприятствует сшиванию внутренней и внешней реальностей. Поэтому Мария-Луиза фон Франц, в своей психотерапевтической практике занималась только тем, что толковала сновидения клиентов. Так как это чистейший продукт психики, некая данность, которая в жизни каждого человека имеет свою ценность и указывает только наш истинный путь. Толкуя сновидения, мы рискуем прожить ту жизнь, которая нам была вверена.

Продемонстрирую пример сновидения клиентки, в котором ядро нашей психики осуществляет передачу знания и энергии для жизни:

*«Вечер. Я нахожусь на берегу моря и вижу стоящие на песке светильники, будто они живые и инопланетные.*

*Один большой прямоугольный светильник стоит напротив такого же, но маленького. Они выключены. Я подхожу ближе. Большой светильник включается, и от него исходит свет в маленький, вследствие чего на маленьком светильнике запускаются какие-то изображения. Это схоже с тем, как проектор проецирует свет на чистое белое полотно и на нём появляется изображение».*

Существуют такие понятия, как макрокосм и микрокосм, бог и человек. Каждый из нас наверняка слышал слова о том, что человек сотворён по образу и подобию Бога. Так вот, микрокосм или человек содержит в себе нечто превосходящее его самого, он содержит бесконечность, в которой отражена Вселенная в мельчайших подробностях. На психологическом языке это значит, что в психике человека есть ядро – трансцендентный центр, который продуцирует жизненную энергию.

Одна из персонификаций, через которую может проявиться Самость, – в образе Бога. Это нечто творящее нас и в нас, благодаря чему мы являемся способными жить и творить. Мы, люди – нечто противоположное божественному, но мы те, кто несёт это божественное внутри себя. Однако человек и божество – это те полярности, которые друг друга дополняют, и благодаря проявленному, материальному миру бог способен познать себя. Богу нужен человек, как и человеку нужен бог. Мы способны познать себя благодаря нашему Истинному «я», а Бог познаёт себя через нас и наше сознательное «я».

Светильник – предмет, который предназначен освещать пространство в темноте. Часто темнота на языке глубинной психологии – это те процессы, которые человеком не осознаются. Свет же символизирует само сознание или осознанность.

Большинство из нас живут в трёхмерном восприятии, в мире мёртвой материи и зашоренного Эго, часто для которого существует место видимым объектам, а то, что менее заметно, и то, что отличается от него самого, отвергается рационализмом по причине страха перед неизведанным, что превышает размер и глубину сознания. Инопланетный – с иной планеты. И Самость для Эго – нечто иное, отличное от него, однако то, откуда и произошло Эго-сознание, питающееся изнутри.

В данном сновидении отобразён момент передачи энергии и информации от Бога к человеку или из бессознательного в сознание. В следующей главе, а также в третьей части данной книги я более подробно раскрываю архетип Самости как тотальность и психическую целостность.

Следующее сновидение, толкование которого взято из моей книги «Перед тем, как стать бабочкой... Путь внутренней трансформации», принадлежит мне:

*«Я стою недалеко от дома, подбегает незнакомая женщина. У неё сзади на спине огромный золотой крест во весь рост. Она в чём-то обвиняет моих предков и говорит, что за „это“*

*буду отвечать именно я. После этого она в руках держит двух голубей и отпускает их в небо. Один взлетает, а другой падает. Женщина уходит, и я просыпаюсь».*

Женщина, обвиняющая моих близких родственников, – моя теневая часть, я, которая очень злилась на родителей и в собственном опыте обвиняла их. Эта та часть меня, которая тогда мало что понимала о взрослой жизни, ответственности и осознанности. Женщина эта была очень обижена, внутри неё было много боли, несправедливости, и внутренне стоял вопрос «почему я?».

Крест в данном случае говорил о той ноше, которую я несла и несу, но за которую не желала брать ответственность. Это личный крест, который несёт каждый из нас. Это тот индивидуальный Путь и опыт, который необходим для развития, те родовые конфликты, которые необходимо разрешить, дабы освободиться и пойти своей дорогой. Как говорил Юнг «там, где застрял родитель, суждено застрять и ребёнку, который потратит всю жизнь, вырываясь из этого пагубного болота».

Золото – ценный металл, который не окисляется и не ржавеет. Золотой крест – это значимый и ценный опыт, а также намёк на потенциальную психическую целостность, так как её символикой является четверица (крест), а также и золото, являющееся вечной и бессмертной ценностью. Обретение целостности – путь не из лёгких, поэтому и золотой крест во весь рост. Также крест символизирует распятие, что на психологическом языке – трансформация старого Эго во имя Самости (Иисус был распят и обрёл бессмертие, то есть Самость). Однако этому процессу трансформации должна сопутствовать принятая ответственность за свою жизнь, в противном случае это будет роль пассивной жертвы, которая так и продолжит обвинять всех вокруг в собственных бедах.

Голубь – символ Духа. Есть три аспекта – Дух, Душа и Тело. Мир материи, мир чувств и трансцендентный мир или мир архетипов в чистом виде, которые проявляются изначально в мире идей, а после – в материи, в опыте. Так вот, в данном случае один голубь взлетает, а другой падает. Пасть Духом или опустить крылья – это метафора уныния, нежелания проявиться в этом мире по причине тех сложностей, которыми человек бывает отягощён своей личной историей, опытом и внутрисемейной атмосферой. Это нежелание жить в принципе и идти по Пути, порой очень тяжёлому, по которому ведёт нас наша Самость. И здесь, в этой драме с голубями, даётся выбор. Бессознательное показывает, что выбор должна сделать я сама: жить и воспрянуть духом или пасть и уйти из жизни, – сделать тот выбор, который когда-то сделали мои родители.

Жизнь – она всегда про выбор. Мы каждый день делаем выбор. Человек, даже того не подозревая, на уровне сознания сам выбирает, жить ему или умереть, работать или быть безработным, болеть или быть здоровым, развиваться или деградировать, выбирает, что ему надеть и что съесть на завтрак. На более глубоком уровне, уровне бессознательном, на более тонком плане человек знает причины происходящего.

Вот в чём ценность сновидений. Для умеющего читать эти письма открывают не только незначительные процессы повседневности, но и сюжеты личного мифа и грядущих событий. Таким образом, мы видим, какая ценность заложена в ночных посланиях глубинной части нашей psyche. Это и поддержка Самости нашего Эго, и иллюстрация вероятного будущего, к которому мы можем прийти, сделав определённый выбор, и путеводитель на нашем Пути индивидуации.

*«Таким образом, сны могут иногда предвосхищать определённые ситуации задолго до того, как они произойдут. Это не обязательно чудо или некая форма предзнания. Многие кризисы в нашей жизни имели долгую неосознанную предысторию. Мы приближаемся к ним шаг за шагом, не ведая о накапливающихся опасностях. Однако то, что мы упускаем из виду,*

*часто воспринимается подсознанием, которое может передать информацию посредством сновидений».*

*Карл Густав Юнг*

## Глава 2. Творец ночных видений

*«Подсказки или направляющие стимулы исходят не от эго, а от целостной психики – Самости».*

*Карл Густав Юнг*

Самость – это архетип психической целостности. Это то бесконечное пространство океана, в котором и зарождаются сновидения, «выплывающие» к острову сознания. Самость – это центр, который регулирует внутриспсихические процессы. Это Истинное «Я», Источник, духовный проводник, психическая мудрость. Это тот самый спутник на жизненном пути, о котором мы грезим, которого проецируем на других людей, которого ищем где-то вовне, который заинтересован в нас и находится всегда внутри. На символическом языке этот центр представляет собой образ Бога и вмещает весь жизненный потенциал:

*«...в ней заложен некий образ той личности, какой нам предстоит стать».*

*Карл Густав Юнг*

Наше бессознательное, коим и является Самость, с помощью сновидений регулирует психический баланс, компенсируя одностороннюю установку сознания. Стоит помнить, что наша Персона, иначе – социальная личина, противоположна нашей Тени, содержание которой подавляется и проецируется вовне. Бессознательное всегда содержит в себе противоположные сознанию импульсы и установки.

Карл Густав Юнг говорил о том, что необходимо стремиться именно к целостности, а не к совершенству, так как это наиболее здоровая психическая установка. Она вмещает в себе все существующие в этом мире противоречия и полярности: добро и зло, свет и тьму, небо и землю, день и ночь, жизнь и смерть, макрокосм и микрокосм, солнце и луну, мужское и женское и т. д. Самость – олицетворение самого парадокса. И самое высокое мы способны узреть в самом низком. Как написано на изумрудной скрижали Гермеса Трисмегиста:

*«То, что внизу, аналогично тому, что вверху. И то, что вверху, аналогично тому, что внизу».*

Именно к целостности стремиться, а не к совершенству, так как совершенство отбрасывает тень несовершенного. В мире нет ничего совершенного, это всего лишь одна сторона медали, одна сторона полярности. И боги не совершенны. Чем ярче светит солнце, тем длиннее тень, и то, чего мы избегаем во внешней жизни, возвращается в сновидениях, симптомах или несчастных случаях.

Как бы заманчиво ни звучало словосочетание «психическая целостность», её достижение – работа Мастера. Наше Эго можно представить в виде некоего контейнера, который всё больше и больше расширяется, проживая жизненный опыт. Размер этого контейнера у каждого разный. У ребёнка этот контейнер только формируется и расширяется по мере его развития. У взрослого человека этот контейнер ещё более вместителен.

В книге Эдварда Эдингера «Эго и архетип» есть понятие «ось Эго – Самость», что описывает связь Эго с тем Источником внутри, из которого мы родом. И наша задача на пути индивидуации как сознательных существ – вновь прийти к психической целостности с помощью самоосознания. Как раз в этом процессе одну из главных ролей и занимает Эго-контейнер и его готовность стать сосудом для Самости. Еслиместилище невелико, то содержание бессознательного может затопить Эго человека, так как он не будет готов к тому, что Самость несёт в себе, а это чревато своими последствиями, вплоть до психоза. Именно поэтому в предисло-

вии я упомянула об опасности быстрых «проработок». Наше Эго на самом деле много чего о себе думает, этим не являясь. Поэтому к данному вопросу нужно отнестись крайне серьёзно, без фанатизма.

*«Мы любим думать, что это мы идём по пути; продвигаемся; преобразуемся. Но всё совсем не так, потому что по пути идёт не наше эго. Это наша высшая самость: скрытая божественная реальность внутри нас.*

*Дело никогда не было в нас. Всё дело в сакральном».*

*Питер Кингли*

*«Катафалк: Карл Юнг и конец человечества»*

Приведу в пример сновидение девушки, где сама Самость как бы предостерегает от опасности, которую сама же и несёт:

*«Мне снится, что моя мать уезжает и я плачу. Следующее, что я вижу, – это много похорон, для которых плету изделия округлой формы, панно, будто посвящая их каждой смерти, которую сопровождаю. Потом сюжет меняется, и я вижу машину, которая везёт труп генерала, обёрнутого в чёрную мантию, а навстречу ему едет машина, везущая труп, обёрнутый в белую мантию. Со мной моя бабушка, она пьяна. Бабушка уходит домой, я тоже иду домой, но не той дорогой, по которой идёт бабушка, а другой – тропинкой. Поднимаясь по лестнице в подъезде, я собираю свои панно, которые влечены в светоотражатель, как у фотографов. Просыпаюсь».*

Толкование сновидений в юнгианской парадигме заключается в снятии личных ассоциаций и проекций с каждого сновидческого образа. Четвёртая глава будет посвящена методу толкования сновидений, где я более подробно опишу данный метод. А сейчас я проиллюстрирую саму интерпретацию сновидения на субъективном уровне. Применяв метод амплификации, мы с клиенткой пришли к следующему.

Мать – это тот образ, который сновидица ассоциирует с зависимостью и асоциальностью, в то время как генерал – противоположность образа матери в её психике, символизирующая контроль, социальную адаптированность и высокую должность. В понимании девушки, асоциальность – это неприспособленность к жизни внешней, это те трудности в межличностных взаимодействиях, которые сопровождаются повышенной тревожностью из чувства недоверия и небезопасности, и, как следствие, бездействие к тем задачам, которые задаёт внешний мир. Это всё противоположно хорошо развитой Персоне, которая отображает успешную приспособляемость к изменчивой внешней среде, образом чего и является генерал.

Сновидение всегда демонстрирует только те образы и фигуры, содержание которых уже существуют в нашей психике. То есть в психике сновидицы есть место двум полям: асоциальности и высокому уровню приспособляемости к внешнему миру. В данном случае недостаточно развитая Персона клиентки содержится в её сознании, а хорошо адаптирующаяся Персона – в бессознательном потенциальном состоянии, которую можно и нужно развить для более полноценной и наполненной жизни.

Трупы на символическом языке олицетворяют трансформацию, которую проживает девушка. Труп напоминает кокон, в котором «зреет» бабочка. Запущен процесс изменений, где отмирает то, что уже отжило, пришло в негодность, что более не актуально в жизни, и на смену этому придёт то, что созревает, нечто новое, более ресурсное, лёгкое и вдохновляющее. Белый труп – то внутреннее содержание, которое осознаётся клиенткой. Белый цвет – цвет алхимической стадии альбедо: рефлексии, зарождения и вынашивания новых идей внутри нас.

Чёрный же труп – неосознанное содержание, которое мы не стали интегрировать, потому как трансформации уже происходят в её психике. Насколько те процессы, происходящие в глу-

бине нашей Души, будут иметь трансцендентное влияние, если наше Эго постоянно будет жаждать их рационализировать? Мы просто доверились Самости.

Панно – это воплощение творческой энергии в материю. Это то, что имеет ценность для сновидицы, которую она посвящает своей трансформации. А также круглое панно олицетворяет мандалу. Юнг определял мандалу как внутреннюю целостность, которая упорядочивает и гармонизирует психику человека. Одним из символов Самости как раз и является круг. Создание панно напоминает психотерапевтический метод мандала-терапии, который и заключается в высвобождении внутреннего содержания и напряжения в видимую, материальную форму.

Фигура бабушки в психике сновидицы иллюстрирует тот образ жизни, который клиентка не приемлет. И девушка выбирает идти не той дорогой, по которой ступает её бабушка, а своей тропинкой, предпочитая свой жизненный Путь, свой сценарий.

Подниматься по лестнице – распространённый символ социального подъёма, более высокий уровень социализации и жизненных возможностей, к чему стремится девушка.

Изделия, вплетённые в круглый светоотражатель, которые клиентка собирает, поднимаясь по лестнице: светоотражателем пользуются фотографы, дабы отразить свет от источника и перенаправить его к деталям фото, тем самым распределяя свет более гармонично. Здесь светоотражатель выполняет ту же функцию – отражает свет Самости, равномерно распределяя психическую энергию, исходящую от неё. А также образ светоотражателя реализует защитную функцию, отражая свет источника, который сверхъярок для восприятия человека.

Для человеческого Эго чистый свет Самости может быть чреват сумасшествием. И этот сновидческий сюжет со светоотражателем указывает, что сознание сновидицы пока не готово взглянуть и воспринять чистый свет Источника. Однако Самость своим присутствием поддержала девушку и, являясь внутренним центром, гармонично распределила психическую энергию для продуктивного творческого акта и той трансформации, которая проживает клиентка. Сама Самость защитила Эго от «ослепления» и уничтожения.

Это сновидение продемонстрировало внутреннюю трансформацию двух аспектов: асоциальности, которая ассоциируется с матерью и бабушкой, и, напротив, процесс социализации, где есть потребность выйти на новый уровень развития, уметь выстраивать контакт с внешним миром и занимать более высокое социальное положение. В конечном итоге те старания, тот выбранный жизненный Путь, которым следует девушка, отказ и «умертвление» той части себя, что более не может существовать и мешает росту, реализация её творческих способностей, внутреннего содержания, интеграция Тени и приводит к отблеску Самости, которая и указывает дальнейший Путь.

Сновидения всегда сняты нам в нужный для нас момент, они разворачивают ту драму, которая происходит в нашей Душе «здесь и сейчас».

Задача сновидений – наладить связь и баланс между сознанием и бессознательным. И если мы желаем познать себя на более глубинном уровне, увидеть изнанку, где все нити переплетены и составляют единое полотно, нам необходимо читать послания, идущие от Самости.

*«Проявлять интерес к сновидениям – самое здоровое действие, которое можно совершить в заботе о себе».*

*Мария-Луиза фон Франц*

Как мы относимся к бессознательному, так и оно будет относиться к нам. Здесь важную роль играет поддержание баланса между миром внутренним и внешним, миром сновидений и реальной жизнью. Если человек погряз только лишь в мире материи, в бедной однобокости, Душа будет возвращать его, его бессознательное будет давать знать о себе как в сновидениях, так и во внешней действительности с помощью разного рода аффектов, ночных кошмаров,

через внешние события и неустойчивое психическое состояние, отражающееся как в личной, так и в социальной сфере.

Человек же, который живёт в своих фантазиях, полностью отрешённый от мира, – раб своих иллюзий. Нельзя исключить мир материи, важно в нём адаптироваться и взять для себя то, что необходимо для своего роста и расширения, а ещё важно приумножить принятое и отдать в мир. Ведь жизнь – это про обмен. Мы вдыхаем кислород, то есть берём из мира, и выдыхаем углекислый газ – делимся с миром. Если мы не будем брать или отдавать – нас рано или поздно просто не станет, потому как мы «перестанем дышать», задержав дыхание жизни.

Пример сновидения этой же девушки:

*«Я нахожусь у подруги в гостях. Она родила ребёнка, это мальчик, он очень красивый. Я стою у окна, в то время как моя подруга готовит на кухне. За окном я вижу розовые облака, как в каком-то мультфильме, я будто стою очень высоко, хотя у подруги одноэтажный дом».*

Сновидец в сновидении – это наше Эго, которое наблюдает или участвует в происходящем. Бессознательное обращает внимание, что драма разыгрывается на территории подруги. Подруга – это тот образ в психике клиентки, что несёт в себе «заземлённость» в виде работы, активных действий и решительности, ведь кухня – это пространство созидания и приёма пищи, наслаждение своим творением, плодами. Эти качества присущи теневой стороне самой сновидицы, которыми она пользуется нечасто.

Родить ребёнка – дать жизнь нечто новому, сотворить нечто осязаемое. Творение требует конкретных действий на уровне материальной жизни. Ребёнок несёт в себе огромный потенциал и ресурс для развития. Ребёнок – мальчик – потенциальный Анимус, который в психике женщины отвечает за осуществление идей во внешнем мире с помощью активных действий и принятия решений.

Сновидица стоит у окна, а за окном видит розовые мультипликационные облака, при этом ощущая себя высоко в небе, невзирая на то что стоит на полу одноэтажного дома. Эта сцена иллюстрирует тот факт, что девушка «летает высоко в облаках», в то время как её Тень готовит на кухне и живёт жизнь в материальном, физическом мире.

Бессознательное таким образом иллюстрирует то, что в психике девушки есть ресурс, предназначенный для жизни в теле, который необходимо задействовать, а не строить воздушные замки и жить в мире грёз. Это инфляция Эго, которая никак не связана с реальным взглядом на жизнь, а башни подобного рода крайне ненадёжны и всегда рушатся.

Самость представляет собой всю тотальность психического мира. И мы являемся частью этой тотальности. Толкуя свои сновидения и всё больше направляя свой взгляд внутрь, мы становимся на путь познающего и всё больше способны обнаружить своё Истинное «Я» среди шелухи того, чем мы не являемся.

## Часть 3.

### Основные архетипы, проявляющиеся в сновидениях

#### Глава 1. Персона

Персона – это архетип, являющийся посредником между нашим Эго и внешним социальным миром. Это наша маска, которая имеет свой функционал и роль, которую играет каждый из нас (мать, директор, психолог, водитель, учитель, внук, врач, полицейский и т. д.). Это некая манифестация нас в социальном мире.

С самого детства нас учат быть прилежным учеником, компетентным специалистом, заботливой домохозяйкой, послушным ребёнком, успешным мужчиной, и вдогонку мы можем слышать от других людей такие словосочетания, накладывающие определённые ограничивающие штампы на ту или иную персону, как «ты же мужчина», «ты же врач» или «ты же психолог», «послушные дети так себя не ведут», «хорошая мать так не поступает», «приличная девушка одевается иначе» и т. д.

В сновидениях архетип Персоны проявляется в атрибутах одежды, аксессуарах, марках автомобилей – во всём, что определяет наш социальный статус, а также во всех знакомых людях. Как и в жизни, надевая ту или иную одежду, мы будто подстраиваемся под этот образ: меняется наш эмоциональный фон, поведение и сама презентация себя в мире. Так и в сновидениях, если вам снится, что вы, например, выбрасываете старую одежду и покупаете новую, это говорит о том, что пора сменить свою нынешнюю роль, которая «устарела», истощила свой энергетический потенциал и более неспособна служить во благо вам и вашему развитию, на совершенно новую. Это смена ролей и идентичности. И здесь необходимо будет «примерить» эту, совершенно новую для вас, одежду, спросить у себя, какой функционал несёт это новое, где есть применение этой личины и в какой социальной сфере она востребована.

Если же вам снится, что вы тревожно меняете наряды и не можете определиться, что надеть, то, скорее всего, во внешней жизни есть трудности с самоопределением. Или, если снится, что сновидец находится обнажённым в людном месте и ему не по себе, возможно, речь идёт о потере идентичности или же человек только на пути её становления. Обращу ваше внимание, что в толковании подобных и любых других сновидений значимую роль будет играть контекст сновидения и именно ваше самоощущение в той или иной ситуации. Я привела лишь некоторые сюжеты и некоторые примеры их толкования.

Развитая Персона – значимый пазл на пути индивидуации. Человеку с недостаточно развитой Персоной находить общий язык и выстраивать внешние взаимодействия бывает очень непросто, а порой и невозможно, так как нет «подходящей одежды». Представьте себе человека, который пришёл на бизнес-встречу в бальном платье. Вот почему «менять одежды» и иметь вместительный «гардероб» в виде нашего Эго-контейнера, – нужный навык. Так человек способен в любой или почти в любой ситуации найти контакт с внешним миром, выбрав ту личину и стратегию поведения, которая актуальна «здесь и сейчас».

Однако и здесь есть свои подводные камни. На ум приходит фильм «Маска» с Джимом Керри, где у главного героя недостаточно развитая Персона, и, найдя волшебную маску, он становится всемогущ, подвергая себя опасности идентификации с ликом Бога, который начинает завладевать героем. Персона всегда отбрасывает Тень, и, ограничивая себя стереотипами

поведения той или иной маски, человек рискует идентифицироваться с ролью, а это чревато потерей индивидуальности и собственной Души. Персона важна в социуме, так как это инструмент, позволяющий налаживать обмен между миром внутренним и внешним, но очень важно «снимать одежду» и оставаться собой.

Девушке снится:

*«Я стою со своей близкой подругой, которая говорит моей старой знакомой о том, что она очень интересная личность, знакомая отвечает ей тем же. Я же начинаю напрягаться и ревновать подругу».*

Свою близкую подругу сновидица видит «знающей, духовно развивающейся, гармоничной, целостной и мудрой». В то время как знакомую – «поверхностной, приземлённой, тупой и лгуньей». И подруга, и знакомая – внутренние части психики клиентки, которые олицетворяют полярности.

Сюжет, где близкая подруга девушки обращает внимание на старую знакомую и нахваливает её, иллюстрирует внутреннюю ситуацию, в которой более зрелая часть психики сновидицы выбирает и обращает внимание на собственную Тень, делая акцент именно на её ценности, а не на ценности Эго, олицетворением которого во сне и является сновидица.

На вопрос о том, какими ценными навыками и качествами обладает её знакомая, к которой она приревновала подругу, девушка отреагировала обесценивающе. Это была реакция её гордыни, так как клиентка ставила себя выше этой знакомой. Я вербально вернула девушке данное положение дел, отметив, что как раз её гордыня мешает увидеть ценность человека и, как следствие, это препятствует интеграции бессознательного ресурса, который способен наполнить Персону девушки, благодаря которой станет возможным более полно выстраивать связь с внешним миром.

Немного погодя клиентка всё же перечислила положительные качества, которые видит в старой знакомой: ей всё равно на мнение окружающих, она делает то, что ей хочется, без стыда, она очень творческий человек и всё, за что она берётся, у неё получается, а также она умеет интересно доносить ту информацию, в которой она разбирается.

Именно эти качества и навыки так необходимы сновидице, чтобы более естественно проявлять себя и свои таланты в мире без страха отвержения и обесценивания. Таким образом, бессознательное указало на конфликт Персоны и Тени и проявило заинтересованность в том, чтобы Эго обратило своё внимание на ценность того содержания, которое нужно интегрировать в сознание для более полноценной жизни в мире и реализации.

## Глава 2. Тень

*«Вот парадокс, что продолжает будоражить нас: мы никогда не испытаем исцеления, пока не сможем полюбить наши нелюбимые места, поскольку и они тоже взывают к нам с запросом любви.*

*Наши больные места больны потому, что никто, в особенности же мы сами, не любит их».*

*Джеймс Холлис*

Архетип Тени противоположен Персоне. Если Персона – это то, что мы иллюстрируем социуму, то Тень – это то, что мы скрываем не только от других, но и от самих себя. Тень несёт в себе всё то, что «неудобно» и невыгодно в отношениях с Другим.

Когда мы ещё дети, познающие этот мир и постепенно адаптирующиеся в нём, наши родители или воспитатели нередко говорят нам, что делать можно, а что нельзя, что «плохо», а что «хорошо» (по их мнению), диктуют нам некие «нормы» и правила, а иногда и вовсе какими нам следует быть. И часто, конечно же, ребёнок подстраивается под эти нормы и правила, но только ради того, чтобы не потерять любовь взрослого и быть им принятым. Следуя за интересами и чувствами родителя, ребёнок отказывается от собственных чувств, некоего спонтанного поведения, своих интересов и предрасположенностей, и эта его часть вытесняется из зоны сознания в бессознательное, формируясь в то, что называется Тенью. И чем больше в среде, в которой растёт ребёнок, ограничений, влияющих на естественную природу нашей Души, тем больше содержания и ресурса уходит в Тень, расширяя её.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «Литрес».

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

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