

РУСАЛОЧКА – НЕМОТА РОСТА

АЛЬБИНА ЖУКОВА*

Я хочу здесь-и-сейчас прочитать с вами простую известную сказку и показать, как методы гештальт-терапии помогают прожить по-новому, понять ее человеческую историю и создать на ее основе исцеляющее средство.

Эта сказка интересна тем, что отправляется в путь, меняет облик, совершает поступки женская героиня. Мужской герой остается как бы «одним и тем же», застывшим. Поэтому для меня эта сказка о развитии женской способности любви и о внутреннем пути, который проходит женщина, чтобы установить глубинные отношения с мужчиной. Если первая цель в ходе ее душевной трансформации – осуществление человеческой любви – русалочкой¹ достигнута, то вторая цель, при осуществлении которой лишь и возможно ее человеческое счастье, а именно установление равных, обязательных и ответственных отношений с мужчиной – не достигнута. При этом русалочка околдована злой ведьмой: у нее отсутствует ее неповторимый чудесный голос. Это значит, что какая-то очень важная ее часть не живет в этих отношениях с мужчиной. Моя задача – не пропустить скрытые здоровые импульсы, найти и вернуть то, что не живет.

Вот перед вами группа. В ней наверняка есть Русалочка, и не одна. Ее легко узнать по ее истории.

Она всегда влюбляется в человека, который по каким-либо причинам труднодоступен (женат, плохо знакомы, иностранец), он недоступен и психологически: он представляется лучше, красивее, умнее, единственным в своем роде, он недоступен еще и потому, что она боится приблизиться к нему из-за страха самой себя, из-за того, что обрушит на

* *Жукова Альбина* – психолог, психотерапевт, сотрудник МГИ, сертификат Гештальт Института (Франкфурт), свидетельство Международной Ассоциации Аналитической Психологии (Лондон).

¹ Грамматическое пояснение: русалочка пишется с маленькой буквы, когда речь идет о действующем лице сказки и с заглавной буквы, когда имеется в виду роль, принятая участницей группы.

него все сразу, и он не выдержит. Поэтому свет и тепло ее любви к нему льются на всех окружающих, и все, случайно облагодетельствованные, приходят в движение, влюбляются; влюбляется, оживает в этом потоке и избранный. Не подозревая об этой любви, дальше он женится на подруге или знакомой, или в ближайшее время после того, как «проснулся», меняет свою личную жизнь, а она либо поддерживает добрые отношения с его семьей, либо бесследно исчезает, как положено по условиям сказки. Когда все так заканчивается, любовь проходит, наступает сильная депрессия до нового периода влюбленности.

Если она переживает свою историю первый раз, то она еще не готова осознавать и менять свою роль, но готова действовать из своей роли и развивать ее. Если это не в первый раз, то она осознает порочность этого круга и готова задуматься над тем, почему она каждый раз возвращается в него, хотя за этим стоит боль, подобная той, когда живое разделяют надвое.

Почему наша Русалочка снова и снова идет на это? Почему русалочка в сказке разрезает себе надвое хвост и отправляется на берег, зная, что каждый шаг по земле будет ранить ей ноги?

Говорят Русалочки-участницы группы:

Как только Он появляется, уже невозможно остановиться – это ведь любовь, значит – это жизнь. Это яркие краски. Мгновения длятся целую вечность. Весь мир оживает – только для него, есть только Он – один-единственный на земле. И я дышу одним с ним воздухом, смотрю на одно солнце. Это переполненность чувствами, это счастье. Все вокруг заполнено энергией любви, это блаженство, которое сильнее страха и боли. «Я думала, что я в раю». Это творчество, это открытие всему миру. Вокруг начинают радоваться и влюбляться. Есть любовь! – И другие живут ее светом. Это творчество. Я так много от этого получаю.

«Я бы отдала все свои сотни лет за один день человеческой жизни», – говорит русалочка в сказке. Вот почему ничто не может ее остановить.

Есть женщины, которые легко идентифицируют себя с русалочкой – хрупкие, незащищенные, романтические. Есть другие, которым это удастся труднее. Очень важно, чтобы группа разделила эти переживания и соприкоснулась с хрупкой, незащищенной, любящей и тоскующей по любви частью себя.

В сказке существует очень сильная поляризация: прекрасная беззащитная русалочка и безобразная всемогущая ведьма. А если безобразная русалочка и прекрасная ведьма? Что вы чувствуете теперь по поводу этой истории? Я ношу с собой разные изображения русалочки: она может быть толстой, блаженной с глупым лицом, мускулистой, с толстыми ногами, с широкими бедрами, совсем худой. Если, скажем, для зрелых людей отношение к русалочке не изменяется, и даже усиливается

сочувствие, то для подростков – все иначе: любовь русалочки обесценивается, начинается хохот, о сочувствии перестает идти речь, ее даже обвиняют в том, что она многого захотела, – в общем, проявляются типичные подростковые стереотипы отношения к внешности. В таких моментах я вижу богатые возможности этой сказки и сказки вообще для работы с подростками.

Я прошу внимательно слушать сказку и следить за своими чувствами и состоянием, потом выбрать эпизод или два, которые вызвали наиболее сильные эмоции, попробовать разобраться в них, описать и потом назвать их. На этой фазе работы всплывает много неулаженных ситуаций из жизни, и если в группе не проявилась Русалочка, то это – возможный путь для работы. Затем я предлагаю в том месте, где возникли эмоциональное волнение, несогласие, изменить сюжет сказки и продолжить ее самым так, чтобы то чувство, которое проявилось, было бы как-то реализовано в действиях героини, чтобы возникшая эмоция разрядилась, сработав.

Я выбираю несколько мест из сказки и прочитываю их: радость русалочки от своего пения, тоска о земном принце, решение обратиться за помощью к морской ведьме. Договор с морской ведьмой.

Описание отношений Русалочка – Принц. Момент узнавания принцем о принцессе из соседнего королевства той, которая его спасла.

Переживания Русалочки на празднике в честь свадьбы принца. Эпизод с сестрами, получение ножа для убийства принца, выбрасывание его назад в море.

Удивительно, что каждый из эпизодов выбирается как точка для изменения сюжета с равной частотой, и в каждом сочиненном новом сюжете мы находим в конце концов типическое содержание. В зависимости от точки и характера поворота, у нас получались истории Татьяны Лариной, Золушки, Клеопатры, одна из ролей Ким Бессинджер...

Я остановлюсь лишь на двух местах, изменение в которых вызывает наибольшее неприятие у нашей Русалочки, которые являются ей как бы чуждыми и незнакомыми. Я рассматриваю их как неосознанные полярности, как «не-она», как теневую часть ее личности.

Первый «чуждый» образ возникает из эпизода с ведьмой. Здоровое чутье подсказывает участницам группы, что как-то неправильно оставлять героиню совсем без способностей колдовать, ведь русалка мифологически очень сильное и опасное существо, оно завлекает, может защекотать и захохотать до смерти. Участницы создают в этом месте образы Хитрости и Коварства: очень активных в дворцовом окружении принца женщин, организующих поток событий в благоприятном для себя направлении. Например, сюжеты о том, как она находит себе друзей и помощников в лице священника, или подчиняет себе окружение принца с помощью манипуляций и т.д. Участницы пытаются вернуть ей часть силы, но наша реальная Русалочка активно отказывается от нее, почему?

Почему же Русалочка отвергает ведьмины стороны личности и вообще активность, свою способность воздействовать на ситуацию в своих целях, которую можно сравнить с колдовством?

Очень странно, что в ситуации, когда любая женщина искала бы доброй помощи и совета, русалочка обращается к ведьме. Не очень удачный выбор, но похоже, что у нее его и нет! По сказке у русалочки нет матери – только отец и старая бабушка, далекая от устремлений своей внучки, в то время как ведьма все знает о ней заранее: «Знаю, знаю, что ты замышляешь, красавица», – однако нужно быть одним и тем же, чтобы иметь такое знание!

Если мы рассмотрим персонажей сказки как внутренние аспекты личности Русалочки, то речь может идти о женщине, отягощенной сильным негативным материнским комплексом. Ведьма – негативная материнская фигура, вытесненная и отщепленная от сознательной личности.

Любовь для Русалочки является фактически спасением, спасением от самой себя, от неосознанной «ведьмовской» части и деструктивных импульсов. Для нее любовь несет возможность нового, так как в ней она находит связь с мужским началом в жизни и в себе (Анимус), и это приносит целостность, устойчивость, жизненность, открывает ее творчеству и общению. Поэтому, когда любви нет, начинается сильная депрессия. Но, чтобы реализовывать человеческую любовь, нужно отделиться и трансформировать русалочье в себе: эгоистическое отношение к Другому как существующему только для меня, когда он важен и ценен исключительно в связи с моими желаниями, моей самореализацией.

Добиться любви по сказке возможно лишь тогда, когда Русалочка будет способна жить на земле. Это можно понять как необходимость отделения от материнского:

мужскому нет места там, где русалочка находится в начале сказки, для него вода – опасность, гибель, поглощение. В воде можно увидеть традиционную проекцию материнского образа со всеми двусторонними нуминозными свойствами матери. Этот переход является переходом от внешней поддержки к самоподдержке, к опоре на себя, поскольку ноги в теле выполняют функцию поддержки; ступня, кроме этого, является символом души: служа опорой телу, она не позволяет человеку пасть (К.Х.Эдуардо, 1994, с.341).

Когда у Русалочки появляются ноги, когда женщина находит автономные источники своей жизненности и самоподдержки – она может встретиться с индивидуальным Мужским.

В свою очередь, принц ждет встречи с той, которая его спасла. Для него это девушка из храма, женское, связанное с божественным. Он не узнает свою мечту в реальности. Русалочка не помогает, она молчит. Встреча произошла и не произошла, так как переход к новому способу

жизни лишает ее прежних очень важных способностей. Что делают влюбленные в период ухаживания, сближения? Они беседуют, читают друг другу стихи, в мифах и сказках – поют песни любви, которые являются диалогом с любимым, обращением к нему, фантазиями о том, что они могут – хотят – должны дать друг другу. Тем самым происходит установление глубоко индивидуализированных отношений. Немота – невозможность придать смысл прикосновениям и взглядам, оформить переживания и сделать их доступными другому. Немота создает дистанцию с другим, без слов трудно понять чувства другого, а русалочка даже не может плакать. Чувства остаются недоступны окружающим. По-прежнему непонятно: любит ли она принца ради него самого или любовь ее оттого, что ей так хорошо рядом, что она одна может заботиться о нем, и он принадлежит ей?

Немота и боль для меня не являются проявлениями нового уровня развития, напротив, тем самым русалочка лишается своей индивидуальной истории и возможности выразить свои истинные потребности. Я думаю, что они являются негативным следствием (регрессом) разрыва существенной связи: чтобы Русалочка могла освободиться, ведьма отделяет от себя часть своей крови. Это разрыв кровных уз с обеих сторон: у Русалочки будут кровоточить ноги, знак того, что новый способ жизни – неродной ей, она не может полностью к нему приспособиться. Ведьма – эгоистичное, захватывающее (вспомним окружающих ее дом полипов) начало, для нее отдать=проиграть, за необходимость выпустить свое, за независимое стремление к иному счастью – помогает и мешает. Боль и немота здесь восходят к мотиву наказания: например, наказание ангелом немотой усомнившегося священника Захарии. Его немота лишает его прежней роли – возможности проповедовать. (Евангелие от Луки). Это плата в смысле ответственности за последствия выбора, а не расплаты за услугу, как это представлено в сказке. Немота – расплата и условие освобождения от русалочьей части себя, проявление того, что русалочка устанавливает дистанцию со своим негативным комплексом, к которому она, в силу своей ситуации (любовь) подошла очень близко: действительно, было бы очень просто сказать принцу, что она и есть та, кто его спасла, и тем самым привязать к себе благодарностью и его желанием-решением жениться на той, кто его спасла. Не делая этого, она оставляет ему свободу узнать или не узнать в себе ту, которая могла бы его спасти. Она пытается оторваться от эгоистичного захватывающего материнского, ей необходимо подавлять его, чтобы оно не прорвалось. В гештальт-терминах она перемещается в противоположность или в противоположную полярность. В отрыве от материнского она проявляет новые черты служения другому, зависимости от другого и не может проявлять прежние позитивные черты индивидуальной силы, они подавляются, остаются на другом полюсе,

вместе с негативом (их забрала морская ведьма). Источник ее самоподдержки поврежден – ноги кровоточат.

Я хочу привести как пример случай с девушкой, которая в общении со сверстниками удерживала друзей тем, что старалась стать незаменимой, неосознанно проявляя черты доминирующей критичной матери, при этом она была очень одаренной: свободно владела иностранным языком и даже писала песни на нем, но в ситуации общения с возлюбленным-иностранцем вместе с отказом от стремления делать себя нужной (это было даже просто трудно осуществить) теряла и свою эго-функцию: никогда не могла ни спросить о том, что она значит для него, ни рассказать о своих чувствах к нему. В ситуации более близкого и личностного общения она как бы теряла смысл слов и испытывала сильную растерянность. Она просто молчала и думала: «Ну как же, неужели он ничего не понимает?» – оставаясь для него, по ее собственному представлению, «маленьким русским другом».

Если мы продолжаем дальше рассматривать действующих лиц сказки как стороны одной личности, то появление на горизонте действительной, обучавшейся в монастыре принцессы – мечты принца – свидетельствует о том, что в трудной ситуации новые позитивные стороны окрепли и развились, произошла земная эволюция, найден источник сил не в другом, а в своей любви, тем самым русалочка приблизилась к установлению отношений со своей мужской стороной: теперь она не отпугнет ответную любовь неосознанным комплексом владеть, не давать=победить, теперь возможен равный ответственный обязывающий союз.

Усиление одного полюса усиливает противоположный полюс – встреча с эгоистичной агрессивной частью происходит еще раз: появление сестер с ножом, символов теневой, русалочьей стороны, можно понять как желание уничтожить то, что не будет принадлежать мне. Если не мне – то никому! В группе в этот момент проявляются настроения мести – появилась Клеопатра, убивающая мужчин после проведенной с ней ночи, героиня Ким Бессинджер из «Девяти с половиной недель»; отметим, что это крайне эротические образы, и их появление представляется неслучайным: в сказке сестры в расплату отдают ведьме свои длинные волосы – атрибут женской эротической привлекательности. Пытаясь убедить Русалочку одобрить их, принять их как стороны себя, участницы группы в этих ролях говорят не о желании причинить боль, но о стремлении остаться сильной индивидуальностью. По сути, это еще одна сторона того же самого негативного комплекса (полюса), когда важно не просто не быть зависимой, но оказаться сильнее. Тем не менее, это очень важно – соединиться с силой, пусть через агрессию. Русалочка берет нож и переживает эпизод борьбы сама с собой (момент энгпаса в гештальте): нож дрогнет в ее руках лишь в тот момент, когда принц произнесет имя жены. В приложении к женщине это можно понять так, что развитие и освобождение от стремящейся владеть стороны возможно лишь при

наличии любящей поддержки со стороны мужчины. После этого русалочка бросает нож туда, откуда он пришел – появляется кровь. Уничтожена ли тем самым ведьма? Окончателен ли разрыв и освобождение? Может быть, ведь в следующий момент ей в реальности удастся воссоединиться с божественным, сила и энергия теневой стороны трансформируется в нечто, связанное с вечным. Вспомним, принц мечтал о служащей богу девушке из храма, и вот в конце сказки перед нами личность с развитым духовным измерением. Под действием первых лучей солнца (духа?) русалочка воспаряет вверх (верхняя вода?) и первый раз в жизни может плакать (освобождение чувств?). Она превращается в существо воздуха, чтобы служить всем нуждающимся. Она несет не угрозу Другому, не жажду любви извне, но отраду и исцеление. Ее сердце открылось для любви.

В начале работы со сказкой я следовала гештальтистской идее работы со снами: каждый образ сна является проекцией личности сновидца, имея в виду для себя на заднем плане юнгианскую идею о том, что сказка описывает типическое человеческое развитие в направлении внутренней автономии и личностной силы (*Von Franz M.-L.*, 1978). Роль группы заключалась в усилении заданных сказкой полярностей, в расширении набора смыслов за счет обращения к своему человеческому опыту и фантазии. Конечно, по ходу работы я фиксируюсь на проблеме Русалочки. Проживая и отыгрывая теневые стороны женской личности, группа работает на нее: от того, насколько безбоязненно, открыто, с удовольствием и творчески представляются проявления сторон сущности ведьмы, будет зависеть, найдет ли их привлекательными и симпатичными неожиданно для себя Русалочка и как к этому отнесется, признает ли их существование в себе.

Здесь кончается первый этап работы, который создает место и задачу для работы с полярностями. Полярности (я назову их еще раз: любовь к себе – любовь к другому) в сказке усилились и уничтожили друг друга; возникло что-то совсем новое – существо воздуха, обладающее неизмеримой свободой, в том числе неограниченной способностью любить. Как будто границы сердца раздвинулись, как будто открылась сердечная чакра. «Человеческое сердце может вместить в себя весь мир, если оно готово настолько открыться» (гештальт-буддизм). Эффект трансформации и освобождения является целительным для всей группы.

Если я рассматриваю работу ведущего с точки зрения гештальта, то фигура для меня – загадка сказки, фон – человеческая в личном и экзистенциальном плане история. Для некоторых участников это определенно наоборот, что сильно продвигает работу, являясь условием для смены фигуры и фона. Фигура и фон постоянно меняются местами: участники отталкиваются от сюжета, вносят в него свои чувства и размышления, потом появляются, к примеру, Ким Бессинджер или Клеопатра (культурный слой), потом происходит возвращение к сюжету и

русалочке, прояснение ее образа, и цикл повторяется. Происходит извлечение архетипической закапсулированной в образе сказки надежды и прыжок из и поверх себя – закономерный этап гештальт-процесса, или в юнгианских терминах – прыжок к трансцендентному.

Благодарю всех участниц за восхитительную, вдохновенную работу, без которой эти открытия были бы невозможны. Приношу извинения за возможные искажения при цитировании.

ЛИТЕРАТУРА

К.Х. Эдуардо. Словарь символов. – М.; REEL-book. 1994. – 341с.
Von Franz M.-L. Das Weibliche im Maerchen, Bonz, Stuttgart, 1978.