

Карл Густав Юнг

Модерния човек в търсене на душата си

<olekkk.hit.bg/C.G.Jung_Modern.htm>

Стадиите на живота

Разработването на темата за стадиите в човешкото развитие е сложна задача, която включва изграждането на цялостна картина на физическия живот от раждането до смъртта. Настоящото изложение няма за цел да описва нормалните физически събития през различните стадии. Ние ще се ограничим с разглеждането на някои "проблеми", т.е. с нещата, които са трудни, спорни и нееднозначни; или иначе казано с въпросите, които позволяват повече от един отговор като всеки от тях подлежи на съмнение.

Физическият живот на цивилизования човек е пълен с проблеми, нещо повече - ние не бихме могли да мислим за него извън термините на проблема. Нашите психични процеси са изградени от множество разсъждения, съмнения и експерименти, всички до един почти изцяло чужди на подсъзнателния, инстинктивен ум на примитивния човек. Именно развитието на съзнанието е в основата на съществуващите проблеми. То е съмнителният дар на цивилизацията. Отвърщането на човека от инстинкта и противопоставянето му на този инстинкт създава съзнанието. Инстинктът е природа и се стреми да увековечи природата. Съзнанието търси единствено култура или нейното отрицание. Дори когато се връщаме обратно към природата по призива на Русо, ние "култивираме" природата. Докато сме потънали в природата, ние сме безсъзнателни и живеем в сигурността на инстинкта, който не знае проблеми. Всичко в нас, което принадлежи на природата е избягало от проблема - неговото име е съмнение, а където има съмнение, там има несигурност и възможност за различни варианти.

Когато имаме няколко пътя, ние губим сигурността на инстинкта водач и попадаме в лапите на страха. Съзнанието в този момент е призовано да даде на своите деца това, което природата винаги им е давала, а именно твърдо, несъмнено и неоспоримо решение. И тук се издига камарата от чисто човешките страхове, че съзнанието - нашето Прометеевско завоевание - в края на краищата ще се окаже неспособно да ни замени природата.

Проблемите ни тласкат в осиротялото и самотно състояние на изоставени от природата и тласнати към съзнанието. Пред нас няма друг път. Ние сме принудени да прибягваме до вземане на решения в ситуации, в които преди сме разчитали на природните феномени. Следователно, всеки проблем носи възможността за разширяване на съзнанието, но също и необходимостта да се разделим с детското безсъзнателно и вярата в природата. Тази необходимост е от такова значение като физичен факт, че е залегнала в едно от основните символични учения на християнската религия. Това е жертвоприношението на природния човек - безсъзнателно и невинно същество, чийто трагичен път започва с изяждането на райската ябълка. Библейското падение на човека представя раждането на съзнанието като проклятие. Именно в тази светлина ние гледаме на всеки проблем, който ни подтиква към по-голямо осъзнаване и ни разделя още повече от рая на безсъзнателното детство. Всеки от нас с удоволствие обръща гръб на проблемите си. Ако е възможно, те не се споменават ил и съществуването им направо се отрича. Ние искаме да направим живота си прост, сигурен и приятен, затова проблемите са табу. Ние избираме да имаме сигурност, а не съмнение, резултати, а не експерименти, и не знаем, че сигурността идва през съмнението, а резултатът - чрез експеримента. Изкуственото отричане на проблема не създава убеждение. Напротив, едно по-обширно и висше съзнание е призовано да ни даде сигурността и яснотата, от които се нуждаем.

Разглеждайки въпросите на физическия живот, ние непрекъснато засягаме въпроси от различни области на познанието. Ние притесняваме и ядосваме теолози и философи, лекари и учители, дори стъпваме в полето на биологията и историята. Това се дължи не на нашата

арогантност, а на факта, че човешката душа е уникална комбинация от фактори, които далеч надхвърлят границите на една конкретна научна област. Защото човек създава науки през собствената си специфична вътрешна конституция. Науките са симптомите на неговата душа.

Пред нас стои въпросът "Защо човекът, за разлика от представителите на животинския свят, има проблеми?". Ще се опитаме да отговорим на този основен въпрос. Няма проблем без съзнание. Тук възниква нов въпрос: "Как възниква съзнанието?" Никой не би могъл да каже със сигурност, но ние можем да наблюдаваме при малките деца процеса на формиране на съзнанието. Всеки родител би могъл да го види, ако е достатъчно внимателен. Когато детето разпознае нещо или някой, когато познава лице или предмет, тогава ние усещаме, че детето има съзнание. Не случайно в Рая именно дървото на познанието е родило съдбоносните плодове.

Какво значи разпознаване или познание в този смисъл? Говорим за "познаване" на нещо, когато можем да свържем едно ново възприятие с вече установен контекст по начин такъв, че да държим в съзнанието си не само новото възприятие, но също и контекста. "Познанието" се основава на осъзнатата връзка между психични съдържания. Не можем да имаме познание за несвързани съдържания, ние не можем дори да ги осъзнаем. Първият стадий на съзнателността, който можем да наблюдаваме се изразява в установяването на връзка между две или повече психични съдържания. На този етап съзнанието е случайно и нетрайно. То се свежда до репрезентацията на няколко връзки като съдържанието не се помни. Затова през ранните години от живота няма трайна памет. Съществуват нещо като островчета на съзнателност, единични светещи обекти сред плътен мрак. Тези островчета на паметта обаче са нещо по-различно от първоначалните връзки между психични съдържания; те съдържат нещо повече и нещо ново. Тази новост е много значима последователност от свързани съдържания, която формира т.нар. его. Егото е обект на съзнателността, затова в началото детето говори за себе си обективно, т.е. в трето лице. Едва по-късно, когато его-съдържанието се натовари със собствена енергия, възниква усещането за субективност или Азовост. Не може да се сбърка момента, когато детето започва да говори за себе си в първо лице. Тогава се слага началото на цялостната его-памет.

В детския стадий на съзнанието все още няма проблеми. Нищо не зависи от субекта, тъй като детето все още е изцяло зависимо от неговите родители. Сякаш то все още не е изцяло родено, а се намира затворено в психичната атмосфера на родителите си. Психичното раждане и заедно с него съзнателното отделяне на егото от неговите родители се случва в пубертета при изригването на сексуалния живот, физиологичните промени са съпроводени с психична революция.

Различните телесни проявления поставят акцента върху егото. Юношата често изразява и утвърждава себе си с всички сили, на всяка цена и без усет за мярка. Тази възраст се описва като "непоносимата" възраст.

До този период психичният живот на индивида е управляван от импулси като проблемите са редки или липсват. Дори когато външни ограничения се поставят пред вътрешните импулси, тези пречки не поставят индивида в ситуация на вътрешен конфликт. Той им се подчинява или ги заобикаля, но и в двата случая запазва вътрешната си цялост. Той все още не познава състоянието на вътрешно напрежение, което носи проблема. Това състояние възниква едва когато външното ограничение се превърне във вътрешна пречка и един импулс се противопоставя на друг. Или, проблем имаме, когато срещу една съвкупност от его-съдържания се изправи равна по интензивност втора съвкупност. Тази втора съвкупност, поради високата си енергетичност придобива функционална значимост равно на его-компекса и може да бъде наречена "второ его", което в определени случаи измества първото от лидерската позиция. Това раздвоение води до отчуждаване от себе си, което се нарича проблем.

Като обобщение: Първият стадий на съзнателността, изразяващ се в разпознаване и "познаване" е едно анархично или хаотично състояние. Вторият - стадият на развития его-комплекс - е монархична или монистична фаза. Третият стадий - още една стъпка към съзнателността - се изразява в осъзнаването на собствената ни раздвоеност. Това едуалистична фаза.

И така достигахме до темата за стадиите на живота. Първият период, с който ще се занимаем е младостта. Това е периода от края на пубертета до средната възраст (35-40). Що се

отнася до детството, комплексния психичен живот на детето е проблем от първа важност за родители, учители и лекари, но нормалното дете няма истински собствени проблеми. Едва когато порастне, човек може да има съмнения по отношение на себе си и вътрешни конфликти.

Всички ние сме запознати с проблемите на младостта. За повечето хора изискванията на живота грубо слагат край на детските мечти. Ако индивидът е достатъчно добре подготвен, преходът към професионална кариера може да се осъществи плавно. Но ако той се подведе по илюзии, противоречащи на реалността, то проблем със сигурност ще възникне. Никой не предприема каквато и да е жизнена стъпка, без да има някакви очаквания - често те се оказват погрешни. Иначе казано, те не отговарят на условията, в които индивидът е попаднал. Често става дума за преувеличени очаквания, за подценени трудности, за неоснователен оптимизъм или за негативна нагласа. Много са погрешните очаквания, които подхранват ранните, съзнателни проблеми.

Но не винаги разминаването между очакванията и реалността е източникът на проблемите. Той може да е и във вътрешно-психични смущения. Те съществуват дори, когато в отношенията си с външния свят човек се справя добре. Често става дума за смущения в психичното равновесие, предизвикани от сексуален импулс или за комплекс за малоценност, бликнал от изключителна чувствителност. Тези вътрешни затруднения могат да възникнат дори, когато адаптацията към външния свят е постигната без видими усилия. Обичаен феномен е, че младите хора водили люта битка за тяхното състояние обикновено не развиват вътрешни проблеми, и обратно, тези, които по една или друга причина лесно са се адаптирали и устроили, страдат от сексуални проблеми или чувство за малоценност.

Хората, чиито темперамент създава проблеми често са невротични, но в никакъв случай не може да се отъждествява наличието на проблеми с невроза.

Има отчетлива разлика между двете, състояща се в това, че невротикът е болен, защото не осъзнава своите проблеми, докато човекът с труден темперамент страда от своите осъзнати проблеми без да е болен.

Ако може да се формулира нещо общо между всички проблеми в периода на младостта това е склонността за връщане към детското ниво на съзнателност - бунт срещу съдбоносните сили в нас и извън нас, които целят да ни въвлекат и обвържат със света. Една част от нас се опитва да остане дете, да бъде безсъзнателна или, най-много, да осъзнава само егото, да отхвърля всичко чуждо (външно) или поне да го подчинява на собствената си воля; да не прави нищо или да се отдаде на задоволяване на собствения си стремеж към наслада и власт. Наблюдава се инерционен феномен: стремеж за запазване на предишното състояние, чието ниво на съзнателност е по-ниско, ограничено и по-егоистично от това на дуалистичната фаза. През тази фаза индивидът е принуден да признае и да приеме неща, които са различни и чужди за част от собствения си живот - за някакво особено "алтер-его".

Разширяването на жизнения хоризонт е основна характеристика на дуалистичния стадий - именно към това са насочени и съпротивите. Този процес започва още от раждането, когато детето напуска тясното пространство на майчината утроба и се интензифицира до момента, в който през дуалистичната фаза, индивидът започне да бори с него.

Какво би се случило ако човек просто се промени, превърне се в онова чуждо "алтер-его" и позволи на първоначалния му Аз да изчезне в миналото? Религията се опитва да постигне именно това. Но психологията учи, че в известен смисъл нищо в душата на човека не е старо, нищо реално не може окончателно да умре.

Този, който се пази от всичко ново и непознато и регресира в миналото, изпада в същото невротично състояние като онзи, който се идентифицира с новото и бяга от миналото. Принципно и двамата правят едно и също: опитват се да запазят едно по-стеснено състояние на съзнанието. Алтернативата е то да се разруши с енергията на противоположностите - през дуалистичната фаза - и след това да се изгради един стадий на по-обширна и по-висша съзнателност.

Това би било добро решение, но тук идва и проблемът. На природата изобщо не и пука за високото ниво на съзнание, даже напротив. От друга страна обществото не оценява високо подобен подвиг на душата, то дава своите награди за постижения, а не за личност. Личностните качества обикновено са оценявани посмъртно. Така, за да осигурим социалното си съществуване

ние сме принудени да се задоволим с постижимото и да развием специфичните годности. Постиженията и практичността са идеали, които възникват, за да ни изведат от объркването сред натрупаните проблеми. Те биха могли да ни помогнат да пуснем по-здрави корени в света, но не могат да ни водят към по-висше съзнание, което наричаме култура.

Дилемата често се решава по следния начин: всичко, което ни е дадено в миналото, е съобразно изискванията на бъдещето. Ако се задоволим с постижимото, това значи, че се отказваме от целия си потенциал. Едни губят значима част от своето минало, други - значима част от своето бъдеще.

Сериозните проблеми обаче никога не са напълно решени. Ако в някой момент ни се стори, че са решени, значи нещо е било загубено. Смисълът и предназначението на проблема изглежда не е в решението му, а в непрекъснатата работа върху него.

Колкото повече се приближаваме до средата на живота и колкото повече се барикадираме за личните си гледни точки и социални придобивки, толкова по-отчетливо ни се струва, че сме открили правилния път, истинските идеали и поведенчески принципи, започваме да ги възприемаме като всеобщо валидни, а неизменната вярогност към тях превръщаме в добродетел. Ние напълно пренебрегваме факта, че постиженията ни, които обществото е наградило, са извоювани за сметка на нашата личност. Прекалено много аспекти от живота, които трябва да бъдат преживяни, лежат в килера сред прашни спомени.

Статистиките сочат рязко увеличение на депресивността при мъжете около четиридесет. При жените невротичните проблеми принципно за почват малко по-рано. Счита се, че в тази фаза на живота - между 35 и 40 години - започват значими промени в човешката душа. Тази промяна не е съзнателна и целенасочена, тя се проявява в индиректни послания за промяна, идващи сякаш от несъзнателното. Често това прилича на бавна промяна в характера на личността, друг път се възраждат черти изчезнали в детството, едни склонности и интереси започват да отслабват, а други заемат тяхното място. Случва се така, че често убеждения и принципи приемани до този момент - особено в областта на морала - се затвърждават и стават ригидни, за да се стигне до 50-те когато се наблюдава период на нетолерантност и фанатизъм. Това се обяснява с факта, че тези принципи са застрашени и за да не ги оспори, индивидът се вкопчва в тях още по-здраво.

Виното на младостта не се избистря с напредването на възрастта. Често то става даже по-мътно. Гореспоменатите проявления се наблюдават най-ясно при сравнително едностранчиви хора като възникването им може да бъде по-рано или по-късно във времето. Последното се свързва с факта, че родителите на индивида са все още живи. В такива случаи периодът на младостта се удължава изкуствено. Този феномен съм наблюдавал главно при мъже, чиито бащи са дълголетни. В тези случаи смъртта на бащата води до внезапно - често катастрофално - съзряване.

Най-често невротичните проблеми в зрялата възраст са свързани с опита на хората да пренесат психичните диспозиции на младостта през прага на "благоразумната" възраст. Невротикът най-често е човек, който никога не може да има нещата, които иска в настоящето, и едновременно с това никога не може да се наслади на миналото. Както на времето невротикът не е успял да се измъкне от детството, така и сега той не може да се раздели с младостта. Той бяга от мрачните мисли за напредващата възраст и тъй като перспективата пред него му се вижда непоносима, избягва да гледа пред себе си. Точно както малкото дете бяга от непознатото в света и човешкото съществуване, така възрастният човек бяга от втората половина на живота си. Той се държи сякаш от него се очаква да изпълнява непознати и опасни задачи; или сякаш му предстоят жертви и загуби, които той не е готов да приеме, или сякаш живота му до този момент му е толкова скъп, че той не би могъл да се справи без него.

Дали в дъното на всичко това не стои страхът от смъртта? Това не ми се струва много вероятно, защото принципно смъртта е все още далеч във времето и на нея се гледа малко или много в абстрактна светлина. Опитът показва, че в основата на всички затруднения в този преходен период са дълбоките специфични проблеми в самата душа. За да илюстрирам този процес ще дам пример с движението на слънцето такова каквото е в човешкото преживяване и в ограниченото човешко съзнание. Сутрин то изгрява от нощното море на безсъзнателното и поглежда към широкият светъл свят, който лежи пред него и тръгва да го завладява като се

изкачва все по-високо. С разширяването на собственото му поле на действие предизвикано от изгряването му, слънцето постепенно открива своята значимост. В негова цел се превръща най-високата възможна точка, от която залива в най-голяма степен света със своята благодат.

От тази гледна точка слънцето разглежда и своя заник. След апогея започва залеза и той е точно обратното на всички идеали и ценности, които сме почитали "сутринта". Слънцето влиза в противоречие със себе си. Изведнъж то трябва да започне да черпи от лъчите си вместо да ги излъчва.

Един френски афоризъм обобщава гореказаното с цинично примирение: Да знаеха младите, да можеха старите...

За щастие ние хората не сме изгряващи и залязващи слънца. И все пак има нещо сходно и да се говори за утрото (пролетта) или вечерта (есента) на живота не е просто сантиментален жаргон. По този начин ние отразяваме психологична истина, психологичен факт, тъй като след средата на живота се променят дори телесни характеристики - особено при южните раси възрастните жени получават удебеляване на гласа и огрубяване на лицевото изражение, докато при старците се забелязва известна феминизация. Мъжките ценности успоредно с тялото започват да се трансформират в своята противоположност. В първата половина от живота си мъжът използва главно мъжкото си парче и в минимална или нищожна степен - женското. През втората половина от живота женското парче влиза в употреба. Аналогичен е процесът при жените. Тази трансформация засяга в много по-голяма степен психичното пространство отколкото физичното. Често се случва мъже между 40 и 50 години да си зарежат бизнеса и в този момент жените им да наденат панталони и да открият малко магазинче, в което да използват мъжа си за момче за всичко. Голям процент от жените се отварят за социални отговорности и социална осъзнатост едва след 40-тата си година.

Много често тази трансформация е съпроводена с различни семейни катастрофи.

Най-лошото от всичко е, че дори интелигентни и образовани хора не са осведомени за възможността от подобни трансформации. С други думи, те навлизат във втората половина от живота си абсолютно неподготвени. Нещо повече, те навлизат в нея с погрешните очаквания, че техните истини и идеали ще им служат и напред както и до момента. Но ние не можем да изживеем следобедна на живота си според "сутрешната си програма" - страхотните сутрешни неща са нищожни вечер, което е било истина сутрин, вечер става лъжа.

Възрастните хора трябва да знаят, че животът им не е последователност от възход и падение, а неизбежни вътрешни процеси са в основата на тези противоречиви явления. За младия човек е грях и опасност да е прекалено ангажиран със себе си, но за възрастния човек това е дълг и необходимост. След като е разпилявало лъчите си по света, слънцето се отдръпва и затваря за да освети себе си. Вместо това обаче много възрастни хора предпочитат да бъдат хипохондрици, доктринери, апологети на миналото или вечни младежи - жалки заместители на самоозаряването, но неизбежни последици от заблудата, че втората половина от живота трябва да бъде управлявана от принципите на първата.

Човешките същества със сигурност не биха живяли до 70-80 години, ако последните десетилетия от живота им нямаша значение за вида, към който принадлежат. Следобедът на човешкия живот също има своето значение и не е просто безсмислен придатък на жизненото утро. Първата половина на живота има важни задачи свързани с развитието на индивида, адаптирането му към външния свят, продължението на рода и грижа за децата. Това са очевидно природни цели. Печеленето на пари, социалното съществуване, семейството и потомството нямат нищо общо с културата. Културата е нещо отвъд природните цели. Дали пък културата не е смисълът и целта на втората половина от живота?

В примитивните племена старите хора почти винаги са пазачи на тайните и законите, иначе казано, на културното наследство на племето. Къде е мъдростта на нашите стари хора - къде са техните тайни и прозрения? Повечето старци се опитват да се конкурират с младите. В САЩ сякаш идеалното поведение за бащата е да бъде брат на сина си, а за майката - по възможност по-малка сестра на дъщеря си.

Не знам каква част от това объркване е реакция на предишно преувеличение на достойнството на възрастта и каква част се дължи на фалшиви идеали. Тези идеали безспорно

съществуват у хората, чиито цели са заложили в миналото, а не в бъдещето. Затова те непрекъснато драпат да се върнат назад. За тези хора е трудно да се преориентират през втората половина от живота си към нови цели, различни от тези през първата.

За много хора е фатално да погледнат в миналото си. За тях е жизнено важно да имат пред себе си проект или цел. Затова най-популярните религии съдържат обещание за отвъден живот. Това позволява на смъртния човек да изживее втората половина от живота си със същата целеустременост като първата. Но да вярваш в наши дни е толкова трудно изкуство, че особено по-образованите хора трудно биха намерили в това своето решение. По отношение на безсмъртието има много противоречащи си мнения и никакви "научни" доказателства. Образованите хора знаят, че подобни доказателства са невъзможни. Ние просто нищо не знаем за това.

Това, което аз със сигурност знам обаче е, че целенасоченият живот е по-добър, по-богат и по-здрав от безцелния, и че е по-добре да вървиш напред по течението на времето, отколкото назад срещу него. За психотерапевта един възрастен човек, който не може да си вземе сбогом с живота изглежда точно толкова слаб и безпомощен, колкото един млад мъж, който е неспособен да прегърне живота. Обикновено става дума за една и съща детинска ненаситност, за аналогичен страх и упорство у единия и у другия. Като лекар аз съм убеден, че е здравословно - ако мога да използвам тази дума - човек да види в смъртта цел, към която да се стреми. Бягството от смъртта е нещо нездравно и анормално, което отнема от втората половина на живота нейната цел. В този смисъл считам, че религиозното учение е в съзвучие с психичната хигиена. Ако живея в къща, за която знам, че ще се срути над главата ми в близките две седмици, аз през цялото време ще мисля само за това. Ако напротив, се чувствам сигурен - то аз ще мога да водя нормален живот през това време. От психотерапевтична гледна точка е полезно да се разглежда смъртта като преход - част от жизнения процес, чиито параметри и продължителност са извън пределите на нашето съзнание.

От хилядолетия насам човешката душа има нужда да вярва в отвъдния живот, както човешкото тяло има нужда от сол. Целите на терапията не ни предлагат обходни пътечки, а ни водят точно в средата на утъпкания от човечеството път. Така ние мислим правилно за смисъла на човешкия живот, дори и да не разбираме това, което мислим.

Мисленето е приблизително равенство, от което не може да излезе нищо повече от това, което сме вложили в него. Така работи интелектът. Но отвъд него има мислене в първични образи - в символи, които са по-стари от историческия човек, които са посяти в него от най-древни времена, и вечно живи и непресъхващи у всички поколения изграждат основите на човешката душа. Да се живее пълноценно е възможно само в хармония с тези символи, мъдростта е именно връщане към тях. Тук не става дума за вяра, нито за познание, а за съгласуване на нашето мислене с първичните образи от несъзнаваното. Те са източник на всичките ни съзнателни мисли. Една от тези първични мисли е идеята за живот след смъртта. Науката и тези символи са несъизмерими. Символите са необходимо условие за въображението, първични данни, чието право на съществуване науката не може да отхвърли. Тя може да ги приеме за факт и да ги изследва (както например тироидната жлеза). Преди 19 век тази жлеза е считана за ненужна, тъй като просто предназначението ѝ е било неразбрано. Би било късогледство от наша страна да наречем днес архетипите безсмислени. За мене те са нещо като психични органи и аз се отнасям към тях много внимателно.

Случвало ми се е да казвам на възрастни пациенти: "Твоята представа за Бог или твоята идея за безсмъртие е атрофирала, затова твоя психичен метаболизъм е разстроен."

Нека сега да се върнем на слънцето. Пътят, който то изминава, е дъга от 180 градуса, която е разделена на четири части. Първата четвърт е детството - стадий, в който ние сме проблем за другите, но все още нямаме съзнание за наши собствени проблеми. Съзнателните ни проблеми запълват втората и третата четвърт от живота ни. В последния стадий ние отново сме необезпокоявани от нашето съзнание и се превръщаме по-скоро в проблем за другите. Въпреки многото различия между детството и старостта те имат нещо общо - потапяне в безсъзнателните психични явления.

Материалът е от произведението на Карл Густав Юнг - "Модерния човек в търсене на душата си"/C.G.Jung - "Modern... "/