

“Каждый новый момент — мой учитель”, — Арнольд Минделл

Интервью в журнале Newsweek с Арнольдом Минделлом и Томазом Ставизжански (новая версия интервью, опубликованная в Польше, в октябре 2010 года.

Спасибо Томазу Ставизжански (год рождения 1978), обозревателю и философу. Он работает в польском издании Newsweek и является автором двух поэтических сборников. Он увлекается юнгианским и пост-юнгианским направлениями, живет в Варшаве, в Польше.

=====

ТОМАЗ: Я бы хотел взять у вас интервью и уделить внимание вашей личности.

АРНИ: Это будет интересно, поскольку во мне столько же неопределенного и неизведанного, сколько и в каждом человеке, поэтому это предложение звучит весьма заманчиво!

ТОМАЗ: Когда я читаю ваши книги, например, из последних “Сновидение в бодрствовании” (Dreaming While Awake), “Тело Шамана” (The Shaman’s Body), Геопсихология (Earth Based Psychology), а также другие книги, написанные после “Работа со сновидящим телом” (Dreambody), — я всегда думаю: “Считает ли себя автор этих книг и подходов счастливым человеком, в единении со вселенной и со всем тем, что происходит?” Это то, как я понимаю процессуальную работу: когда мы в какой-то степени едины со всем, что происходит. Вы чувствуете такое единство со всем в своей жизни?

АРНИ: Да, нет и да! Тем самым я хочу сказать, что в данный момент я в контакте с собой и чувствую единство с тем, что со мной происходит. Я вижу вас на видео-экране, я вижу дерево, которое находится вдали за вами, а вы можете видеть что-то в моем офисе здесь, что тоже является частью меня. Сейчас я поверну немного видео-камеру — не знаю, видите ли вы сейчас океан? Хотя бы немного? Большие окна смотрят на орегонский берег океана, и через эти окна мы видим китов и многое другое. Для меня соединение со вселенной означает контакт с тем, что я ощущаю в теле, и что я вижу вокруг.

Таким образом, мой ответ: когда я думаю об этом осознанно, я говорю "Да", а когда говорю "Нет", — это тогда, когда я теряю контакт с происходящим, и оно меня напрягает — т.е. волнует меня, раздражает — и когда оно меня раздражает, то становится моим вторичным процессом. Тогда я не те киты, которые прыгают в океане. Я не жена, которая сидит в другой части офиса. У нее есть чувства, а я их не ощущаю, и я не всегда нахожусь в единении. Но когда я замечаю это, я говорю: “О! Это потрясающая возможность! Я не один со вселенной, — и в этом заключается большая возможность для меня!” и я начинаю чувствовать все, что происходит вокруг меня, постепенно находя

контакт со всем, что меня окружает. Поэтому, быть оторванным от мира, чувствовать себя последним неудачником, жалким несчастным человеком, иметь проблемы — это величайшая возможность для всех нас!

ТОМАЗ: Когда впервые вас заняла идея процессуальной работы? Помните ли вы, когда к вам пришла эта идея, когда вы начали думать о ней, понимая, что в ней что-то есть?

АРНИ: Да. Было два момента, связанных в этом. Первый — тогда, когда мне было 5 лет. Я осознал, что то, что происходило ночью, было настолько же важным, как и то, что происходило в течение дня. Мой брат рассказывал мне, что когда мне было 5 лет, я начал записывать свои сны. Я только научился писать, и я рисовал картинки, весьма машинально, потому что я знал, что-то меня волновало, и я хотел знать, что именно.

С людьми все в порядке, люди интересны, но я не доверяю людям настолько, насколько я доверяю своим снам. Я родился в начале второй мировой войны, и все говорили о смерти. В новостях ежедневно говорили о том, сколько людей погибло в концентрационных лагерях или в других местах. Тогда я думал, что это было важно, но я хотел знать больше. Это было начало моего интереса к процессуальной работе, когда мне было 5 лет. Я знал, что люди весьма интересные существа и немного сумасшедшие, поэтому я не могу следовать только людям, — этого было недостаточно, я должен следовать природе.

Позже, когда я только окончил обучение в институте Юнга, я начал болеть физически, у меня началась подагра. Я чувствовал боли в суставах, похожие на артрит. Мне было только 30 лет, и я думал: “Это очень странно, очень непонятно. Ох, видимо, я не делаю то, что нужно, не следую тому, что происходит.” В моих снах что-то происходило у меня в уме, и я себе говорил: “О, сейчас мой ум создал этот или тот сон, мне важно почувствовать это, пойти за этим, углубиться, но мои руки болели!” Все было одной сплошной болью. Что происходило со мной? Было ли это тоже сном? Мне было очень больно.

Я исследовал все методы медицины, которые только мог найти, но мое состояние до сих пор не поддавалось определению, я был подавлен, моя боль не исчезала. Доктора говорили мне: “У тебя будет такое состояние на протяжении всей жизни,” но я думал: “Хорошо, но никакой сон не длится всю жизнь!” Короче говоря, я думал: “Нам необходимо что-то еще”. У Юнга была эта потрясающая идея о телеологии, что за вещами и происходящим что-то есть, но он не связал эту идею с телом — по крайней мере не до конца, как по мне. Жизнь до сих пор была разделена на духовное и материю.

Я искал что-то еще, и ко мне пришла идея о процессе. Не о душе, не о материи, но об едином процессе. “Сейчас мне больно, сейчас я чувствую что-то, сейчас я вижу что-то” — это все части одного процесса. Эти два события стали началом процессуальной работы в моей жизни.

ТОМАЗ: Это очень интересно, потому что в момент, когда вам было 5 лет, состоялась некая шаманская инициация. Я прочитал, что “Тело Шамана” была, фактически, вашей первой книгой, но заняло много времени ее напечатать, потому что было опасение, как отреагирует сообщество психологов. Я хотел бы спросить, как работы Карлоса Кастанеды повлияли на вас? Какая была роль Кастанеды в развитии процессуальной работы и, возможно, вашего подхода для работы над самим собой и с теми проблемами, с которыми столкнулись?

АРНИ: Конечно, я любил читать Кастанеду, он был такой же великий обманщик. Было непонятно: то, что он говорил, было правдой или неправдой? Но я воспринимал то, что он говорит, правдой для него. Много, о чем он говорил, соотносилось с моими ощущениями, и я осознал: чтобы действительно следовать за бессознательным, к чему стремился Юнг, ты не можешь оставаться в обычном состоянии сознания. Ты должен научиться тому, как сновидеть весь сновидческий процесс, переходить в измененные состояния сознания, углубляться внутрь себя, внимательно прислушиваться, чувствовать все другие каналы восприятия, следовать за неосознанными движениями, замечать, что происходит с тобой, отслеживать все это. Тебе нужно быть немного в измененном состоянии сознания. И Кастанеда возродил во мне интерес, который появился у меня в 5 лет. Он его вновь пробудил.

Я выпускался из Института Юнга и думал: “Боже мой, если я только расскажу кому-нибудь об этом...!” Мои учителя до сих пор были напуганы — душа и материя были разрознены — и они были напуганы измененными состояниями сознания. Они думали, что если человек пойдет в измененное состояние сознания, он станет психом. “Осторожно! Не иди слишком далеко, займись немного активным воображением”, — таким было их наставление. Я думаю, что это мудрый совет в принципе, но люди не должны быть обеспокоены своими ощущениями в теле. Да, я колебался. Я ждал. Я был консервативен, пока я не понял, что это было неправильно. Нам важно развить методы, чтобы идти глубже, и Кастанеда сыграл большую роль в моей работе. Спасибо, что вы это заметили.

ТОМАЗ: В начале общения я упоминал о людях, которые сравнивали вашу работу с Кастанедой. Сейчас я поделюсь мнениями, которые слышал от людей, не знакомых с традициями психологии, они не знакомы с Юнгом, но они знакомы с Кастанедой. Первая мысль была у мужчины, который прочитал все ваши книги. Я ему рассказал, что буду с вами беседовать, и он попросил задать этот вопрос. Он вспомнил о первой книге “Работа со сновидящим телом” и сказал, что в других книгах понятие процессуальной работы было изменено, что вы по-новому трактовали идеи и свой опыт, о чем писали в более ранних книгах — точно так же, как это делал Кастанеда. В своих книгах он постепенно развивает свои идеи, и что-то похожее этот человек увидел и в ваших книгах.

АРНИ: Я думаю, что это правда.

ТОМАЗ: А другая точка зрения была у человека, критикующего методы глубинной психологии, Юнга, процессуальную работу. Будучи журналистом, натуралистом и философом, руководствуясь в основном умом, не особо знакомый с этими идеями, он сказал: “Когда я читаю истории о ситуациях в книгах Минделла, я не верю, что они были на самом деле. Все в них происходит очень просто. Человек приходит со своими страхами или депрессией или же с какой-то серьезной болезнью или проблемами здоровья, после чего Минделл начинает танцевать с ним или делать какие-то странные вещи, и все становится на свои места. Я не верю, что это правда, — я думаю, что это определенная психологическая фикция!”

АРНИ: Да! Мне нравится эта критика. Мне также нравится и этот критик! Я думаю точно так же. Жизнь настолько сложная, как это так, что ты можешь чуть потанцевать, чуть войти в процесс, и как после этого всего человек может чувствовать себя лучше? Это не имеет никакого смысла! Следуя процессу, я также скажу, что улучшения являются временными — например, они могут держаться неделю или пару недель, а после у людей появляются новые состояния сознания, и важно уже следовать им. Но как так, что жизнь, такая сложная и невозможная, вдруг улучшается так быстро? Мой ответ на это был бы — я не знаю! Я не понимаю. Я не знаю. Так устроена природа.

В некоторые дни здесь, на орегонском побережье светит солнце, как сегодня, иногда тут шторм. Таким образом, если следовать процессу, погода меняется — она не всегда одна и та же. Я могу сказать: “Мы похожи на природу.” Наш ум, наш повседневный разум, весьма линейный, поэтому вещи не могут меняться, тем более так быстро. Я полностью понимаю эту критику.

Не так давно умерла одна моя подруга. Она практиковала процессуальную работу, но в какой-то момент она стала очень нервничать, начала бояться и оказалась в тупике; ее муж позвонил мне (на то время они жили в другом городе) и сказал: “Арни, ты мог бы помочь Саре? Она не знает, что делать”.

Я спросил: “В чем вопрос?”

“Ты знаешь, у нее рак, и она умирает”. Она также была на другой линии телефона, и в двух словах, эта потрясающая женщина сказала: “Есть ли что-то еще, что я могу сделать, чтобы жить? Пожить еще немного? Я не знаю, что еще можно сделать, доктора сделали все возможное”. И я сказал: “Я не знаю, но я знаю, что мы можем сделать, — мы можем последовать твоему процессу”.

“О, да”, сказала она, “моему процессу!”

И тогда я спросил, как всегда, “Что ты в данный момент чувствуешь?”

“Я чувствую себя”, сказала она, “ужасно напуганной! Я боюсь идти в ничто”.

Тогда я подумал, что это можно исследовать — что еще оставалось делать? Она была при смерти, и на тот момент я не знал, но эта работа с ее процессом была последним, что она сделала в своей жизни. Я сказал: “Давай исследуем это!”

Она сказала: “Я не могу! Я боюсь!”

Я сказал: “Хорошо, я задержу свое дыхание, а ты задержи свое дыхание, и давай исследуем это ничто”.

И она пошла в это ничто и сказала: “О, Арни, я падаю в пустоту. . . вернусь ли я когда-то из нее?”

И я сказал: “Я не знаю, давай посмотрим, — твой процесс укажет нам дорогу”.

Она падала и падала в пустоту, потом внезапно она приземлилась на реку. Она сказала: “Но это же птица, которая села на воду, о, это так красиво, она поворачивает свою шею и вот-вот взлетит. Спасибо, спасибо!” она сказала мне, но я не сделал ничего, кроме как сказал “следуй своему процессу”.

И это было последним, что она сделала в этой жизни. Она боялась пойти в это поле, где нет ума, есть пустота. Там не было никаких медикаментов, я не дал ей никаких таблеток счастья, ничего такого. Ее процесс знал и указал нам путь.

Поэтому, я полностью понимаю вашего друга, который сомневается — как такой красивый момент может возникнуть из такой сложной ситуации? Я точно так же не понимаю этого. Так устроена природа.

ТОМАЗ: Всегда ли следовать процессу — это правильно? Возможно, такой вопрос задали бы консервативные последователи Юнга. На некоторое время я стану консервативным юнгианцем.

АРНИ: О, я тоже! Я тоже! Я тоже консервативен! Определенно. Продолжайте.

ТОМАЗ: Несознательное неизвестно, и в этом заключена некая опасность. Вы предлагаете путь следования неизвестному, но мы не готовы к этому, мы хотим понять несознательное . . .

АРНИ: . . . понять его, проанализировать, осмыслить . . . и я бы тогда сказал этому человеку . . .

ТОМАЗ: Ведь первый шаг в работе каждого консервативного юнгианца состоит в том, чтобы “выстроить сильное эго”. Прежде важно выстроить сильное эго, а после идти в мир воображений, фантазий и процессов. Это классический метод.

АРНИ: Мне он нравится. И в ответ этому человеку я скажу: “Это твой процесс! Давай чуть больше подумаем над ним, не спеши, возьми столько времени, сколько тебе необходимо, чтобы подумать”. Я скажу: “Это то, что совершенно правильно для тебя; тебе не следует уплывать во что-либо другое. Я ненавижу уплывать — не делай этого!”

Таким образом, это процесс того человека. И это идеальный процесс для него, мне нравится этот процесс. Вы знаете, такой метод отлично работает для людей, которые могут усидеть в кресле на одном месте рядом с вами, в то время, как вы говорите с ними. Но не все люди могут сидеть в креслах все время; некоторые люди лежат в коматозных состояниях в больницах. Другие разгневаны и жаждут войны, чтобы убить друг друга. Юнгианские психологические школы и другие, более ранние школы, были созданы для

людей, которые могут тихо сидеть на стуле и разговаривать друг с другом. Но в жизни не всегда так. Для меня психология — это работа с людьми во всех состояниях сознания, в офисе и вне офиса. Можете ли вы следовать процессу человека, вовлеченного в уличную драку?

Процессуальная работа — для людей во всех состояниях сознания, и даже тогда, когда люди очень рациональны, осторожны и очень консервативны. Мне нравятся такие состояния! Я тоже могу быть таким, анализировать это, осмысливать то, точно так же говорить и делать, но через некоторое время мне становится скучно, и я устаю. Но в процессуальной работе я не устаю, у меня появляется еще больше энергии. (смеется)

ТОМАЗ: Интересно: возможно мнение про опасность следовать за несознательным и необходимость выстроить свое эго перед этим связано с чувством ответственности перед клиентом или пациентом. Я знаю некоторых ортодоксальных юнгианцев, идеи которых весьма любопытны, но в серьезных ситуациях — например, когда люди оказываются в тяжелых психических состояниях, когда люди могут совершить самоубийство или же находятся в глубоко депрессивных состояниях, они переживают, что этот метод создаст еще больший хаос, депрессию, психическое расстройство, может привести к трагедии или смерти.

АРНИ: Я работал с людьми, которых называют “психотиками”, и этот консервативный метод хорошо подойдет тем, кто боится стать психом. Тогда я бы работал с таким людьми, используя методы, которые наиболее подойдут им. Если человек говорит: “Я боюсь идти туда”, я скажу: “Хорошо, тогда не идите туда. Давайте выпьем кофе. Давайте лучше узнаем друг друга”. И тогда этот человек скажет: “О, спасибо вам”. Если это процесс человека, я следую за ним. Не существует стандартных путей для всех.

ТОМАЗ: Я понимаю, что существуют некие стереотипы о процессуальной работе, и что ваш метод . . .

АРНИ: . . . следовать за всем тем, что происходит в данный момент. Если человек боится глубже пойти в переживания, тогда следуйте за этим. Например, несколько недель тому я видел маму вместе с ребенком. Мама сказала: “Я боюсь, что мой ребенок сойдет с ума, потому что у него частые приступы астмы, он не может дышать, и начинаются галлюцинации. Я хочу выписать ему таблетки”.

Я сказал: “Вы действительно выглядите напуганной, возможно, вам важно выписать ребенку таблетки”.

“Да, да, да, вы меня поддерживаете в этом?” спросила она. “Да, конечно, сначала поговорите со своим доктором, а после приходите ко мне”. Она сказала: “Вы меня понимаете”. И она ушла, купила ребенку таблетки, потом вернулась ко мне. “У ребенка до сих пор галлюцинации”, — сказала она.

Я ответил: “Возможно, мы можем немного последовать за астмой ребенка”.

“Что это значит?” — спросила она.

“Вхххех-хех-хехееехеееххее” — я начал хрипеть и глубоко дышать, воспроизводя разные звуки. Она сказала: “Что с ним случится?” Я ответил: “Я не знаю и не могу сказать наперед, но вы не против дальше попробовать?”

Она сказала: “Ну, ничто другое не помогло”.

“Давай попробуем”, — я сказал ребенку, “попробуй подышать и покашлять”.

И ребенок начал дышать, а потом плюнул на меня! Он плюнул!

Я сказал: “Ты маленькое отродье! Я сейчас плюну на тебя!” Я спросил его маму: “Могу я плюнуть на ее ребенка немного?”

И она сказала: “Я никогда раньше такого не видела”.

Тогда я сказал: “Хорошо, я не буду плевать на него, я буду действовать так, как есть, без этого”, и я произнес: “Пух!” — что-то такое, и ребенок обрадовался и сказал: “Давай драться!”

Я сказал: “Отлично!” и мы начали бороться, ребенок стал очень счастливым. Он смог быть очень экспрессивным. Астма и галлюцинации ушли, потому что это дыхание — “вхххех-хехе-хеххееееееееее” — скрывало в себе возбуждение, которому не было выхода. Эта история со счастливым концом. Ее можно быстро рассказать, чтобы продемонстрировать, как это нормально бояться неизвестного, и что нам необходимо быть консервативными и сказать: “Я преклоняюсь перед консервативным подходом, это такой же процесс, но это не весь процесс”.

ТОМАЗ: В вашей терапевтической практике было ли у вас, как у терапевта, ощущение, что вы не могли помочь человеку? Было ли такое, что вы видели что-то, что не могли понять?

АРНИ: Это отличный вопрос, он мне нравится! Встречал ли я кого-то, кому я не мог . . . ну, вы знаете, в моих мыслях нет слова “помочь”, поэтому я должен немного подумать. “Могу я следовать тому, что происходит?” — вот какой вопрос я задаю себе прежде всего. “Помочь” приходит из аллопатической, медицинской парадигмы, которая предполагает: тут есть что-то неправильное. Думал ли я когда-то, что не могу помочь? Я даже так не спрашивал себя. Я всегда думаю: “Могу я следовать за человеком и ценить его или ее, могу я что-то сделать, чтобы он или она почувствовала себя лучше и дала мне более-менее позитивную обратную связь о том, что происходит?”

В детстве я не знал, как можно дружить с другими детьми, и мне предстояло найти путь, как это можно сделать. И тогда люди мне показали, как. Иногда мои сессии не идут так, как я предполагаю они должны были бы проходить, но потом я следую за процессом человека и, обычно, я не люблю об этом говорить, потому что я не проводил статистических исследований, но я лучше скажу так: следовать природе — всегда правильное направление.

ТОМАЗ: Я спросил об этом, потому что я помню, как в одной из телепередач господин Т, ваш переводчик в Польше, который участвовал в программе, спорил с врачом-психиатром на тему “сумасшествие, безумие”. Господин Т спорил с

врачом-психиатром, говоря, что основная задача процессуальной работы была не помочь человеку с медицинской точки зрения, но помочь ему или ей полноценно жить, найти путь сердца, как об этом писал Кастанеда. Мой вопрос был, по сути, об этом: было ли время в вашей карьере, когда вам не удалось помочь человеку выбрать свой путь, когда люди были настолько закрыты, что ничего не удалось поменять?

АРНИ: Да! Да, когда я исследовал процессуальную работу, я слышал негативные отзывы о том, что я делал, пока я не научился следовать процессу. Например, один человек подошел ко мне и сказал: “Я хочу убить кого-то!”

Моя практика не похожа на практику других людей. Кто-либо, все, что угодно, мировые события, буквально все могут прийти ко мне, даже убийцы. Тогда я сказал этому человеку: “Я не могу последовать за тобой в этом, я не хочу следовать за тобой, в своей жизни я много видел подобного, я встречал слишком много трудностей. Я просто не в состоянии следовать за твоим процессом. Тебе лучше поработать с другим терапевтом”.

Это было вначале. Тот человек был разочарован, и я не думаю, что он убил кого-то, но тем не менее, он ушел и пошел к другому терапевту. Позже я научился, как можно работать и с таким импульсом через мировую работу и через взаимодействие в большой группе людей. Я до сих пор помню, как много лет тому назад в Южной Африке (перед революцией) один человек из одного племени посреди группового процесса вышел вперед и сказал человеку из другого племени: “Я должен тебя убить. Это мое единственное желание”. Кто-то еще из этого группового процесса вышел вперед, очень напуганный, и сказал: “Нет! Не делай этого, ты не хочешь убивать на самом деле!”

Я сказал человеку, который хотел убить, и я обратился ко всем: “Вы должны понять, что секундное желание убить нормально. Нам необходимо понять, что месть была бы сладкой; но мы знаем, что это не решение, месть возникает из чувства депрессии, несчастья, злости”. Потом внезапно человек, который хотел убить другого, вдруг сказал: “Ты меня понимаешь!” И он начал плакать.

Что я могу сказать? Ответ на ваш вопрос: “Есть люди, за кем я не могу следовать?” будет таким же, как я сказал в самом начале: “Да”, “Нет” и “Да”. Если я не могу следовать за кем-то, Томаз, это означает, что я полностью не понимаю себя. Это не про то, что другой человек аутсайдер; я чувствую, что нет никого на этой земле, кто бы ни был во мне. Поэтому, если я не могу следовать за этим другим человеком, это означает, что я не могу следовать себе. Хотел ли я когда-то убить кого-то? Нет, я не хотел никого убивать физически, но, случилось, я становился очень-очень разгневанным. Вы понимаете, что я имею в виду.

ТОМАЗ: Конечно, конечно. Я думаю, что процессуальная работа очень важна, поскольку, исходя из вашей работы, написанного в ваших книгах, сказанного

многими психологами, которые используют этот подход, он является практичным. Он обращает внимание на то, что на самом деле происходит.

АРНИ: Да, правильное определение этому подходу — феноменологический. Мы изучаем феномен, который происходит в данный момент времени.

ТОМАЗ: Процессуальная работа содержит в себе семена философии, она основана на Дао, юнгианской психологии, физике и многом другом — я думаю, что в силу того, что я философ и думаю, как философ, я смотрю на идеи в вашей работе и вижу, что главная сквозящая тема — о том, что все, что ни происходит в мире, имеет смысл — что мы не живем в бессмысленном мире. Мы живем в мире смысла, и все, что ни происходит, несет в себе смысл — нам просто необходимо научиться тому, как находить и раскрывать этот смысл. Это послание очень обнадеживает; оно дает надежду многим людям, особенно тем, кто чувствует, что все бессмысленно и жизнь — одно лишь страдание. Вот мне интересно: были ли у вас когда-то такие моменты, когда вы сомневались в своей жизни?

АРНИ: Вы знаете, один из наиболее важных аспектов процессуальной работы для меня заключается в идее глубинной демократии. У глубинной демократии есть несколько составляющих. Первая, общепринятая реальность (Consensus Reality) очень важна — это факты, фигуры, ощущения. У вас выросло что-то на щеке? Это что-то хорошее? Плохое? Если плохое, то уберите немедленно. Будьте реалистичными. Можете ли вы кушать овощи вместо того, чтобы употреблять плохую пищу? Это все общепринятая реальность. Если можете, будьте добры к своему соседу, осваивайте материальную сторону вселенной.

Следующий шаг в глубинной демократии заключается в сновидении и сновидческих процессах. Здесь, в сновидческой реальности (Dreaming Level), вещи взаимосвязаны нелокально — как в физике частицы могут быть связаны на расстоянии. В сновидческой реальности происходят странные вещи; вы чувствуете что-то, потом вы это что-то вдруг видите в окружающей среде, происходят синхронности. За сновидческой реальностью есть сущностный уровень (Essence Level), самый основной уровень, где происходит некое единство. Мне важно рассказать вам об этих уровнях реальности, чтобы ответить на вопрос. На сущностном уровне возникает чувство единства. Для меня сегодня сущностный уровень очень похож по ощущениям на море. Море волнуется очень тихо, потом подходит к берегу и превращается в брызги. Единство — это море, а дуальность заключается в тихих волнах, которые перетекают, ударяются о берег и превращаются в брызги — эти два состояния — они дуальны, но они части целого. Море само по себе едино. Когда я только смотрю на берег и вижу брызги волн, я вижу проблемы, волнения и беспорядки, что является общепринятой реальностью. Единство стоит в глубине всего.

И тогда мой ответ на ваш вопрос “Вижу ли я смысл во всем?” во многом про глубинную демократию. Нет, я не вижу смысл на уровне общепринятой

реальности. Там я вижу объекты. Я вижу материализм и материальные объекты. Одна группа сражается с другой, и каждая из них должна защитить себя. Я вижу тут химические вещества и физику и много еще чего другого; я вижу законы физики, но не вижу смысла в этих законах физики. Хотя, я хотел бы увидеть. И, на самом деле, я вижу, что за этими законами физики есть смыслы. На уровне сновидческой реальности есть смыслы. Тогда ответом на ваш вопрос по поводу смысла во вселенной, есть ли он, будет “Нет” и “Да”.

На уровне общепринятой реальности мы просто отдельные объекты, но когда вы спускаетесь глубже и попадаете на квантовый и сновидческий уровень, тут есть глубокая взаимосвязь вещей. Просто находиться на поверхности, на уровне без смыслов, делает людей несчастными и слегка депрессивными. Если вы остаетесь реалистом, то через некоторое время вас постигнет депрессия. И вам понадобится что-то еще, необходимой станет сновидческая реальность и шаманизм и все такое прочее.

ТОМАЗ: Я хотел сказать, что мой вопрос, кажется, был игрой слов и идей, а для вас этот вопрос оказался связанным с глубинными переживаниями. С точки зрения глубинных переживаний, вероятно, мой вопрос вообще не имел никакого значения.

АРНИ: Нет, ваш вопрос не был бессмысленным. Ваш вопрос был хорошим, потому что он также возникает и у многих людей. Это очень хороший вопрос.

ТОМАЗ: Да, потому что это ход мыслей людей, когда они читают Юнга, например, про его понятие синхронности, которое основано на метафизической идее, что за физической реальностью, за материальной реальностью, стоит духовная реальность, и эти реальности взаимосвязаны и соотносятся друг с другом неосознанно. Это идея про то, что во всем заложен смысл, поэтому основная мысль, которая тревожит многих людей, о том, что такого они ощущают в бессмысленном мире, что есть в депрессии, страданиях, чувстве одиночества, физических и душевных испытаниях.

АРНИ: Да, да, даже депрессия может иметь смысл, особенно в эту пору года. Когда мне клиент говорит: “У меня депрессия!”, я говорю: “Вам крупно повезло! Следуйте за этим чувством, погружайтесь в него, ниже . . . глубже . . . еще глубже . . . и просто посидите в этом спокойном месте на глубине и посмотрите, что происходит там”. Почти всегда там что-то происходит и даже бьет ключом. Опять-таки, с точки зрения общепринятой реальности депрессия является проблемой — некоторым людям даже необходимо принять лекарства. Почему бы нет? — тоже хорошее решение! Но если вы признаете и осознаете, что ощущаете, обращаете внимание на свои чувства, следуете за ними глубже, в каком-то смысле консервативно и осторожно, следуя за своим процессом или процессом человека, с кем работаете, и скажете: “Просто доверься своим фантазиям”, тогда обычно происходят удивительные вещи. Так, с точки зрения сновидческой и сущностной реальностей появляется смысл во всем. С уровня

общепринятой реальности правильно думать, что смысла нет; бессмысленность является одной частью правды. Но в других двух частях правды есть достаточно смысла, и там с этим проблем вообще нет! (смеется)

ТОМАЗ: Говоря об этой идее про мир, про уровни реальности: существует ли некая сила, суть процесса, идея, что следование природе всегда лучше, чем не следование ей? Когда вы смотрите на часть природы, которая дикая, жестокая, полная агрессии — например, ураганы и все эти ужасающие катаклизмы, когда миллионы людей умирают в мире ежедневно — какая ваша реакция на это? Миллионы людей страдают с самого детства и во взрослом возрасте. В мире много страданий.

АРНИ: Это страшно. Я с вами согласен.

ТОМАЗ: Как вы совмещаете эти две идеи: с одной стороны, что во всем, что ни происходит, есть смысл для нас, с другой стороны, что мы становимся свидетелями и жертвами ужасных трагедий, которые происходят с нами?

АРНИ: Мне нравится ваш вопрос, потому что он центральный в мировой работе, когда мы имеем дело с самыми сложными ситуациями. Это вечный вопрос. Я должен вернуться в то время, когда мне было 5 лет. Однажды, по дороге в школу, банда ребят подошла ко мне и сказала: “Мы хотим тебя убить!”. “За что?” — спросил я, — “Я даже вас не знаю, ребята, почему вы хотите меня убить?!” “Мы слышали, что ты еврей!” — сказали они.

Тогда я сказал: “Это не правда, я не еврей, я даже не знаю, что это значит!” Мои родители не ходили в синагогу; это было в 1940-х годах. Но эти дети сказали: “Нет, мы должны тебя убить!” и они достали деревянные палки и доски, вбили туда гвозди и стали меня бить той стороной, где были шипы. Они меня выбили и ноукатировали, я был без сознания, и тогда несколько афро-американских детей, которые стояли поодаль от этой схватки, сказали мне: “Ты не имеешь право терять сознание! Ты не должен позволить, чтобы тебя выбили, Арни, ты должен стать на ноги и бороться, — иначе они тебя убьют!” Но я не мог и двинуться, я был почти убит.

Непонятно как, но я встал и выстоял этот бой. Это событие было настолько ужасным для меня, что мне понадобилось много лет, чтобы восстановить себя. Со временем я забыл про этот случай, и несколько лет спустя, когда я начал работать с проблемами в больших группах, эти ощущения вернулись ко мне. Первое, что я себя спросил тогда, был вопрос, похожий на ваш, он звучал так: “Какой, к черту, тут смысл во всем этом? Что вообще хорошего в этом? Почему люди жаждут убить друг друга по непонятно какой причине? Конечно, у каждого могут найтись свои причины, чтобы убивать, но почему они хотели убить меня? Какой был смысл в этом во всем?”

Потом я кое-что осознал: до тех пор (до 5 лет) я думал о Боге и смысле, и я думал, что Бог был только хорошим; но Бог был только частью целой истории. Потом я понял, что “Бог” есть все, включая побои и даже то, что меня могли убить. Это было одним из самых ценных осознаний в моей жизни. Я тогда понял, что Бог и жизнь могут быть одним и тем же. Осознание этого факта побудило меня к тому, чтобы привнести психологию в работу с большими группами, где тебе приходится столкнуться с ненавистью и насилием.

Мне повезло, что у меня был такой травматический опыт, чтобы осознать смысл в нем! Никакая психологическая школа не хочет идти и иметь дело с ненавистными настроениями людей. Большинство психологов говорят: “Будьте добры друг к другу, ведите переговоры любезно” — но это не всегда работает! Это было большой удачей. В том опыте заключался большой смысл для меня. И тогда, даже будучи мальчишкой, я уже знал, что мне придется научиться тому, как дружить с моими врагами. Другого пути нет. Они не могут быть только плохими; они не знают, что они делают. По существу, я не плохой человек; иногда я бываю плохим, но не всегда. Поэтому, да, даже в наихудших катастрофах ваш личный процесс создает и видит заложенный в этом смысл. И этот смысл не является одинаковым для всех. Религиозному человеку важно верить в Бога, который делает только это или то; мой же Бог делает все, мой Бог — это вся природа. Для меня это было истиной.

ТОМАЗ: Я бы хотел задать последний вопрос: Как вы относитесь к Христианству? Юнг был христианином, его интересовал архетип Христа. Например, его ответ Иову был теологичен, и многие последователи Юнга идут по этому пути. Но вы в основном сконцентрировались на темах Восточных религий. Какое ваше отношение к этому? Мне не удалось прочитать об этом в ваших книгах; вы не писали о вашем отношении к Христианству.

АРНИ: Для меня религия — это глубинное переживание, где нет догмы и нет определенных нравоучительных формулировок. Это наши глубинные чувства, и это есть в каждом из нас. Когда мы находимся в глубине себя и в контакте с собой, мы чувствуем некую силу, похожую на гравитационную; гравитация тянет нас в определенном направлении. Существует силовое поле, которое движет нами, и этому силовому полю есть множество названий. Но это силовое поле похоже на силу гравитации, на магнитное поле, которое создает движение металлических стружек на поверхности кусочка бумаги; что-то движет нами. И если вы изучите свои первые детские сны, вы увидите, что у силового поля есть определенное направление, и нет никакого способа, чтобы избежать его на протяжении долгого времени. И это не только предположение, в которое можно верить или не верить; это опыт, факт, выведенный эмпирическим путем, с которым я сталкиваюсь снова и снова.

Для людей, которые проповедуют Христианство, я скажу, что я тоже люблю Христианство. Если кому-то нравится быть мусульманином, я поддержу его в этом. Человеку, который верит во что-то, я скажу: “Верь в это еще больше! Если

ты столкнешься с проблемами, тем лучше — просто посмотрим, что будет происходить, и к чему это”.

Я не имею ничего против Христианства, и я полностью поддерживаю юнгианцев и то, как они пытаются создать новый образ Бога и прочее. Я думаю, что в этом что-то есть. Мне просто интересно, как вы заметили, чтобы в этом во всем была живая истина. Работает ли то, о чем я говорю, с большими группами? Работает ли это с людьми в коме? Я более практичный человек. Работает ли это для меня? Работает ли это в моей жизни? Работает ли это в моей ванной комнате или спальне или во время завтрака? Все, что работает в каждый момент времени,— это и есть для меня Бог! Все, что основано на опыте.

Таким образом, я думаю, что если есть люди, которые хотят сделать Христианство более современным, пусть обязательно это делают, потому что в этом есть потребность. Пусть этому будет место. Нам нужны разные виды духовности; нам необходимо все то разное, что существует, точно так же, как нам важно, чтобы были сомневающиеся люди. Я ищу новых лидеров и старейшин, которые могут принять несогласных с чем-то людей — это то, что мне интересно.

ТОМАЗ: Могу ли я задать последний вопрос? Он для меня очень важный. Боитесь ли вы смерти?

АРНИ: О, да! И нет! Я думаю про себя. На днях я спускался на лыжах с горы, и я подумал, что у меня кое-что болит, должно быть, пришла смерть! Я ее боюсь! И я подумал, хорошо, прекрати спускаться на лыжах, умри прямо сейчас. Я умер и осознал, что я был слишком напряжен; я не перетекаю, не следую за потоком во время спуска, и я умер, в смысле, в том, что забыл, как можно течь по склону горы. Поэтому, я должен признаться, да, я боюсь смерти, и нет, я жду встречи с ней. На самом деле, я жду встречи с каждым следующим моментом! Каждый новый момент — мой учитель.

ТОМАЗ: Отлично! Здорово! Спасибо вам за эту беседу, было приятно общаться с вами.

АРНИ: Спасибо, мне было тоже приятно общаться с вами. Вы потрясающе брали у меня интервью, и вы для меня также стали учителем. Вы не осознаете это, но то, как вы ведете общение, на самом деле, позволяет вашему собеседнику учиться многому. Вам необходимо это признать в себе.

ТОМАЗ: Для меня большая честь слышать это от вас.