



СОН РИСУЕТ
ВНУТРЕННЮЮ
СИТУАЦИЮ, РЕАЛЬНОСТЬ,
КОТОРАЯ НЕ ПРИЗНАЁТСЯ
СОЗНАНИЕМ

бу человека. То есть определённые события начнут разворачиваться в реальной жизни без желания на то человека.

? Наверное, для многих это звучит слишком странно. Можно ли какой-то пример?

— Мужчина сознательно строит карьеру. В своей организации он начинал с самых низов, постепенно поднимаясь вверх по служебной лестнице. Ко мне на приём он пришёл с темой появившихся страхов, появившейся и мучившей его одышкой, какая случается, когда долго поднимаешься вверх. Эти симптомы были как никогда некстати. Предстояло новое повышение по службе. Его мучил вопрос: почему сейчас с ним всё это происходит?

В своих повторяющихся снах он постоянно забирался в гору, но неизменно по разным причинам, оскальзываясь, оступаясь, возвращался обратно к подножию. Сон рисует внутреннюю ситуацию, реальность, которая не признаётся сознанием. Если в нашем бессознательном есть некое препятствие к карьере и в данный момент «быть выше» по служебной лестнице не входит в его планы, то данные симптомы — это возможность переосмыслить происходящее в нашей жизни.

? Вы хотите сказать, что в ответ на сон человек должен перестать строить свою карьеру?

— Нет, не так. Сновидения даны нам для того, чтобы мы поняли о себе что-то новое и важное, открыли себя с другой стороны. Следует подумать: я отождествляю себя только с фигурой, строящей карьеру? Или во мне есть ещё что-то, чему необходима реализация. Если бессознательное уже стало прорываться психосоматикой, это не означает, что мы немедленно должны бросить работу или заботу о ребёнке и заняться исключительно чем-то таким прекрасным только для себя. Компенсаторные сны шлют нам сигналы о нарушенном равновесии в психике. О том, что какая-то часть нас чрезмерно разрослась. Через сны можно понять, что будет, если я и впредь буду нарушать равновесие и гнуть в одну сторону. Материнство ли, карьера — это лишь одна из частей. Сказать: «Я — человек, который реализуется только в работе!» или «Ну да, я решила реализовать себя в материнстве!» — не слишком ли это скудно для человеческой природы?

Очень часто в ответ на послания бессознательного мы говорим: «Я не могу сейчас ничего поменять! У меня чрезвычайно сложные обстоятельства!» Но «обстоятельства» — это то, что будет всегда. В жизни нет какой-то специальной даты, чтобы начать прислушиваться к себе. И когда бессознательная часть начнёт как-то неприятно для нас проявляться в жизни, не следу-

ет удивляться: «Как же так! Я ведь стремился к другому!»

Другой вопрос, хотим ли мы знать ту информацию о себе, что идёт к нам со сновидениями. Бывает, что даже человек с тяжёлой болезнью говорит: «Я не хочу заглядывать внутрь. Не хочу знать, что там хранится». Действительно, для кого-то почти невозможно осознать, что есть нечто помимо сознательной жизни, это слишком страшно.

Одна из причин, почему мы боимся туда заглянуть, — потеря контроля. Ведь всё расписано: я знаю, что буду делать через пять минут, куда пойду через два часа. Заведённый порядок — это здорово. Ни в коем случае не хочу, чтобы сложилось впечатление, что эго, сознательная наша часть — это то, что мешает. Признание того, что в нашей жизни присутствует такая важная часть, как бессознательное, — это не эксперимент, который ставит всё с ног на голову. Напротив, ценности сознательной части должны быть сохранены. Речь не идёт об «или-или». Всегда об «и-и». Знакомство и встреча с бессознательным необходимы при содействии нашего крепкого эго.

Встретиться со своей «тенью» всегда непросто. Допустим, понять, что в тебе присутствует завистливая или высокомерная часть, что съедает тебя, что накопилась огромная агрессия или жадность... В бессознательном хранится то,