



Борис Цирюльник
О стыде. Умереть, но не сказать
Серия «Глазами психолога»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=10393874
Борис Цирюльник. О стыде Умереть, но не сказать: Рипол; Москва; 2015
ISBN 978-5-386-08338-0

Аннотация

Новый взгляд на стыд – неожиданный, потрясающий, возникший на основе последних исследований в области нейрофизиологии и психологии. Книга, которая помогает справиться с разрушительным чувством вины и вновь обрести силу, чувство собственного достоинства и свободу.

В книге Бориса Цирюльника стыдятся не только отдельные люди, но и социальные группы и целые народы. Некоторые из них извлекают из этого урок, некоторых это приводит к гибели.

Цирюльник не просто объясняет, как и почему возникает чувство стыда, но и вооружает читателя инструментами, необходимыми для того, чтобы это естественное чувство (иногда необходимое и неизбежное, а иногда – результат манипуляций) не превратилось в яд, отравляющий жизнь, заставляющий замкнуться в чувстве вины и мешающий развитию.

Содержание

Одно воспоминание из юности	6
Глава 1	10
Странное молчание травмированных душ	10
Внутренний обличитель	12
Стыд и его противоположность	14
Прозрачность стыда	16
Разделить наслаждение, выразить гнев, скрыть стыд	18
Успех как маска стыда	19
Хозяева сновидений и испачканное зеркало	21
Приманка правдой	23
Больше несчастья – величие, больше побед – слава	26
Глава 2	28
«Я» существует только рядом с другим	28
Явный разрыв. Сексуальный стыд	30
Мир, где все заставляет стыдиться	33
Стыд или чувство вины?	36
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Борис Цирюльник

О стыде. Умереть, но не сказать

Boris Cyrulnik

MOURIR DE DIRE

© ODILE JACOB, 2010

© Перевод. Петров М. А., 2015

© Издание на русском языке, перевод на русский язык, оформление. ООО Группа Компаний «РИПОЛ классик», 2015

Если желаете знать, почему я ничего не сказал, – вам надо просто разобраться в том, что заставило меня молчать. Стечение обстоятельств и предполагаемая реакция окружающих – таковы соавторы моего молчания. Если я расскажу вам, что именно со мной произошло, вы не поверите, засмеетесь, встанете на сторону моего обидчика, начнете задавать непристойные вопросы или и того хуже – пожалеете меня. Какой бы ни была ваша реакция, мне достаточно лишь заговорить, чтобы под вашим взглядом я почувствовал себя скверно.

Значит, чтобы защитить себя, я буду молчать, выставлю напоказ лишь часть моей истории, которую вы сможете воспринять. Другая ее часть – сумрачная – будет бессловесно обитать в глубинах моего «я». Эта молчаливая история станет управлять нашей с вами связью, потому что в глубине души я бесконечно долго произносил все эти произнесенные слова.

Слова – обрывки переживаний, они иногда почти не содержат информации. Стратегия защиты от невыразимого, произносимого, с трудом воспринимаемого на слух только что создала между нами странный мостик, ширму, позволяющую отодвинуть в тень невероятный эпизод, историю катастрофы, которую я непрестанно повторяю про себя, не произнося вслух ни слова.

Невозможность поделиться эмоциями образует в раненой душе то молчаливое пространство, где без умолку раздается голос: что-то шепчет, повторяя в глубине моего «я» постыдный рассказ. Молчать трудно, но можно не говорить. Когда мы не выражаемся посредством слов, переживание, передаваемое молча, бессловесно, становится еще сильнее. Переживший травму, как бы он ни страдал, не говорит, – стискивает зубы, вот и все. Когда неосознанное невыразимое ни с кем не разделено, оно превращается в причудливое настоящее. «Этот человек легко изъясняется, однако я четко ощущаю: он рассказывает, скрывая то, что не хочет произносить вслух». Вытеснение организует различные связи. Оно принадлежит к области бессознательного. Но помимо призрачных сновидений возникают еще и странные сцены, позволяющие некоторым тайнам избежать дешифровки.

Стыдящийся силится говорить, он бы очень хотел признаться, что является пленником собственной немоты, что хотел бы произнести вслух то же самое, что повторяет про себя, но не может – настолько его пугает ваш взгляд. Он верит: если начнет говорить – умрет. И тогда он рассказывает историю другого человека, который, как и он, пережил невероятную катастрофу.

Он придумывает автобиографию от третьего лица и удивляется, как легко у него выходит рассказывать о себе, как о другом, представляя другого на месте себя, сделав его своим голосом. То, что он облек историю своей катастрофы в слова и, несмотря ни на что, поделился ей с вами, позволило ему перестать считать себя монстром. Он вновь стал подобен остальным, ведь вы его поняли и, быть может, даже полюбили? Писать – значит создавать

интимную связь. И если у вас тысячи читателей, значит, создаются тысячи интимных связей, ибо читающий всегда остается с тем, кто пишет, один на один.

Одно воспоминание из юности (Вместо вступления)

В то время, о котором пойдет речь, на Мосту Искусств было немногочленно. Мы гуляли по нему, тихо переговариваясь.

– Я живу там, – признался мне Суфир, указывая на дом за дворцом Института. – Мой отец очень богат. Он хотел, чтобы я учился в Париже, и купил мне художественную мастерскую на набережной Конти... Я стыжусь этого.

Я бы никогда не подумал, что можно стыдиться того, что живешь в столь невероятном месте. Из окна виднелись крыши Института, Лувр и Сена, а проделав несколько сот шагов, можно было добраться до здания медицинского факультета, студентами которого мы были.

Что касается меня, я жил на улице Рошешуар, между площадью Пигаль и бульваром Барбес, в маленькой комнатухе без воды и отопления, площадью, вероятно, менее десяти квадратных метров. Я почти гордился этим, поскольку выкрасил ее в красный и голубой цвета, совсем как на картине Пикассо «Жаклин со скрещенными руками». Я не стыдился иinea на стенах и замерзших стекол, символизировавших испытание холодом и бедностью, – и то и другое я бы смог преодолеть, – однако мне было стыдно от того, что на моих штанах, невероятно старых и поношенных, между ног зияла огромная дыра, и, заметь ее другие студенты, они бы стали презирать меня.

Мы с Суфиром дружили и с гордостью обсуждали то, что можно было обсуждать вдвоем. Он описывал мне красоты Марокко, описание приемов, которые устраивала его семья, произвело на меня неизгладимое впечатление, а когда он рассказал о своем отношении к отцу – смесь обожания и страха, – я был даже удивлен. Однако я явственно ощущал, что все эти красивые рассказы позволяют ему оставить в тени ту часть своей семейной истории, которая причиняла ему боль.

Однажды вечером Суфир предложил мне продолжить наш разговор в маленьком ресторанчике, находившемся здесь же, в квартале. Я заявил, что оплачу половину суммы счета, – что означало: в течение следующей недели я не смогу покупать талоны на обед в университетском кафе. Но мне было бы стыдно, окажись я не на высоте. Мне следовало вести себя так же уверенно, как Суфир. Если бы он заплатил за меня, я бы воспринял этот подарок, как проявление превосходства с его стороны, и почувствовал бы себя почти униженным.

Мысль о том, что остаток недели придется провести, не имея возможности заглянуть в университетское кафе, напомнила мне один послевоенный эпизод, когда я, будучи ребенком, попал в приют, где воспитанники искали любой повод быть назначенными на дежурство по столовой, чтобы иметь возможность наскрести лишнюю горсть хлебных крошек. Это воспоминание не вызывало у меня чувства унижения. Напротив, я испытывал непонятную гордость, вспоминая об этом, – такую же, как от созерцания иinea на стенах и замерзших стекол комнатенки на улице Рошешуар. Однако я не рассказал об этом Суфиру, поскольку боялся вызвать у него удивление или жалость (так же, как стыдился своих дырявых штанов). Один и тот же факт, следовательно, мог порождать одновременно чувство стыда и гордости! Где-то в глубине моего сознания мысль о горсточке подобранных со стола крошек не вызывала стыда. Я даже ощущал себя победителем, ловкачом, сумевшим зажилить эту горсть. Но разве я мог признаться в этом вслух?

Я подозревал, что мы стыдимся друг друга, даже немного презираем. А знаете ли вы, кто спровоцировал в нас это взаимное презрение? Ален, вечно довольный собой! Его всегдашняя удовлетворенность собственным существованием раздражала нас обоих. Мы говорили друг другу, что он, Ален, обязан своим счастьем собственному неумению почувство-

вать всю сложность жизни (что в свою очередь означало следующее: яд стыда, проникшего в наши отношения, ощущался нами именно потому, что мы прекрасно отдавали себе в этом отчет). Как вам такое? Мы с Суфиром испытывали унижение, когда на нас смотрели окружающие: из-за дыры на штанах и из-за того, что собственный отец делает подарки в виде шикарной квартиры; тем не менее, мы чувствовали себя более человечными, чем Ален. Мы уверяли себя, что он защищен собственной несознательностью. Мы без пиетета относились к той силе, с которой он – чересчур просто – смотрел на мир. Довольно улыбаясь, Ален объяснял нам, что не стоит изучать медицину дольше года, иначе мы неизбежно потеряем прибыль, которую могли бы иметь, устроившись в один из городских врачебных кабинетов. Сам Ален выбрал для стажировки свободный график, что позволяло ему не посещать больницу и каждое утро заниматься по несколько часов. Он подсчитал, что участие в конкурсах и чтение журналов – не более чем потеря времени, гораздо лучше посвятить себя изучению минимального набора предметов, необходимого, чтобы успешно сдать экзамены. Мы считали его глупцом, когда он пускался разглагольствовать о том, что достаточно пробежать глазами левую страницу книги и выбрать несколько ключевых слов из текста, расположенного на правой, чтобы экзамен был сдан. Мы полагали отвратительными его рассуждения о необходимости жениться на богатой девушке, чтобы обзавестись машиной, загородным домом и обеспечить себе безбедное существование на все годы учебы. Он никогда не перенапрягался, но при этом получил диплом, будучи очень молодым, и он вообще ничего не стыдился. Ален развелся с женой, она покончила с собой, но он никогда не чувствовал себя виноватым.

Знакомые с тем, что такое стыд, мы презирали этого наглеца, полагая, что он обязан своей удачей и дурацким счастьем полному отсутствию каких-либо моральных принципов. На его месте мы бы просто умерли от стыда. Не исключено, что мы даже лелеяли мысль, что смерть от стыда – доказательство высокой морали. Ведь мы не были монстрами или бездушными автоматами. Яд стыда свидетельствовал о нашей способности страдать, когда мы замечали направленные на нас взгляды окружающих: мы придавали им большое значение, полагая стыд признаком нашей нравственности.

Мы беседовали с Суфиром о политике и литературе. Он рассказывал мне о Марокко, о великолепии тамошних городов, богатстве культуры. Я так никогда и не узнал, каким образом его отец заработал столько денег, заставлявших страдать его сына.

Я изложил ему свои политические убеждения – разумеется, они были левыми, – мы часто спорили с товарищами, и я никогда не стыдился нашей смелости и нашей трусости. Я никогда не вспоминал вслух о прорехах – в брюках, в подошвах ботинок, в крыше моей комнаты. А он, этот богатый чужак, никогда не говорил об оторванности от своих корней. Я, будучи чужаком бедным, тоже никогда не рассуждал о корнях. Наш стыд был молчаливым, словно мы заключили тайное соглашение. Мы обменивались переживаниями, которые можно было доверить друг другу, однако скрывали те страдания, которые нельзя облечь в слова. Мы произносили «я» с наслаждением, если речь шла о Марокко, Центральной Европе, кино и литературе. Однако, несмотря на все эти рассказы и доверенные друг другу переживания, наши внутренние миры никогда полностью не вмещались в это «я».

Необходимо было молчать о том, что часть наших душ покрыта плесенью, необходимо было обмениваться лишь приятными воспоминаниями о времени, проведенном вместе, и о нескольких мгновениях счастья. Стыд, образовывавший кисты в глубинах совести, поделил наши дружеские связи надвое: одна часть предполагала разговоры и дружбу, другая, молчаливая, отравляла жизнь каждого из нас. Если бы мы вдруг утратили хоть малейшую частичку нашей смелости, с губ могло произвольно сорваться какое-нибудь слово, демонстрирующее изнанку нашей разорванной души, а тело произвести жест, обнажающий дыру на брюках.

Без малейшего намека на дружеское расставание Суфир внезапно уехал с набережной Конти. Потом мне рассказали, что его отец арестован. Бежать моего друга вынудил стыд: он и подумать не мог о том, чтобы посмотреть мне в глаза.

Ален женился снова, заработал много денег и разбился, несясь на полной скорости в спортивном автомобиле; он так никогда и не испытал ни малейшего чувства стыда.

Шестьдесят лет спустя, в порту Ля Пти Мер в Ля Сене, недалеко от Тулона, я болтал с Лораном, пока тот менял доску в моей провансальской плоскодонке. Эти суденышки – настоящие произведения искусства, но поскольку они построены из дерева, о них постоянно нужно заботиться, иначе неизбежна течь. Лоран рассказал мне, что ходил в местную школу – здесь, в портовом квартале. Его родители были глухими и не могли разговаривать. Он признался, что умирал от стыда, видя хорошеньких мамочек, подзывавших к себе детишек; а потом вдруг сдавленно произнес: «Тогда я не понимал, какой невероятный подарок родители сделали мне своей самоотверженной привязанностью, невзирая на все проблемы. Мне стыдно, что я их стыдился. Сегодня я горжусь ими».

В Ля Сене много итальянских детей. Их отцы приехали сюда работать на верфях, рыболовецких судах и цветочных полях. Фели в детстве регулярно слышала от отца историю о том, как он был вынужден бежать из Италии. В 1920 году он служил жандармом в Генуе и получил приказ стрелять в бастовавших рабочих. «Когда я понял, что должен стрелять, то позеленел, обделался и опустил ружье», – звучал один и тот же рассказ. Маленькой девочке сложно восхищаться отцом, позеленевшим от страха и наделавшим в штаны. Любой ребенок предпочел бы, чтобы его отца, проявившего героизм в каком-нибудь сражении, наградили орденом посреди многолюдной площади. Став историком, Фели изучала рапорт немецкого офицера, расстрелявшего четыре сотни цыганских евреев в отместку за убитых партизанами сослуживцев. В конце он написал: «Подумать только, каждый вечер я вспоминаю об этом»¹. Этот документ неожиданно полностью изменил свой смысл, когда Фели сопоставила его с воспоминанием об отце, «позеленевшем от страха». «Я сразу же подумала о нем – о том, как он наделал в штаны и категорически отказался убивать себе подобных»².

Тот позеленевший от страха жандарм, Джузеппе де ла Рокетте, не был героем и даже антифашистом. «Откуда взялся в нем этот отказ убивать, совершить нечто, способное разрушить наше внутреннее „я“?» – задается вопросом Фели³. Возможно, этот человек не был настолько образован, чтобы поддаться фашистской риторике, но в любом случае его личность оказалась достаточно независимой, чтобы не подчиниться ей. Простая мысль о том, что ты можешь убить себе подобного – невинного человека, – разрушает наше «я». С точки зрения Джузеппе, это убийство выглядело абсурдным.

В ту же самую эпоху (1939–1942 гг.) бойцы 101-го резервного батальона немецкой полиции⁴ получили приказ убить еврейских и цыганских детей в районе Лодзи в Польше. Большинство выполнили приказ превосходно. «Помню первые казни. Это всегда выглядело одинаково... По правде говоря, в самом начале они не отдавали нам приказы убивать на месте, довольствуясь, скорее, тем, что просто намекали: с подобными людьми нечего церемониться...»⁵ Вскоре убийство превратилось в рутину. Меньшинство, имевшее право не участвовать в казнях, почти извиняясь, признавалось, что у них нет силы исполнять подобные приказы. Употребление слова «исполнять» для обозначения цели происходящего

¹ Фели Пасторелло-Буади. Межличностная коммуникация. Беседы с отцом, Джузеппе де Ла Рокетте. 17 августа 2009 г.

² Там же.

³ Там же.

⁴ Браунинг К. Р. Обычные люди. 101-й резервный батальон полиции. Лондон: Harper Collins; фр. перевод: Париж: Taillandier, 1992, 2007.

⁵ Пробст Б. Свидетельство. В кн.: Браунинг К. Р. Обычные люди. Париж: Taillandier, 2007, с. 85.

придает исполнителю статус винтика в системе, ориентированной на победу. Офицеры батальона могли бы заявить, что их люди «подчинились приказам», – однако выбор слова «подчиняться» означал бы слабую сознательность, тогда как слово «исполнять» предполагает ощущение механической силы. Следует гордиться исполнением приказа, который приближает победу и очищение. Мы стыдимся подчиняться приказам, которых не понимаем. Эти brave бойцы 101-го резервного батальона, торговцы чаем, столяры, мелкие предприниматели, бывшие коммунисты, охваченные национал-социалистической эйфорией, испытывали удовольствие от исполнения приказов. Они гордились тем, что приближают победу нацизма и участвуют в очищении общества, в то время как те, кто не рискнул участвовать в казнях, почти стыдились того, что не нашли в себе необходимой силы. Их неучастие сделало работу 101-го батальона менее эффективной – то есть они не могли разделить успех операции, почти что предали своих товарищей, оставив их один на один с приказом убивать. Менее 20 % этих полицейских отказались стрелять в детей. Хотя имели на это право. Лейтенант Бюхман, тридцати восьми лет, член национал-социалистической партии, заявил, что он не будет убивать невинных. Как и следовало ожидать, ему просто доверили исполнение другого приказа. Никакого героизма, неповиновения – лишь немного стыда от того, что не нашел в себе ментальной силы, отличавшей других полицейских, и тем самым лишил весь отряд чувства солидарности.

Джузеппе, итальянский полицейский, измарал брюки, потому что в его голове обыкновенная мысль об убийстве себе подобного – ради выполнения приказа, лишённого смысла, – вызвала отклик в теле, направив сигнал, атаковавший сфинктер. Джузеппе не стыдился своей слабости. Понятно, что его маленькая дочь предпочла бы узнать о героизме своего отца, однако, достигнув интеллектуальной зрелости, она ощутила, как ее стыд превращается в гордость.

Brave бойцы 101-го батальона немецкой полиции не стыдились казнить людей одного за другим – на улицах, в больницах и школах, – всего было казнено 83 тысячи человек. Правда, они не могли гордиться теми, кто не нашел в себе силы повиноваться. Неразборчивость в выборе средств заставила исполнителей относиться к себе подобным с доверием, тогда как слабаки, не испытывавшие общего экстаза, ощутили себя почти предателями.

Джузеппе представлял людей такими же, как он сам, и потому он не мог их убивать. Тогда как исполнители массового убийства не считали себя виновными в смерти хотя бы одного человека. Эти полицейские попросту чистили ряды общества от *stück*⁶, паразитов, отребья, не имеющего ничего человеческого.

Стыд, это ядовитое чувство, этот нарыв в душе, не является окончательной эмоцией. Он может вдруг превратиться в чувство гордости, если наша жизнь продолжается или когда мы занимаем надлежащее место в своей культурной среде.

Я знаю вещества, вызывающие необъяснимые приступы бешенства, напитки, вызывающие беспричинную эйфорию. Но не знаю ничего, что искусственным образом порождало бы стыд, – поскольку это чувство присутствует в подсознании неизменно. В моем закрытом внутреннем театре я вывожу на сцену то, о чем не могу сказать вслух, поскольку опасюсь того, как вы это воспримете.

«Нет необходимости изменять факты... Речь постоянно идет лишь о том, чтобы сорвать покров тайны, признаться... Гордый стыд... превращение судьбы пассивной в судьбу направляющую»⁷.

Значит, из этого состояния можно выйти?

⁶ Здесь – кусок мяса. (нем.)

⁷ Мальро А. Антимемуары. Париж: Gallimard, 1967, с. 13.

Глава 1

Выйти из стыда – подобно тому, как выползают из норы

Странное молчание травмированных душ

Странное молчание травмированных душ... «В возрасте шестнадцати лет я узнал, что однажды больше не смогу видеть. Вдохновленный бешеным желанием победить и зная, как сильно любят меня близкие [...], я решил ничего не говорить о болезни даже собственным родителям»⁸.

Ошарашенный известием, Жак еще больше года не пытался ничего рассказать! Он знал, что станет инвалидом, но достаточно было произнести это вслух, чтобы в душах тех, кто его любил, уже в момент окончания фразы поселилось несчастье. Сказать – означает сделать ошибку, допустить постыдную оплошность.

Разделенная эмоция врачует травму⁹, однако повергает в страдание любящих травмированного. Речь идет о связи, не так ли? По какому праву мы вовлекаем близких в наши беды? Но если мы молчим, это способствует рождению недоверия, и между нами возникает тень. «К стыду, заставляющему меня молчать, добавится – стоит лишь мне заговорить – чувство вины за то, что я вовлек вас в собственные проблемы».

К счастью, сочинительство, театр, роман или любая другая репрезентация способны управлять эмоциями, придавать им художественную оболочку, что позволяет сохранять интимную связь с посторонними. Вот почему доверие оказывается более легким способом: проще довериться незнакомцу, которого больше никогда не увидишь, чем близкому человеку, рядом с которым существуешь. Тяжесть слов в обоих случаях оказывается разной.

Разделение эмоций может быть приятным или утомительным занятием – в зависимости от характера самой эмоциональной связи. Не сложно делить радость или счастье с теми, кто находится рядом. Можно даже испытывать некоторое удовлетворение от того, что делишься своей болью с теми, кого любишь, чтобы успокоить их¹⁰. Но кто захочет разделить со мной мой стыд? Кто не испытает смущение, услышав рассказ о «сексуальных ловушках, расставляемых мне моим отцом»? Этот человек был ответственным работником небольшого уровня, которого окружающие уважали за его поступки. Он хорошо говорил, хорошо одевался и всегда был готов великодушно откликнуться на просьбу ближнего о помощи. Его очень ценили. Однако каждый вечер он блокировал задвижку на двери в спальне собственной дочери, чтобы она не могла запереться там, или приказывал ей спать в его кресле, или, когда она проходила мимо, внезапно набрасывался на нее. Как рассказать об этом, не боясь вызвать недоверие: «Я знал твоего отца, он никогда не смог бы так поступить»? Слушающий впадает в ступор, испытывая тошноту или ощущая на губах привкус чего-то непристойного. «Инцест не является частью истории»¹¹, мы не можем на публике рассказывать о сексуальных ловушках, которые расставлял дочери отец, уважаемый обществом человек.

⁸ Семелен Ж. Иду туда, где я – посторонний. Париж: Seuil, 2007.

⁹ Риме Б. Разделение эмоций в социуме. Париж: PUF, 2005.

¹⁰ Льюис М. Возникновение человеческих эмоций. В кн.: Льюис М., Хэйленд Дж. М. Справочник эмоций. Нью-Йорк: Guilford Press, 2000, с. 265–280.

¹¹ Сиккон А., Ферран А. Стыд, чувство вины и травматизм. Париж: Dunod, 2009.

Ситуации, провоцирующие непонимание, многочисленны. Инцест, сексуальная агрессия, особенно со стороны женщины, не поддаются пересказу. Представьте отца, сидящего за столом вместе с детьми во время изысканной трапезы и рассказывающего, как в возрасте двенадцати лет, когда он находился в пансионе, женщина из obsługi каждый вечер приходила в спальню к мальчикам, срывала с него одеяло и делала все, что требуется, чтобы вызвать эрекцию. Садилась верхом, а затем исчезала, ничего не сказав и оставляя ребенка абсолютно обескураженным. Одно-единственное слово, произнесенное этой женщиной, могло бы установить между ними связь, однако произнесение слов еще больше усиливало ощущение стыда от сексуального домогательства со стороны неизвестной – действительно, какой стыд! И как рассказать об этом своим детям?.. Просто невообразимо! Другим? Невозможно! Их ступор или насмешка покажутся вам оскорбительными. «Даже психоаналитику я рассказал об этом с трудом. Я попросил перенести сеанс в кафе на углу... Словно собирался преступить закон... Это не нормально... Я стыжусь того, что со мной случилось... Я не такой, как все».

Стыдящийся культивирует тайну, чтобы не смущать тех, кого любит, чтобы не быть презираемым и защититься, сохранив свое лицо. Эта реакция – вполне законная защита – заставляет человека говорить иносказательно. Стыдящийся предпочитает отстраненность, иносказательность, поверхностность – только так он чувствует себя относительно спокойно. Неосторожно вырвавшееся слово, случайный поступок – и воцаряется тяжелое молчание, всякие межличностные связи прерываются. Эти раз за разом возникающие волны напряжения – неожиданные, непонятные окружающим – высасывают из человека всю энергию. Ничто так не истощает организм, как запреты, необходимость бездействия, молчание, – это сродни тому, как зверь, чувствуя опасность, замирает неподвижно.

Подобное поведенческое и словесное молчание – защитная реакция, проявляющаяся в контексте ситуации насилия. Но молчание начинает угнетать самого насильника, как только окружение перестает им интересоваться. Адаптация, естественная самозащита во время войны, что бы под ней ни воспринималось, заложена в человеческую память, как условный рефлекс, и дезорганизует связи между людьми. К чему молчать, если больше нет необходимости делать это, чтобы защититься? Зачем тревожиться, если наше окружение относится к нам нормально?

Память играет с нами дурную шутку, когда мы пытаемся ответить на давнюю агрессию, хотя давно уже наступило время жить, отказавшись от любого насилия. Нужно меняться одновременно с контекстом, а это не всегда возможно. Дети быстро учатся реагировать на новые условия своего существования. Большую часть времени пережившие травму дети носят на себе ярлык «трудных» и, не имея надлежащего окружения, действительно становятся «трудными». Но когда их приглашают поделиться своими чувствами, когда окультуривание позволяет им избавиться от ощущения травмы, стыд видоизменяется. Теперь судьбой этих детей будет управлять традиционное отношение культурной среды к стыдящимся.

Внутренний обличитель

Этот яд души сложно разделить с кем-либо, поскольку доверить историю о происхождении источника стыда означает оказаться во власти другого, разрешить ему судить нас. Нередко стыдящийся, который «доверился», «провоцирует критику со стороны тех, кому открылся»¹². Поскольку молчание – защитная функция, раскрытие тайны несет в себе опасность для того, кто начинает говорить. Теперь чувство стыда, живущее в нем, зависит от реакции доверенного лица, культурных мифов, оказывающих на него свое влияние, а также его предубеждений. Раз есть жертва, значит, между насильником и подвергшимся насилию существовала физическая близость. Возникни между ними чувство соучастия, это бы нас не удивило. Впрочем, во множестве культур все еще принято осуждать «партнеров по насилию».

Стыдящийся, потерявший в результате акта насилия свою индивидуальность, не способен противиться физическому превосходству доминанта и даже просто заявить о себе как о личности, глядя тому в глаза. Он чувствует себя ничтожнее другого – подчиненным, униженным; любопытно, что этот невероятный разрыв в сознании порождает следующую мораль: «Другой более значим, нежели я. Я изучаю поведение насильника, чтобы лучше управлять им, ставлю себя на место тех, которые, как и я, подверглись агрессии». Подобная манера думать о себе таким образом, отождествляя себя с другими, – это «знак, что речь не идет ни о каком извращении»¹³. В то время как Нарцисс восклицает: «Я самый прекрасный на земле, ибо нет никого, подобного мне», стыдящийся, напротив, шепчет: «Единственное, что имеет значение, – это взгляд другого. Если он поймет, каков я на самом деле, я сразу же умру от стыда. Надо избегать его взгляда, это меня защитит. Сделаюсь тише воды, ниже травы в глазах тех, кого я признаю доминантом».

Когда речь идет о защите братьев, стыдящийся способен броситься на насильника. Эта защита нападением позволяет ему продемонстрировать самому себе, что он не столь ничтожен, как полагает. Помочь тому, кто пережил травму, понять его, сродниться с ним одновременно означает оказать насильнику отпор и признать истинность ненавидимой нами мысли, что мы создаем себя сами. Стыдящийся – это анти-Нарцисс, и его оружие – альтруизм. «Ради защиты других я отважусь напасть на Нарцисса, думающего только о себе; признаюсь, я немного его презираю. Ведь он должен стыдиться думать о ком-то еще, кроме себя». Помогая пережившим травму, давая отпор Нарциссу, стыдящийся пресекает собственные нарциссические порывы. Альтруизм и мораль приходят ему на помощь, помогая убить Нарцисса-извращенца.

Попытка «историзации» – еще один способ помочь тем, кто подвергся насилию. Написать или пересказать историю пережитой травмы означает составить судебную речь, в которой будет предпринята попытка объяснить причины того, зачем жертва насилия прибегает к самоуничтожению, и таким образом позволить ей почувствовать себя под взглядами других не столь ничтожной. Чувство стыда становится легче, если окружение ищет возможность понять, а не осуждать. Когда мы рассказываем истории о самих себе, когда мы становимся выразителями собственных мыслей, стараясь объяснить, почему «недочеловек» – это не про нас, мы действуем по схеме «другой – как я», и, глядя в это зеркало, перестаем стыдиться слишком сильно.

¹² Сен-Ману А. Социальное разделение эмоций и адаптивное поведение подростков; докторская дисс. Париж, 1998, с. 235. Также в кн.: Риме Б. Разделение эмоций в социуме, с. 208.

¹³ Скотто Ди Веттимо Д. Существовать и выжить в состоянии стыда. Гренобль: Presse Universitaire de Grenoble, 2006, с. 233.

Внутри у стыдящегося обитает назойливый обличитель, не перестающий нашепты-вать: «Ты – ничтожество», подобно тому, как в душе виноватого расположился Суд, бес-престанно выносящий ему обвинительный приговор. Стыдящийся прячется, чтобы меньше страдать, или пытается вновь вернуть себе вес в глазах окружающих. Виновный наказы-вает себя, дабы искупить вину. Меланхолики полагают, что они достойны смерти, настолько серьезным представляется им собственное преступление. И в то время, когда их никто не осуждает извне, они приговаривают себя к самобичеванию, заведомо обрекая на неудачу. Удивляются тому, что разорвали отношения с женщиной, которую любят, и задаются вопро-сом, почему так часто забывают заводить будильник перед экзаменом, к которому так тща-тельно готовились. «Ты – лишь то, чего ты достоин», – провозглашает внутри нас вообра-жаемый Суд.

Не верьте, будто чувство вины не имеет общего с чувством стыда. Тот факт, что у них разные корни, не мешает нам рассмотреть их вместе. Я вспоминаю мадам М., которая должна была ухаживать за матерью, страдавшей болезнью Альцгеймера. Почти двадцать лет подряд она была матерью собственной матери, что мешало ей быть матерью своих детей и женой своего мужа. Скованная привязанностью, требовавшей огромной ответственности, она стыдилась взгляда матери, полагая, что не полностью отдается ей. Когда та наконец умерла, потеря спровоцировала невероятную тоску и одновременно приступы счастливого экстаза. «Наконец-то свободна! Сегодня вечером я могу пойти в кино с мужем!» Невероят-ная радость! И сразу же – тяжесть стыда. «Мне стыдно быть счастливой, потому что моя мать умерла». Страдание, вызванное смертью тех, кого мы любим, равноценно стыду, кото-рый возникает, если мы позволяем себе радоваться их уходу.

Нельзя перестать чувствовать себя виноватым, но можно приспособиться к этому чув-ству и меньше страдать. И тогда мы изобретаем различные стратегии, связанные с иску-пительной жертвой, самонаказанием, дающие возможность несколько загладить вину. «Я делаю себе плохо, потому что я поступал плохо», – думает тот, кто подчиняется решению своего внутреннего Суда. Мы не понимаем, почему наказываем себя, не отдаем себе отчет, настолько подавление мешает нам мыслить трезво. И когда появляется ошибочное ощущение, что пора выйти из тени, мы бьем себя в грудь, повторяя: «Это – моя вина, моя огром-ная вина». Я ни разу не слышал: «Это – мой стыд, мой великий стыд», но часто видел сты-дящихся, прячущих лицо в ладонях, словно этим они желали сказать: «Не могу, когда вы видите меня в подобном состоянии. Ваш взгляд пронзает меня насквозь, – весь мой ничем не примечательный внутренний мир».

Стыд и его противоположность

К стыду адаптируются благодаря механизмам избегания, замалчивания, отступления, что ослабляет межличностные связи. И все же в конце концов мы перестаем стыдиться и выходим из стыда, как из логова. С возрастом это чувство ослабевает, поскольку мы сами по себе становимся сильнее, учимся доверять, и еще потому, что, лучше приспособиваясь к самим себе, мы меньше теряемся под взглядами других. Стыд не столь заметен, если наши чувства притуплены и мы легче управляем ими. Однако нередко стыд возвращается к нам в виде своей противоположности – чувства превосходства.

Как-то вечером в Бордо, во время собрания в синагоге одна дама рассказала, что когда (во время Второй мировой войны) она была ребенком, ей, дабы избежать смерти, пришлось сменить фамилию. Скрыв свои еврейские корни, она выжила, однако эта девочка умирала от стыда, ежедневно слыша, как храбрые крестьяне, защитившие ее, рассуждают о том, что все финансовые трудности проистекают от евреев, из-за которых и началась война. После Освобождения она, единственная из выживших в ее семье, продолжала скрывать принадлежность к еврейской нации, настолько сильно отпечатался в ее памяти стыд. Смущаясь, она размышляла: «Я принадлежу к еврейской семье, ответственной за несчастья этих отважных людей, спрятавших меня! Достаточно никому не говорить, что я еврейка, чтобы все любили меня, но если я расскажу об этом, те, кого я люблю, посмотрят на меня с враждебностью». Тайна, спасшая ей жизнь во время войны, перешла в разряд невысказанного и позволила существовать в гармонии с окружающими. Ей очень хотелось раскрыть эту тайну, но она ждала, пока ее окружение даст ей возможность высказаться.

Однажды, когда ей было уже за шестьдесят, сидя за чаем у соседки, она произнесла: «Вам следует знать, что я – еврейка». Поскольку это «признание» не имело ничего общего с темой беседы, соседка заинтересовалась услышанным. Так, благодаря простому признанию, еврейская дама одной фразой заставила замолчать своего внутреннего обличителя. И потом, каждый раз встречая соседку, она произносила: «Вам следует знать, что я – еврейка». Ее соседи стали интересоваться Холокостом, поскольку культура изменилась, и то, что говорилось вокруг, не могло пролить свет на некоторые события истории. Кое-кто полагал, что эта дама просто желает привлечь к себе внимание, и считали высокомерием то, что для нее было всего лишь наслаждением свободой.

Слово «стыд» вполне может означать и его прямую противоположность. Станислав Томкевич появился на свет в 1930 г. в Варшаве. Не очень удачное время, чтобы родиться евреем. В результате действий антисемитов он был заключен в гетто, а потом депортирован в лагерь смерти. После Освобождения полумертвый подросток был отправлен Красным Крестом во Францию. Несколько десятилетий спустя, став психиатром с мировым именем, он был приглашен в Иерусалим. Ошеломленный, он смотрел на израильских солдат, контролировавших арабов, и шептал: «*Это* начинается снова... *Это* начинается снова...» Он, обычно такой веселый, помрачнел. И сказал: «Мне стыдно от того, что я еврей». Но слово «стыд» имело совсем иное значение, нежели то, которое вкладывала в него дама из Бордо. Когда она произносила «стыдно», то вспоминала опасное ощущение собственной ничтожности, связанное с принадлежностью к проклятой нации. Станислав, употребляя то же самое слово, желал сказать: «Я горжусь тем, что мне стыдно», словно пытался объяснить: «Я не на стороне насилия. Я слишком хорошо знаю, что *это* такое... я вспоминаю Варшаву; а теперь *это* начинается снова!» Говоря, что ему стыдно, он гордился тем, что занял сторону угнетенных. И несмотря на свою принадлежность к доминантам, не был солидарен с ними.

Этот процесс «перехода в противоположное»¹⁴ нередок в повседневной жизни. Мы часто видим тучных людей, стыдящихся афишировать свой избыточный вес и потому поющих в одном хоре с такими же толстяками, лысых, смеющихся над собственной плешью, или гомосексуалистов, организующих гей-парады, где энергия плещет через край.

«Мне это скорее кажется симпатичным»¹⁵, – таково чувство стыда, которое я зачастую испытываю. Это умеренное чувство доказывает, что я не являюсь доминантом, а просто хочу показать вам, насколько я горд своей простотой. Можно в одно и то же время испытывать эротическое наслаждение и стыд – как женщина, впервые демонстрирующая себя обнаженной мужчине, к которому ее влечет желание. «Чтобы подогреть его, я должна разыграть тонкое смущение, это сблизит нас». Робкие люди, стыдящиеся своей эрекции, говорят, что смущаются физического выражения собственного желания, и никогда не скажут, что они виноваты в том, что кого-то хотят¹⁶.

«Когда я, раздетая, нахожусь в своей ванной одна, мне не стыдно, – говорит женщина. – Даже если мне грустно от того, что я вижу свой целлюлит». «Когда у меня случается эрекция в присутствии моего кота, – продолжает мужчина, – я не прошу его отвернуться, чтобы избежать его взгляда». «Но если я раздеваюсь в присутствии мужчины, к которому испытываю желание, – заявляет женщина, – мне хочется быть великолепной и сексуальной в его глазах, поскольку стыд может быть связан с крахом наших личных чаяний»¹⁷. Разрыв между тем, что я есть, и тем, что я произношу вслух, приводит к возникновению болезненной травмы. Когда самореализация ничтожна по отношению к чаяниям, тот расколотый образ, который возникает у нас в голове, вызывает чувство стыда – и мы стыдимся самих себя. Следовательно, можно испытать стыд, ассоциируя себя с тем расколотым образом, который другие даже и не думают отождествлять с нами.

¹⁴ Фрейд З. Влечения и их судьба. Париж: Gallimard (1915), 1952.

¹⁵ Ожбен Р. Аморален ли стыд? Париж: Bayard, 2002, с. 9.

¹⁶ Сартр Ж. -П. Бытие и Ничто. Париж: Gallimard, 1943, с. 275–276.

¹⁷ Ожбен Р. Аморален ли стыд? – с. 45.

Прозрачность стыда

Бедность становится причиной возникновения похожей ситуации. Бедность не порок, но лохмотья, связанные с ней, разрушают целостность образа, отчего нуждающийся начинает стыдиться. Потертые брюки словно являются откровением об их владельце – они показывают другим то, что он хотел бы скрыть от их глаз. Стыд бедности возникает от очевидности: «Мои потертые брюки вопреки моему желанию демонстрируют мою социальную деградацию». Подросток, который верит, что мать угадывает его эротические мечты, умирает от стыда под ее взглядами, тогда как вполне очевидно, что она не может проникнуть в его внутренний мир, где ей нет места. Днем подросток чувствует, как взгляд матери пронизывает его насквозь, оценивает все его позы и «шарит» по его одежде. Ночью, когда подростка охватывают эротические сновидения, в его голове все еще сильно опасение, что его раскрыли. Лишь позднее, став самостоятельным, он сможет купить себе новые брюки или представить матери свою невесту, так же как сможет посмеяться над старыми потертыми брюками, похвастаться победой над бедностью и удивиться своим фантазиям, столь психологически очевидным. Преодолев бедность и избавившись от родительского превосходства, он начинает смотреть на себя по-другому.

Этот обезличивающий стыд, который принято связывать с властью чужого строгого взгляда, становится источником своеобразного морального мазохизма, противоположного мазохизму извращений. Сад или Мазох полагают, что другой – не более чем средство испытывать наслаждение. Чтобы убедиться, что ты встретил на своем пути личность, а не просто *сексуальную игрушку*, достаточно всего лишь поинтересоваться внутренним миром этого человека, узнать историю его жизни, понять, какие ценности он исповедует. Извращенец даже не предполагает, что можно спросить другого о каком-то там «внутреннем мире». Тогда как стыдящийся думает только об одном: что другой думает о нем самом. И, возможно, о том, что его собственная стратегия выстраивания отношений, по причине невозможности быть реализованной, искажает отношения между людьми.

Посттравматический стыд провоцирует такое самоуничижение, что переживший травму в конце концов начинает стесняться партнера: «Посмотрите, каков я, – способен произнести стыдящийся. – Как вы можете хотеть, чтобы она любила такое ничтожество, как я? Чтобы любить меня, необходимо, чтобы она нашла во мне то, что она ожидает. Я сделаю все, чтобы стать хоть немного достойным ее привязанности». Подобная эмоциональная попытка договориться с самим собой обезличивает стыдящегося, который – чтобы его полюбили – в конце концов помещает себя на конвейер изнурительной депрессии. Вот почему среди тех, кто занимается профессиональным оказанием помощи, столь широко распространен синдром эмоционального выгорания: тридцать из ста медсестер страдают им¹⁸. Эта ситуация еще более характерна, если говорить о психотерапевтах. Отстраненная связь, когда врач не ставит себя на место пациента, освобождает врача от переживаний, но если врач, общаясь с пациентом, вспоминает какие-либо болезненные моменты собственной биографии, пациент не лишается участия и заботы.

Стремление ставить себя на место другого, чрезмерная эмпатия определяют выработку определенной стратегии – этической, но одновременно делающей сочувствующе уязвимым. Витольд Гомбрович, родившийся в семье польских аристократов, уходившей корнями в литовское дворянство, должен был стать юристом, чтобы управлять финансами своей семьи.

¹⁸ Баэза Б., Мерсье К. От необходимости взгляда со стороны к стремлению находиться на виду. Интерес к формату «брифинг – дебрифинг» в вопросах ограничения и терапевтического воздержания в поливалентной реанимации. Тулон, июнь 2009 г. (дипломная университетская работа).

Однако в возрасте десяти лет он обнаружил «отвратительную правду», и ему стало невероятно стыдно: «...Мы, „господа“, были гротескным, абсурдным, глупым, болезненно комичным и даже отталкивающим феноменом...»¹⁹ Испытывая унижение от того, что родился аристократом и не сделал ничего для прославления семьи, ребенок начал стыдиться собственной принадлежности к дворянству, подобно тому, как другие гибнут от стыда, помогая умереть собственной матери. «Чем больше я возвышаюсь, тем больше меня унижают беды угнетенных», – рассуждали аристократы в ночь на 4 августа 1789 г., когда они были лишены своих привилегий.

Аналогичный стыд присутствовал в душе Захер-Мазоха, чья богатая семья пользовалась всеобщим почтением. Невероятное счастье: «Мой отец получал огромное жалованье и, помимо прочего, имел роскошную квартиру в здании Префектуры полиции, с отоплением и освещением, свой экипаж, ложу в театре, – и все это за государственный счет»²⁰. Могли бы вы дегустировать изысканные блюда, в то время как рядом с вашим столом умирает от голода изнуренный ребенок? Чтобы насладиться трапезой, вы должны поделиться с ним куском. Испытывая подобные переживания, маленький Леопольд Захер-Мазох участвовал в уличных боях в революционной Праге 1848 года. В возрасте двенадцати лет он поднялся на баррикады и был опьянен «сухим треском ружейных выстрелов, раскатистыми командами офицеров, криками сражающихся, стонами раненых»²¹. Начиная с этого момента духовного рождения Леопольд посвятил свою жизнь помощи беднякам и защите угнетенных, не имея другой возможности быть счастливым, кроме как делая счастливыми их. Для обоих мальчиков, Витольда и Леопольда, власть и богатство стали источниками стыда, поскольку основывались на унижении других. Можно преодолеть стыд, бросившись помогать слабым и угнетенным. Именно такой ценой достигается сладостное облегчение и эротическое наслаждение.

Стыд достигает своего пика у подростков – в тот период жизни, когда возникающее сексуальное желание побуждает их интересоваться: «Каким меня видят другие? Ничтожным – из-за моих лохмотьев, которые служат доказательством моей нищеты, или, наоборот, ничтожным потому, что мое богатство унижает других? Богач я или бедняк – в любом случае я страдаю от того, что именно читаю во взглядах других, устремленных на меня».

Можно преодолеть стыд подобно тому, как раб покупает себе свободу, соблазняя хозяйина, или поднимаясь на баррикады, чтобы придать солидность своему образу в заботе об угнетенных, или вступая в ложу масонов, чтобы вернуть себе утраченное достоинство, или становясь писателем – чтобы возвеличить униженных. В день своего прибытия в Аушвиц Примо Леви узнал в охраннике ученого-химика, такого же, как он сам, и попытался сблизиться с ним. Но эсэсовец дал понять узнику, что тот у него «как на ладони». В его глазах Леви больше не был человеком. Следовательно, его можно было бросить в печь, не испытывая чувства вины. Но когда Примо Леви, почти утративший человеческое обличье, встретил Лоренцо, сохранившего, несмотря на ужасы реальности, свое достоинство, он стал смотреть на него с обожанием и принялся подражать ему, излечиваясь от стыда: «Я обязан Лоренцо тем, что не забыл: когда-то я тоже был человеком»²².

¹⁹ Гомбрович В. Воспоминания о Польше. Париж: Gallimard, Folio, 1984, с. 10.

²⁰ Мишель Б. Захер-Мазох. Париж: Robert Laffont, 1989, с. 18.

²¹ Там же, с. 81.

²² Леви П. Человек ли это? Париж: Julliard, 1987.

Разделить наслаждение, выразить гнев, скрыть стыд

«Я даю вам власть сокрушить стыд и вернуть себе достоинство». Какая любопытная дилемма! Сила стыда зависит от влияния другого. Но могущество, которым он обладает, невыразимо!

Однако это чувство можно проанализировать и оценить. Бернард Риме опросил 913 человек в возрасте от двенадцати до шестидесяти лет²³: «Какие сильные эмоции вы испытывали в последние дни?» Благодаря этому простому методу, он собрал множество свидетельств гнева, тоски, страха и иных эмоций. Стыд упоминался более чем в половине всех ответов. Но на следующий вопрос: «Какими эмоциями вы делились с вашими близкими, семьей, друзьями или коллегами?» – он получил удивительные ответы. О гнев и депрессии говорили спокойнее всего. Значит, окружение могло как-то реагировать на это, разделить слова признающего. Но со стыдом все обстояло совсем иначе! Часто возникающий, сильный, переворачивающий душу, отравляющих одних и дезориентирующий других – стыд оставался невысказанным! Говорить о гнев не так уж и неприятно. Акт проговаривания обладает смягчающим эффектом – гора с плеч, вы как будто разгрузили вагон: «Мне необходимо рассказать об этом!» Когда другой разделяет с нами наш гнев, мы уже не так одиноки, как раньше: мы чувствуем, что нас понимают, что наш собеседник принимает нашу сторону и становится нашим союзником. Мы испытываем облегчение благодаря проговариванию, успокоенные тем, что слушающий понимает нас.

Сегодня о депрессии говорить проще, чем раньше. Ни в коем случае нельзя произносить вслух: «Я провел три месяца в психиатрической клинике», но можно употребить формулировку вроде: «Мне все надоело, я удручен, потерял вкус к чему бы то ни было», и это позволит нам разделить с другим чувство, которое, быть может, испытывает и этот другой. Так, несмотря на депрессию, мы остаемся нормальными людьми, верно?

Слова о стыде трудно произносимы, ведь мы боимся неожиданной реакции другого. Представим, что кто-то говорит: «Простите, я опоздала, но пока я поднималась по лестнице, направляясь сюда, меня изнасиловали». Какой бы ни была в этом случае ваша реакция, она все равно будет негативной. Нельзя сказать: «Это ерунда, не стоит даже думать об этом». Мы часто считаем колебания слушателя и его затуманенный взгляд попыткой понять, каким образом жертва могла спровоцировать нападавшего. После чего единственно возможная реакция такова: «Тебе необходимо успокоиться, а потом мы вместе отправимся в комиссариат полиции»; но возникшая пауза порождает чувство стыда. Когда мы вновь наберемся сил – лет через двадцать – можно будет признаться: «Меня изнасиловали», но сразу после изнасилования чувство унижения мешает нам раскрыться полностью.

²³ Риме Б., Мескита Б., Филиппо П., Бока С. Вне эмоционального события: шесть исследований процесса обмена эмоциями в социуме // *Познание и эмоция*, 1991, № 5 (5/6), с. 435–465.

Успех как маска стыда

Глупо утверждать, будто несчастье других вдохновляет. Поэтому переживший травму не контролирует реакцию окружения, которому он доверяется. Пожарные – настоящие герои, мы обожаем их за силу и мужество, они неуязвимы, они спасают нас. Ничто не заставит их бояться, ни огонь, ни смерть. Но однажды Супермен может задрожать, скукожиться, сделать шаг назад и спрятаться, чтобы поплакать. Ему стыдно, что он тонет в страхах, которые надо преодолевать. А насмешливые свидетели испытывают маленькое наслаждение, наконец-то видя его униженным, – ведь теперь он подобен любому из нас!

Итак, стыд, не имея возможности быть облеченным в слова и по причине того, что мы существуем среди себе подобных, и никак иначе, заставляет нас изобретать некоторые стратегии его преодоления. Амбиции – превосходная личина для стыда, если униженный начинает гордиться своим бунтом. «Думаете, я ничтожен? Что ж, сейчас я покажу вам, каков я на самом деле!» Мысль о реванше придает ему силы для после дующей реабилитации. Однако и в этой закономерной самозащите остается место стыду. Стыдящийся не избавляется от яда – он просто находит противоядие, необходимое и дорогостоящее²⁴. Отныне все его усилия посвящены стремлению к успеху, и это позволяет смотреть на себя, как на победителя. Рассуждая исключительно о победах, он пытается замаскировать промахи, которые по-прежнему отравляют его существование, когда он остается наедине с собой в тишине. Позади источника света, исходящего от социума, возникают склепы, в которых перешептываются призраки²⁵.

Успех не всегда является доказательством победы, часто он тождествен триумфу скрытого страдания. Впрочем, те, кто изобрел слово «успех», прекрасно понимали, что речь идет об освобождении от стыда, подобно тому, как раб покупает свою свободу. По-итальянски «успех» – *re-uscita*, что означает выход из страдания, тупика, обретение пути, уводящего от повторения. Умирающий от стыда вдруг понимает, что может выйти из этого состояния, совершая поступки, диаметрально противоположные тем, которые отравляют его ощущения. В этом случае успех – сражение, но не победа. Нередко толстый мальчик ощущает себя ничтожеством в глазах девочек. Стыдясь своего тела в том возрасте, когда ему хочется быть желанным, он начинает регулярно ходить в спортивный зал и в течение нескольких месяцев превращается в Мистера Мускула. Поднимая тоннами гантели, он забывает про уроки, но теперь ему приятно смотреть на себя в зеркало. Он больше не стыдится собственного тела, но все равно задается вопросом, почему же до сих пор не нравится девочкам. «Ведь у меня бицепсы – сорок три сантиметра в обхвате», – думает он. Он компенсировал стыд, который возникал от того, что его тело было толстым и рыхлым, но не смог направить свой порыв на выстраивание личных отношений²⁶. Компенсирующий бой со стыдом – вполне закономерная самооборона, однако победить не удастся. «Механизмы освобождения требуют работы, направленной вглубь... дабы выйти из оцепенения и активизировать свои потенциальные возможности... приспособить свою собственную историю к социальным нормам...»²⁷

Восхитительная Роми Шнайдер в возрасте одиннадцати лет была отдана в религиозный приют недалеко от Зальцбурга. Мать навещала ее три-четыре раза в год, отец – никогда. Магда Шнайдер, мать девочки, была подружкой Гитлера и известной актрисой, невероятно

²⁴ Гольжак В., де. Источники стыда. Париж: Desclée de Brouwer, 1996, с. 230.

²⁵ Абрам Н., Торк М. Скорлупа и ядро. Париж: Flammarion, 1978; Цирюльник Б. Шепот призраков. Париж: Odile Jacob, 2003.

²⁶ Лелай Л., Боур П., Бласко К., Цирюльник Б. Материалы семинара «Спорт и устойчивость». Париж, октябрь 2009 г.

²⁷ Гольжак В., де. Источники стыда, с. 255

востребованной нацистской пропагандой. «Как можно быть немцем?» – спрашивал себя ребенок, чье человеческое становление происходило в послевоенные годы, переполненные свидетельствами нацистских преступлений²⁸. Стыд за свои корни вызывал у Роми непрерывную горечь, и ее «мятеж» принял наиболее простую для девочки ее возраста форму: влюбляться в мальчиков, которые не нравятся матери²⁹. Речь, правда, не идет о свободе в выборе друга, скорее – об оппозиции по отношению к идеологическим устремлениям матери. Впрочем, сама став матерью, Роми даст своим детям еврейские имена, чтобы полностью порвать с родителями и компенсировать стыд, любя тех, кого презирала ее мать.

Многие молодые немцы преодолели стыд иметь подобных родителей, вступая с ними в публичные споры. Но в кругу семьи, предполагающем обязательную привязанность к близким, невысказанное только усиливает тягостное ощущение: «Вы ничего не узнаете обо мне. Ничего, ни слова. То, что они сделали, останется тайной... мои родители горят в аду... А меня они приговорили жить с постоянным чувством вины... Однажды, один-единственный раз, мой отец напился так сильно, что рассказал, насколько ужасно было расстреливать детей из пистолета, поскольку эти глупые солдаты со своими автоматическими ружьями целились слишком высоко. И попадали только во взрослых... Боже мой, дорогой папочка! Каким все-таки добрейшей души человеком ты был...»³⁰

²⁸ Блок-Дано Е. Роми Шнайдер, биография. Париж: Grasset, 2007, с. 56.

²⁹ Там же, с 87.

³⁰ Сикровски П. Родится виноватым, родится жертвой. Париж: Maren Sell et Cie, 1987, с. 39, 41, 44.

Хозяева сновидений и испачканное зеркало

Один и тот же факт провоцирует чувство стыда и гордости – в зависимости от позиции окружающих. Двумя этими противоположными эмоциями управляет степень близости окружающих к нам. Примо Леви до того, как он попал в лагерь смерти, считал себя смелым, однако вскоре после прибытия туда стал смотреть в землю, чтобы не получать удары от охранников; он думал только о том, как защититься от холода, и тайком жевал упавшие отбросы. Когда освободители обнаружили, какой кошмар царит в лагере, они не могли удержаться от того, чтобы не смотреть на выживших с изумлением и отвращением. Ощущая на себе эти взгляды, Примо Леви вновь стал умирать от стыда. Он выжил благодаря своему имени, известному в научных кругах, – оно избавило его от необходимости отступать на Запад (что стало причиной гибели десятков тысяч ходячих трупов из Аушвица, которых немцы согнали в колонны и заставили уходить ввиду наступления советских войск). «Меня пощадили, потому что я был известным химиком», – писал он.

В послевоенные годы дети нацистов, нашедших убежище в Аргентине, Египте или Сирии, гордились принадлежностью своих отцов к наци. Рассказы окружающих прославляли деяния этих людей, сражавшихся за наступление тысячелетнего периода счастья, обещанного Гитлером. Переход в противоположность нередок, если предмет стыда становится предметом гордости. В Турции начала XX в. интеллектуальные успехи армян и занимаемое ими положение в обществе вызвали у молодого поколения, не добившегося чего-то подобного, чувство унижения. Уверенность в том, что армяне – предатели, работающие на Россию³¹, позволила туркам преодолеть свой стыд и без всякого чувства вины истребить их.

«Быть евреем – проклятие», – говорил мне Шарль. Он провел свое детство в Лодзи – польском городе, где множество евреев трудились в банках, на заводах или занимались культурной деятельностью, когда их накрыла волна антисемитизма. Едва приехав во Францию, он вступил в Сопротивление и заявил (как Анри Бергсон, Андре Фруассар и многие другие): «Война заставила меня почувствовать себя евреем и защищаться – вступить в отряд франтиреров и партизан». Стыд и гордость переполняли его душу, сосуществуя, как супруги, собирающиеся развестись, но никак не могущие расстаться. «Мы упрекаем негров в том, что они некультурны. Лично я, черная женщина, стыжусь, если чернокожий оказывается некультурным...» «Евреев упрекают в жадности, но я, будучи евреем, горжусь, когда могу спустить деньги, стараясь доказать самому себе неправоту этого утверждения». Жительница Антильских островов говорит: «Эме Сезер отстаивал идею „негритюда“, но слышали ли вы хоть раз, чтобы какой-нибудь белый придумал термин „бланшитюд“? „Негритюд“ возник как защитная реакция человека, который, воспринимая как проклятие цвет собственной кожи, объявил его стандартом»³².

Когда зеркало, в которое мы смотримся, настолько запачкано, что почти ничего не удастся разглядеть, мы можем очистить его, обратившись за помощью к великолепной выставке живописных работ, концертному выступлению звезды, публикации, которую потом будут часто цитировать, – словом, «существует много способов скрыть чувство стыда»³³. Когда собственный образ невыносим, стыдящийся нередко погружается в сновидения³⁴. Там, по крайней мере, восприятие себя обретает некоторую ценность, становится приятным заня-

³¹ Кеворкян Р. Геноцид армян. Париж: Odile Jacob, 2006, с. 221.

³² Лаклеф-Фельдман М. «Прячущиеся дети», семинар в Тель-Авиве, март 2008 г. См. также: Матрилокальность у жителей Антильских островов: эволюция // Национальный журнал по виктимологии, 2008 (июль), т. 6, № 4.

³³ Сиккон А., Ферран А. Стыд, чувство вины и травматизм, 103.

³⁴ Ионеско С., Жаке М. М., Лот К. Защитные механизмы. Теория и клиника. Париж: Nathan Université, 1997, с. 247.

тием. Разумеется, мы понимаем, что это не по-настоящему, однако чувствуем невероятное блаженство, когда видим сны. Можно, конечно, сказать: все истории в мире сновидений выдуманы, но ведь этот мир имеет отношение к нам, обнажая наши скрытые желания.

Каждый вечер в спальне сиротского приюта, куда он был помещен, Арман отдавался своим сновидениям. В момент засыпания его затуманенный мозг порождал один и тот же образ: большую желтую собаку, исполненную привязанности к хозяину. Арман, улыбаясь, засыпал, вознагражденный воображением за утрату любви. Подобное наслаждение – признание горечи личных связей: «Эта собака из моего сна любит меня, тогда как на самом деле никто меня не любит». Подобная регрессивная защита позволяет вздохнуть свободнее, обезопасить себя, набраться сил, чтобы держаться увереннее в дальнейшем³⁵. Благодаря этой маленькой выдумке, принесшей ему чувственное удовлетворение, обделенный любовью ребенок успокоился и смог реализовать свои желания. «Счастливого человека не имеет нужды в сновидениях»³⁶, поскольку он все получает днем, а ночью спокойно спит, сбрасывая накопленную усталость. Несчастному же необходимо прибегать к помощи сновидений, чтобы усилить эмоции, которые он испытывает, и придать театральную форму своей ностальгии по привязанности. Когда несчастный не умеет укрываться в сновидениях, он знает лишь горечь реальности, поскольку наяву не способен испытывать даже краткие моменты счастья.

Хозяева сновидений – поэты, романисты и кинорежиссеры, увлекающие нас в свои творения, придавая нашим желаниям воображаемый облик. Но есть и мошенники сна, использующие наши желания с целью приманить то, на что мы надеемся.

Чтобы сон сделал нас счастливым, достаточно просто спать, но для того, чтобы запустить процесс обретения уверенности, нужно видеть сны, а потом пробуждаться. Эту мысль иллюстрирует история Полетт Робине: «Ты находишься в приюте. Родители бросили тебя и твоих братьев... Ты их больше не увидишь». Ребенок замолкает, прекрасная ученица превращается в дебила. Но когда она начинает фантазировать во сне, ее жизнь принимает подобие сказки: «Мой отец – невероятно богатый принц. Однажды он встретил мою мать, прекрасную, но очень бедную... девушка ждала малыша... и его необходимо было оставить в приюте... это и была я, Полетт». «„Робине“ не настоящая моя фамилия, – думает она, – такую фамилию мне дали из-за того, что я столько плакала и слезы текли, как из крана»³⁷. Позднее отец-принц и мать... заберут меня к себе»³⁸. Сочинив подобную историю, в которой Ариела Палаш усматривает мотив обретения привязанности, девочка вновь стала первой ученицей и благополучно выстроила свою дальнейшую жизнь.

Зачастую сказки – это истории стыда, обращенного в гордость. Мальчик-с-пальчик, в конце концов, всего лишь карлик из разваливающейся семьи с падшими родителями. Этот маленький человечек, вынужденный однажды испытать отчаяние, являет свой талант спасителя, воспользовавшись белыми камешками. Он отстаивает братьев и искупает вину родителей, возвращая им счастье снова видеть детей, которых те хотели бросить.

³⁵ Лиггезоло Ж., Тише С., де. Устойчивость. (Воз)родиться после травмы. Париж: In Press Éditions, 2004.

³⁶ Фрейд З. Семейная история неврозов (1909). В кн.: Невроз, психоз, извращение. Париж: PUF 1974, с. 157–160.

³⁷ Фр. *Robinet* – «водопроводный кран». – *Примеч. пер.*

³⁸ Палаш А. Я люблю тебя, дочка, я тебя бросаю. Иерусалим: Elkana, 2009, с. 29–30.

Приманка правдой

Ослиная Шкура, стыдясь своего собственного мерзкого отца, распаляемого желанием инцеста, сберегла и свою нравственность, и нравственность царственного соблазнителя, защитившись от него с помощью отталкивающих лохмотьев, а затем, вновь став принцессой, стала гордиться тем, что ей удалось избежать трагедии.

Бегство в сновидения обладает эффектом антидепрессанта и позволяет видеть мир иным, нежели его исключительно чудовищный вариант, строить планы возвращения к жизни. В лагерях заключенные, находясь на волосок от голодной смерти, представляли себе великолепные блюда, которые однажды, после Освобождения, они смогут разделить с близкими. Они проникались нежностью, видя, как солдат СС ухаживает за надзирательницей. Ведь в этом случае мир не есть один сплошной кошмар, в нем еще можно иногда разглядеть следы счастья.

Приманка – это иллюзия, однако не всегда, поскольку нас не может манить все что угодно. Чтобы мы могли обмануться, необходимо, чтобы нам было обещано то, на что мы надеемся, но в конце концов не было дано. Жульничество может состояться только тогда, когда мошенник обещает обманываемому воплотить часть его сновидений, превращая последнего в своего соучастника, которым он успешно манипулирует. Реальность тоже может обманывать нас, подобно тому, как обманывает внешне аппетитный ядовитый гриб или наркотик, обещающий чудесные мгновения. Мы готовы обманываться всем этим, но еще охотнее ищем того, кто может обмануть нас, рассказывая, как нам избавиться от наших травм. Необходимо собрать воедино все осколки, если мы хотим стать хозяевами перевернутого с ног на голову мира нашей психики. Веря в то, что кто-то способен нам в этом помочь, мы соглашаемся идти за манящим нас, становимся добычей сект и диктаторов, обещающих вернуть счастье, которое только что от нас ускользнуло.

Что такое миф? Приманка правдой?

Ребенок начинает рассказывать о себе лишь в возрасте пяти-семи лет. Именно на этом этапе его нервная система развивается настолько, что позволяет ему иметь представление о времени, связывая информацию о прошлом (след, опыт) с мечтой о будущем. Именно тогда он может воздействовать на сознание другого иначе, нежели прибегая к плачу, крикам или ища защиты. Рассказывая о себе другому, он пытается создать в душе этого человека более-менее приемлемое представление о себе. Ребенок, стыдящийся чего-либо, может произнести речь в свою защиту или описать произведение искусства, в котором стыдящийся герой пытается изменить свой образ, транслируемый другому. Ребенок лжет, чтобы защититься, чувствуя себя в опасности. Но когда он рассказывает выдуманную историю, он вполне искренен, использует свои воспоминания, чтобы нарисовать прекрасную картину собственного существования, что позволит ему чувствовать себя увереннее в глазах другого.

Если зеркало протереть, в него лучше видно нас. Комедия, сопровождающаяся жестами, словами, сценарием и идеями, обладает огромной властью перестраивать образы. Автор может вывести в своем произведении то, о чем бы он не рискнул говорить. Затем, когда он изменит ваш душевный мир, больше не ощущая себя ничтожеством в ваших собственных глазах, ложь утратит свою защитную функцию³⁹. Привязанность вновь становится подлинной, когда стыдящийся более не чувствует себя презируемым.

Мифомания демонстрирует нам резкий поворот на 180°, способный увлечь пережившего травму, но не решающегося рассказать о своем стыде в область фантастического. Необходимо было дожидаться наступления XX в., чтобы понять, что такое «мифомания»,

³⁹ Льюис М. Подвергая себя стыду. Нью-Йорк: The Free Press, 1992.

обнаружить, что она демонстрирует страдание от воображаемого и чрезмерной впечатлительности⁴⁰. Стыдящийся, чувствуя, насколько отравлена его душа, время от времени – когда замечает на себе взгляд другого, – прибегает к мифомании: «Сейчас я доверю вам историю о чудесном событии моей жизни, которое представляет собой нечто экстраординарное. В конце концов, несколько часов подряд я буду чувствовать себя обожаемым». Речь здесь идет о своего рода наркотике воображаемого⁴¹: во время своих выдуманных путешествий стыдящийся испытывает невероятное наслаждение; но после того, как он парил над землей, возвращение на нее становится печальным и болезненным. Тогда этот «наркоман» быстро изобретает новую историю, чтобы сохранить в вашем сознании свой величественный образ. Меняя зеркало, он в конце концов начинает обожать себя. Ложь оказывается крепостью, которую выстраивает тот, кто подвергся нападению, когда чувствует себя в опасности, также как бьющая через край мифомания становится красивой одеждой, которую стыдящийся натягивает поверх собственных лохмотьев, рассматривая ее, как защитную оболочку.

Когда реальность безумна, безумное сновидение приносит нам мгновение счастья, а когда связь с другим начинает отравлять стыдящемуся жизнь, он предпринимает бегство в вымышленную историю, повествующую о гордости, – и это позволяет ему в течение краткого мига пережить состояние эйфории. Основа этого сценария – сон о самом себе – таком, какого нам бы хотелось любить в реальности⁴²; внутреннее бегство в достойное уважения воображаемое – именно в то время, когда мы погрязли в повседневности и рутине⁴³. Хозяева своих сновидений рассказывают «прекрасные истории, заставляющие забыть скучную реальность и внушают нам смелость трудиться над ее преображением»⁴⁴.

Немечтатели, погрязшие в реальности, пленники сиюминутного не способны предвидеть, какой будет их дальнейшая жизнь. И наоборот, те, кто занят только одним делом – погружением в сновидения, бегут от реальности. Они предпочитают сказки и готовы расплачиваться словами, лишь бы не противостоять бескрайнему отчаянию. Те, кто грезит, стараясь обрести свою частичку счастья, обнаруживают, что им остается сделать, чтобы изменить реальность и воплотить желаемое. Это путь избавления от нищеты или физического несовершенства.

Всякая форма «травматизма способствует интерпретации мифа в целях самозащиты»⁴⁵. Ложь защищает от внешней опасности – поэтому люди лгут, чтобы успокоить агрессора. Мифомания защищает человека от опасности стать презираемым – он видит это презрение в зеркале, которым являются для него другие. Миф защищает также и коллектив – от опасности рассеивания.

Мифомания как приманка приписывает сознанию других некое подобие обожания, и потому его защитный эффект вызывает разочарование. Паскаль любил рассказывать школьным товарищам о том, как его мать каждое утро причесывается, отказываясь выходить к завтраку ненакрашенной. Товарищи слушали его рассказы невнимательно и без интереса. Но благодаря собственной фантазии Паскаль мгновенно представлял далекий от реальности образ милой мамочки, несколько не похожий на тот, который он наблюдал каждое утро, когда его мать, налегавшая на алкоголь и табак, входила в кухню, держа – всегда в одной и той же руке – стакан с выпивкой и сигарету. «Мой папа организует все деревенские праздники», – рассказывал другой мальчик, чей отец, лежа перед телевизором, постоянно молчал.

⁴⁰ Дюпре Э. Патология воображаемого и впечатлительность. Париж: Payot, 1936.

⁴¹ Цирюльник Б. Я употребляю воображаемое, как наркотик. Théâtre Marseille-Toulon, 2006.

⁴² Амьель-Лебигр Ф., Гоньалон-Николет М. Между здоровьем и болезнью. Париж: PUF, 1993.

⁴³ Лагаш Д. Сублимация и ценности. В кн.: От фантазии к сублимации. Собр. соч. Париж: PUF, 1962–1984, т. 5, с. 1–72.

⁴⁴ Жане П. Неврозы и навязчивые идеи; т. 1–2. Париж: Société Pierre Janet, 1990.

⁴⁵ Дюран Г., предисл. П. Аше. Незаменимая ложь. Париж: Armand Colin, 1999, с. 10.

«Моя невеста – нежная и очень веселая блондинка. Мы совершаем прогулки по горам, и каждый вечер ходим в театр», – беспрестанно рассказывал он, став подростком, которого терроризировали женщины. Все эти дети пытаются компенсировать свое травмированное нарциссическое самолюбие, надевая чудесную маску, которая манит их чем-то желанным, позволяет преодолеть презрение и добиться от других обожания.

Больше несчастья – величие, больше побед – слава

Сказка мифомана – приманка правдой, стимулирующая демонстрацию собственных грез с целью сокрытия реальности. Однажды Алин призналась: «Мне было стыдно, что у меня нет родителей. И когда ко мне подходил какой-нибудь мальчик, я лгала, выдумывая себе замечательных родителей, и много о них рассказывала. Я говорила ему, что меня ужасает счет за телефонные разговоры, – чтобы он решил, что у меня много друзей. Я мечтала иметь чудесных родителей, отца-чиновника и мать-домохозяйку»⁴⁶. Восхитительные фантазии лишенного семьи ребенка стали бы кошмарным стыдом для подростка, подавляемого родителями. Чтобы выйти из состояния летаргии, разогнать стоячую воду жизни, некоторые прибегают к трагедии. В конце концов, чудо – не что иное, как фрагмент насыщенной жизни! Необходимо, чтобы несчастье было велико, тогда и победа будет славной. Заурядная нищета не может создать ощущение величия. И почему бы тогда не рассказать трагическую историю о том, как пережил геноцид, сражался с волками, погибал смертью мученика, – чтобы выглядеть в представлении других еще идеальнее: «Вот именно тот рассказ, который порождает настоящее, наполненное смыслом Событие»⁴⁷. Стать мучеником означает стать героем, рассказывающий «эксплуатирует слушателя с целью добиться симпатии последнего и обратить на победителя либо ненависть, либо презрение... Мученик и его участие в разыгрываемом спектакле заканчиваются перестановкой сил, и победителем оказывается группа лиц, практикующих самопожертвование»⁴⁸. Чтобы мученик выглядел убедительнее, чтобы вызвать ненависть к победителю, историю необходимо вынести на сцену. В культуре, скорее ассоциирующейся с жертвой, чем с агрессором, трансляция на экране телевизора в течение нескольких минут история из разряда «жертва – победитель» легко вызовет вселенское возмущение. В сознании зрителей, готовых вновь и вновь вооружать побежденных, ненависть по отношению к победителям становится добродетелью.

В этой ситуации легче всего избавляются от стыда те индивиды, которые любят действовать. Когда мы побеждены, унижены, деградируем, мы легче восстанавливаем свой разрушенный образ, стремясь к обновлению, даже если оно оказывается разрушительным. Интроверты, которым трудно выразить себя, неохотно делятся с кем-либо собственными эмоциями и остаются в одиночестве. «Риск разрыва шаблона еще более велик, когда бессловесный уязвленный решает защищаться. Самообман препятствует освобождению от стыда»⁴⁹.

Иногда «ситуации, в которых индивид сталкивается с разницей между тем, кем бы он хотел быть, и тем, кто он есть на самом деле»⁵⁰, порождают внутренние травмы. Самообман, разрыв между представлением о себе и настоящим «я», фантазией и самореализацией, способствуют развитию стыда, но мы не замечаем травмы, поскольку она внутри нас. Многие дети, в которых родители вкладывали чрезмерно много, желая, чтобы те реализовали родительские идеи, считают себя сверхлюдьми – настолько родители завышают их самооценку. Но когда то, кем они становятся, оказывается скорректированным вариантом фантазий, и не более того, это может привести к разрыву шаблона. Обман, навеянный родительскими и собственными фантазиями, становится для таких людей травмой, скрываемым стыдом: «Я

⁴⁶ Цирюльник Б. Говоря о любви. Лондон: Penguin Books, 2007, с. 67.

⁴⁷ Рикер П. Время и рассказ, т. 2. Париж: Seuil, 1983.

⁴⁸ Шувье Б. Фанатики. Париж: Odile Jacob, 2009, с. 149–150.

⁴⁹ Жильбер П., Прайс Дж. С., Аллан С. Социальное сопоставление, социальная привлекательность и эволюция: как они могут быть связаны? // Новые идеи в психологии, 1995, № 13, с. 149–165.

⁵⁰ Тиссерон С. Стыд. Психоанализ социальных связей. Париж: Dunod, 1992, с. 46.

оказался не на высоте, недостоин уважения, которое мне сулили и на которое я рассчитывал. Мне стыдно». В подобном случае стыд не связан с провалом. Многие молодые люди мечтают стать великими футболистами, и, становясь просто хорошими игроками, которые, тем не менее, никогда не достигнут уровня звезд, они заявляют: «Да, не повезло, но все-таки я хорошо играл, а теперь займусь чем-нибудь другим». У стыдящегося представление о себе разрушено: «Меня убедили, что я должен стать великим, а на самом деле оказался ничтожеством». Результат – частые параноидальные реакции: «Мои родители внушили мне собственные желания. Из-за этого я несчастен».

Некоторые стыдящиеся «раздувают в себе чувство самоуничижения»⁵¹. Если их родители одеваются изящно, сами они все делают наоборот – к примеру, ребенок расцарапывает себе лицо, стараясь сделать плохо «тому, кого обожают родители», а тот, кто мог бы доставить столько счастья своим близким, вопреки всему сознательно проваливается на экзаменах или разбивает подаренную отцом машину, дабы наказать отца за то, что тот сделал такой роскошный подарок. Все они в конце концов начинают любить собственный стыд, который воспринимают как нечто вроде орудия мести. «И несчастный стыдящийся воплощает образ того, кем он хотел бы стать»⁵². Жене трансформирует свои детские страдания в рассказ преследуемого мифомана – с целью погрузиться в некоторые из пережитых мерзостей, вызывающих чувство презрения. Мы не желаем избавляться от стыда, если он приносит столько дивидендов.

Однако существует несколько способов выхода из этой ситуации. Можно подчиниться императивам группы с целью стать ненормально «нормальным», как все вокруг, культурным архипослушным клоном, и тогда стыд, не имеющий конкретных очертаний, будет преодолен. Можно подчиниться сверхчеловеческой, защищающей, трансцендентной силе, и тогда подчинение станет моральной ценностью, превозносимой теми, кто образует ряд себе подобных. Но можно также поискать в глубине собственной души ценности, накопленные исторически, и попытаться разглядеть среди них миф, определяющий суть нашего существования, имеющий ценность для нас и совсем не ценимый группой, в которой мы живем.

Тоталитарные общества боятся внутренней свободы человека, ускользающей от контроля вождя. В тирании не должно быть секретов: все проговариваемо, на виду, комментируемо и подвергаемо наказанию. Религиозный или светский тоталитаризм страдает из-за внутреннего неповиновения человека, не нуждающегося в согласованных действиях⁵³. Подобный саботаж личности – вид некоего извращенного контракта: для тех, кто подчиняется законам коллектива, солидарность становится дорогой к величию. Блаженство, обещанное диктаторами, «светлое завтра», о котором поют коммунисты, «тысячелетний период счастья» фашистов требуют устранения личности. «Мы вместе движемся к одной социальной цели». Такое счастье достигается через обнищание мысли каждой личности, доведенной до эйфории орнитоза, «попугайной болезни».

Машина солидарности, навязывая всем одну и ту же историю, фальсифицирует реальность – чтобы облегчить задачу вожаку. Любые осколки памяти истинны, однако они нужны, чтобы подпитывать историю, используемую в идеологических целях.

Ведь попугаям никогда не стыдно.

⁵¹ Берсани Л. Переосмыслить идентичность. Париж Odile Jacob, 1998, с. 137–152.

⁵² Жене Ж. Дневник вора (1949). Париж: Gallimard, 1982.

⁵³ Предисловие П. Аше в кн.: Дюран Г. Незаменимая ложь, с. 104.

Глава 2

Смерть в душе. Психология стыда

«Я» существует только рядом с другим

«Попугайная болезнь», заставляющая индивида пересказывать услышанное, не стараясь вдуматься в то, что именно он пересказывает, имеет огромные психологические преимущества. Ребенок повторяет и принимает на веру то, что ему говорят взрослые, которых он любит и которые его защищают. Повторяя услышанное, он раскрывает свой мир, чувствует себя сильным, находящимся в безопасности: в этом оно и состоит, огромное преимущество пситтакоза, или «попугайное счастье». Лишь постепенно ребенок оказывается способным обзавестись собственными представлениями и представить мир других, отличный от его собственного. Все происходит медленно, однако сомнение в итоге становится творцом, и выясняется, что существуют различные способы воспринимать мир! Усиление эмпатии рождает удовольствие исследовать других и сомнение в правде. Самодостаточные личности любят подобные психологические авантюры, что касается не самодостаточных – им кажется, будто они страдают от нарастающей индивидуализации, им нужна уверенность в себе – именно ее и дает им «попугайная болезнь».

Я только что пересказал «теорию разума»⁵⁴, к которой сегодня часто прибегают, чтобы прояснить суть межличностных отношений. Этот психологический феномен позволяет понять, что «„я“ и „другой“ не одно и то же»⁵⁵, даже если эти субстанции взаимодействуют и взаимопроникают ежедневно. Лишь в возрасте трех лет ребенок научается говорить «я так думаю». И лишь в четыре года тот же ребенок способен рассуждать: «Я думаю так, но знаю, что он думает иначе». Это отделение себя от других формируется в результате двойного давления: вследствие развития мозга и приведения эмоций в состояние гармонии с чувствами окружающих. Изолированный ребенок не имеет ни малейшей возможности развить в себе умение отделять себя от других – ведь других-то нет. Однако его мозг здоров. Напротив, ребенок, чей мозг развивается плохо из-за аварии или болезни, с трудом, даже если его тело здорово, соответствует названной «теории разума».

Различие между двумя ментальными мирами, коммуницирующими между собой и различающимися, хотя и ежедневно взаимопроникающими, дает возможность для создания нового вида связи: мира слов. Когда натиск стихает, «эмоциональная настройка»⁵⁶ помогает выстроить межличностные связи: малыш, начиная с шести месяцев, учится отделять представления о самом себе от представлений о других.

Подобное систематическое рассуждение позволяет утверждать, что не только реальное унижение провоцирует стыд. Скорее, сценарий «унижения» спускает с цепи некое бешенство, отчаяние или травматическое оупение. Стыд же рождается от приписывания другому каких-либо неприглядных мыслей. Стыдящийся ожидает уважения со стороны другого, однако порочность межличностных связей заставляет его думать, что в сознании ближнего он – ничтожество! Под пристальными взглядами этого ближнего, с которым он бы так хотел

⁵⁴ Видал Ж. -М. Разум (Теория разума). В кн.: Узель Д., Эммануэлли К., Можьо Ф. Словарь детской и подростковой психопатологии, с. 250–252.

⁵⁵ Гольс Б. Существовать. Париж: PUF, 1990.

⁵⁶ Стерн Д. Межличностный мир младенцев. Париж: PUF, 1985.

построить отношения, основанные на взаимоуважении, стыдящийся, чувствуя себя презируемым, испытывает лишь болезненное разочарование.

Унижение – поведенческий сценарий высшего насилия, поскольку оно приводит к разрушению ментального мира другого. Стыд способствует сохранению связей, в которых стыдящийся ощущает себя униженным. Фраза «Тебе должно быть стыдно» означает: «Ты должен знать: я думаю, тебе стоило бы озаботиться мыслью, что ты более недостойн моего уважения». И если попытка унижения может вызвать ответный выплеск гордости, то болезненное переживание стыда толкает к разрыву связей.

Все это напоминает мне дебаты Малека Шебеля⁵⁷ и Жана-Мари Ле Пена, в которых я принял участие. Президент Национального фронта, опытный словесный боксер, противостоял прямым выпадам Малека, но буквально обезумел, когда я спросил его, что было бы, если бы в контексте предлагаемой им политики ареста всех эмигрантов потребовалось вернуть на родину миллионы французов, работающих за границей? Не без некоторого удовольствия поймав на себе его мрачный взгляд, я более не ощущал себя незначительным, даже когда он проигнорировал мой аргумент, касающийся «исключений». К концу дебатов он решил пригласить Малека на ужин и при этом сделал вид, что не замечает меня. Даже несмотря на мое презрение, мне никогда потом не было стыдно. Дистанция оказалась слишком большой, невозможность выстроить мостик межличностных связей заставила его попытаться вызвать у меня стыд.

Чтобы страдать от разрыва, необходимо сплести эту связь. Можно говорить о травме, когда эта связь явно разорвана и когда она оказывается коварным образом разгаданной. Подобные травмы становятся правилом, если чувство стыда растет. Но если стыд вызывает комплексное чувство, которое, будучи выраженным, искажает связь (взгляды в сторону, опущенная голова, избегания, бредовый шепот), это означает, что причины возникновения травм имеют различные корни.

⁵⁷ Если Вы хотите открыть для себя симпатичный ислам, см.: Шебель М. Манифест ислама просвещенных. Париж: Hachette Littératures, 2004.

Явный разрыв. Сексуальный стыд

«Я всего лишь женщина», – призналась мне изнасилованная сотрудница полиции. До момента изнасилования ей нравилось «создавать тайны» и регулярно участвовать в задержаниях. Однажды, когда она вышла из комиссариата в униформе и при оружии, следом за ней направился какой-то мужчина, схватил ее, связал руки и изнасиловал, прежде чем она смогла вытащить свой револьвер. Она была раздавлена случившимся. Ее собственный образ, представление о себе как о женщине отважной, всегда готовой вступить в бой, но при этом улыбчивой и дружелюбной – коллеге, с которой приятно проводить время, мгновенно было разбито. Причем ее поверг в шок не сам сексуальный акт, а мысль о проникновении в нее, грубое вмешательство в ее тело и душу, о котором она прежде и думать не могла.

Когда ранее у нее была интимная связь с напарником, она, по понятным причинам, никому о ней не рассказывала. Это было ее личное дело, защищаемое от взглядов окружающих, не более того. Можно, впрочем, представить, что, случись у нее любовное приключение с какой-нибудь знаменитостью, она бы рассказала об этом своим подружкам, которые отнеслись бы к услышанному с восторгом, приязнью или завистью. Подав заявление в собственный комиссариат после изнасилования, в глазах коллег она стала «проигравшей». Она понимала, что, говоря о себе, как о женщине, подвергнувшейся насилию, она заставляет коллег смотреть на нее, как на вещь, в которую можно войти, которую можно сломать, разрушить. В течение нескольких минут уверенность в собственных силах и благополучии женской доли сменилась стыдом превращения в «изнасилованную». Рассуждая логически, она должна была бы воспринимать насилие в первую очередь как серьезнейшую внешнюю агрессию, но в ее представлении, строившемся на попытке представить, что думают о ней другие, она утратила статус «гордой женщины» и превратилась в маленькую несчастную вещь; и тогда ей стало стыдно.

Стыд, вызванный этим обстоятельством, не всегда отражается в поведении стыдящегося. Можно скрыть крах образа под маской безразличия или цинизма. Приобретенная после «разрушительного» события «робость» сочетается с наследственной гиперчувствительностью, поскольку до получения травмы эта женщина жила вполне благополучно, теперь же ей приходилось скрывать свои внутренние болезненные ощущения.

Два брата, Алек (14 лет) и Кевин (12 лет), явственно замечали, что, когда они возвращаются домой, там царит гнетущая тишина. Однажды ночью их разбудил необычный шум. Войдя в гостиную, они обнаружили собственную мать голой и прикованной к радиатору в такой позе, словно она кого-то умоляла. Она была совершенно измучена – только что изнасилована и избита мужем. Женщина молча взглянула на детей, и те, тоже не сказав ни слова, отправились в туалет, а потом вернулись к себе в спальню. Ничего не было проговорено вслух. Мальчики не рискнули спросить (а какие вопросы они могли бы задать?). Мать не отважилась объяснить (что она могла рассказать?). Не знаю, где в тот момент находился отец.

Уже на следующее утро, в школе, поведение детей изменилось. Оба стали мрачными и молчаливыми. Кому доверить пережитую немую сцену, не осуждая отца или, может быть даже, свою мать? К счастью, среди этого невероятного срывания кожи, отмершей части их внутреннего мира, где ничто не могло быть осмыслено (как думать о таком?), мальчики нашли способ самозащиты, который помог им выстоять: они стали отличниками! Как правило, третируемые дети в школе учатся плохо, для них учеба лишена всякого смысла, настолько они поглощены тем, что им приходится переживать дома. Однако для некоторых школа становится способом сохранить немного доброты и главное – возможностью ухода в интеллектуальное развитие, позволяющее забыть пережитый ужас. Это защищающее от страданий бегство способствует улучшению школьных результатов, но не ведет к полному

устранению проблемы (как бы это было возможно?), которая напомнит о себе десять или двадцать лет спустя, когда наступит время преодолевать некоторые затруднения супружеской жизни. Не таким ли способом мы влияем на свой брак? Возможно, столкнувшись с чем-то подобным, они почувствуют себя настолько утомленными, что предпочтут подчиниться или... сбежать. Никто из окружающих не поймет, в чем заключается причина столь странной реакции – чрезмерная мягкость либо паника, поскольку и сами пережившие травму не в силах что-либо объяснить. Быть может, они никогда не раздумывали над собственным молчаливым потрясением (с кем можно разделить подобное?). Речь не идет об отступлении в сферу бессознательного, напротив – о молчаливом сверхсознании разорванной связи, которую невозможно восстановить.

Переживший травму приспосабливается к этой немоте (которая тоже является травмой), причем его личность разделяется надвое – то, что предназначено для всех, выглядит так: сосредоточенный, успевающий ученик, что в нашей культуре является синонимом социальной успешности; то, что остается внутри, умирает от стыда, беспрестанно, день за днем, как только малейшее происшествие воскрешает невыносимое воспоминание о себе – ребенке, чью мать избил и приковал голой к радиатору собственный отец.

Следовательно, отрицание, избавляющее от страданий, не есть фактор устойчивости, поскольку переживший травму не может полностью от нее избавиться. Он не развивается в эмоциональном плане, сосредоточившись на своей немой травме, гнойнике, образовавшемся в душе. Когда позднее встреча с женщиной породит в каждом из них желание близости, они закроются еще больше, поскольку близость вновь разбудит в них чувство стыда, связанного с областью сексуального.

Травма не всегда оказывается явной. Чаще всего она коварна, и стыд, приобретенный в период взросления, остается в памяти ребенка подобно рассеянному гнойнику, неумовному разрыву шаблона. Во время ежедневного взаимодействия ребенок замечает, что его родитель, сам того не осознавая, своими жестами и мимикой выражает отказ или презрение. Некоторые словесные мельнички вроде «Опять ты!.. ааах! Но это меня не удивляет!», фразы, случайно слетевшие со сжатых губ, нахмуренные брови, резкость и отталкивание ребенка в тот момент, когда он хочет прильнуть к родителю, – все это явные признаки желания сохранить эмоциональную дистанцию. Когда эти столь много значащие, важнейшие с точки зрения ребенка жесты повторяются изо дня в день и из года в год при малейшем взаимодействии с родителями, то они оставляют в памяти болезненный след, делают ребенка уязвимым – что выражается в поведении чрезмерно униженного человека⁵⁸. Ребенок замыкается, молчит, опускает глаза и избегает любой словесной коммуникации. Привязанность к готовому отвергнуть его родителю рождает в его душе уверенность, что любая связь невозможна. Тогда ребенок становится неестественно мудрым, унылым, молчаливым, держится особняком – до момента, когда станет подростком и сможет применить этот способ построения связей в поисках сексуальных приключений. Крошечные ежедневные разрывы шаблона выстроили в его душе самопрезентацию, которую можно сформулировать следующим образом: «Я прекрасно вижу, что разочаровываю тебя... Я не достоин твоих фантазий... И то, что ты меня презираешь, – нормально...» Ребенок смотрится в зеркало собственных глаз и видит там образ, достойный презрения. Братя, школьные товарищи, учителя, любой человек, мнение которого имеет для него значение, обладает властью заставить его поверить в обесценивание собственного образа. Быть отвергнутым или презираемым кем-либо, на чью привязанность ты рассчитывал, – это очередной разрыв и шок. Он менее вопиющ, чем изнасилование или какая-нибудь ужасная сцена, однако, плохо подвергаясь оценке, наносит

⁵⁸ Малатеста-Мафай К. З., Дорваль Б. Языковое влияние и социальный порядок. В. кн.: Гуннар М., Маратцос М. Детская психология и симпозиум в Миннесоте. Хиллсдейл: Erlbaum, 1992, т. 25, с. 139–178.

более сильную травму, от которой мы, в силу невозможности ее осмыслить, менее защищены.

Марсель был усыновлен в возрасте десяти лет; вся его предыдущая жизнь была непростой. Приемная мать, опьяненная любовью, мечтала, как всякая хорошая мать, сделать своего ребенка счастливым. Марсель оказался в заботливых руках, стал примерным учеником, пожертвовав ради этого своей всегдашней веселостью. Мать делала для него все. Но реальность оказалась иной, нежели она предполагала. Марсель, с которым прежде, на протяжении длительного времени, обращались скверно, державшийся вдали от всех, не научился любить. Он боялся того, в чем более всего нуждался, – привязанности. Когда приемная мать бросалась ему навстречу, желая радостно заключить его в свои объятия и надеясь на ответную нежность, он впадал в ступор, думая: «Я не достоин всего этого. Чем больше она обнимает меня, тем большим недотепой я себя ощущаю. Я не знаю, как ответить ей. Чем ласковей она со мной, тем больнее внутри». Неправильная интерпретация предопределила характер их отношений. Мать была переполнена любовью, а ребенок испытывал стыд, не умея реагировать на проявления этой любви. Отталкивая ее и цепенея, он вызывал у нее только разочарование – ведь он вел себя «как маленький старичок». Она решила отомстить ему и назвала «Свиной тушкой». Ребенок принял это оскорбительное прозвище, ведь оно точно характеризовало его эмоции. И тогда словесная связь между матерью и ребенком стала более внятной; мать говорила: «Эй, свиная тушка, поищи мои сигареты», ребенок сразу же откликался: «Да, мамочка». И все вокруг смеялись, кроме самих партнеров; введенный ими в обиход шаблон означал искажение связи. В ответ на уничижительное мнение разочарованной матери ребенок стал вести себя, как настоящий бука. Избегал любого контакта, не смотрел в глаза, держался в стороне, что-то смущенно бормотал шепотом в ответ на вопросы, напряженно улыбался, дабы скрыть гнев и обезоружить ту, которая теперь его презирала.

Таким образом, шаткость семейной связи может неосознанно вызвать интерес к учебе. Фразы, банальные для родителей, а иногда и кажущиеся им веселыми, могут отпечататься в памяти чувствительного ребенка и ранить его. Как было с тем мальчиком, которого мать называла «Пилулей», и никак иначе, чтобы повеселить остальных взрослых, а заодно напомнить ребенку, что тот обязан своим существованием одному-единственному факту: как-то раз она забыла принять свое противозачаточное средство. Как было с той неблагодарной девочкой, которой сторонилась мать, внушавшая дочери, что ее существование будет пустым, если она не научится милым женским хитростям: «Валери-Анн, дочь моя, знай, что твой капитал находится у тебя в трусиках. Отсутствие легкомыслия закроет для тебя двери салонов». В душе мальчика эти ежедневно произносимые фразы подспудно усиливали чувство собственной незначительности, а в душе девочки – нежелание быть благодарной за советы.

Мир, где все заставляет стыдиться

Любой человеческий коллектив организуется, чтобы вынуждать стыдиться тех, кто не вписывается в рамки его культуры. Обряды инициации позволяют человеку оказаться среди посвященных – умеющих преподнести себя, вести надлежащие беседы с представителями коллектива, к которому они принадлежат, владеющих кодами присущих коллективу хороших манер или используемых внутри коллектива слов; все это помогает мгновенно распознавать тех, кто принадлежит к тому же коллективу. Тех, кто не владеет этими кодами, унижают снисходительные улыбки или чрезмерная любезность. Непосвященные, не принадлежащие к коллективу, чувствуют себя отверженными, чужими. Олухами и обормотами – то есть пребывают в ситуации, когда вынуждены стыдиться.

Размыивание связей становится решением, но решением болезненным. Мы стыдимся чуть меньше, избегая связей, унижительных для нас, но при этом отсекаем себя от тех, чьего уважения мы хотим и на чью привязанность рассчитываем. Принятие ситуации, когда «любой стыд опьяняет», уменьшает дискомфорт и разрушает связь. В этом случае отступление оказывается успокоительным средством.

Вино Ноя действительно было великолепным. Грустно, когда после двух бокалов мы не можем подняться со стула. Значит, нам нельзя пить. Когда я присутствовал на празднике окончания сбора урожая винограда в компании владельца виноградника, меня удивило поведение рабочих: выстроившись в ряд возле чанов, они снимали свои фуражки и вертели их, держа в руках за спиной. Опустив глаза, они шептали: «Спасибо, хозяин». Патрон вежливо обращался к ним, довольствовавшись минимальной связью. Любая другая фраза, иной стиль общения напугал бы их. Они соглашались с властью хозяина. Сдача позиций позволила им пережить стыд: они смирились с положением людей подневольных, словно подобная унижительная самопрезентация была чем-то вроде детской болезни индивидуальности⁵⁹: «Я маленький. Быть ничтожным вполне нормально».

На каждом этапе строительства себя любой повод может спровоцировать появление в душе грязи, которую мы именуем «стыдом». Генетически заложенная в нас гиперчувствительность иссякает под воздействием внешних факторов. Обеднение связей в детском возрасте, разрыв окружающей нас чувственной оболочки, не способной более защитить, чаще всего приводят к появлению запоздалой травмы, возникновению «стыда-унижения»⁶⁰, явного или подспудного, который, тем не менее, порожден близкими, реально способен «растереть». Когда индивиду наносится травма извне, причем в период «воспитания» его чувств, это может вызвать образование в его памяти «зоны нарыва», болезненной и немой, провоцирующей стремление к эмоциональному и поведенческому приспособлению⁶¹. Поскольку речь здесь идет о сделке между тем, кем мы ощущаем себя, и происходящим вокруг в тот момент, когда на нас воздействует окружение, травма в равной степени может возникнуть и внутри. Когда идеал «мое грандиозное „Я“» диссонирует с незначительностью реализации, это приводит к внутреннему разрыву, провоцирующему чувство унижения и выбор нами манеры поведения. Презируя в душе самих себя, мы думаем: логично, что и другие презируют нас, – тогда как другие зачастую вовсе этого не делают. Отсюда –

⁵⁹ Мартен Ж. -П. Книга стыда. Париж: Seuil, 2006, с. 76.

⁶⁰ Браун Г. У., Харрис Т. Д., Хипворт К. Потеря, унижение и захват как стратегия поведения женщин, переживших депрессию: сравнение пациентов и непациентов. В кн.: Психология медицины, 1995, с. 7–21.

⁶¹ Шор А. Н. Опыт раннего стыда и развитие детского мозга. В кн.: Жилбер П., Эндриус Б. Стыд. Нью-Йорк: Oxford University Press, 1998, с. 57–72.

взаимодействие, провоцирующее разрыв шаблона – «психологический шок»⁶², нарциссический коллапс («Я более ничего не стою»), потерю чувства неуязвимости («Все ранит меня»), аннигиляцию самоощущения («Я больше не рискую самоутверждаться»). Любая связь становится невозможной, успокаивает и спасает только одно – отступление. Начиная с того момента, когда этот шок, видимый или подспудный, разрушает чувство самоуважения, стыдящийся остро подмечает любые жесты, слова и ситуации, подтверждающие отношение к нему окружающих. Он становится гиперчувствительным ко всему, что заставляет его стыдиться. «Избранные фрагменты пережитой им реальности формируют ощущение полученной травмы»⁶³. В подобном мире все заставляет стыдиться.

Режин де Сен-Кристоф родилась в небольшом замке возле Монпелье. Во времена ее детства этот замок и прилегающие к нему территории было почти невозможно содержать. Отец Режин решил превратить прекрасный парк в кемпинг, а мать топила свою грусть – правда, делая паузы – в алкоголе. Девочку отдали кормилице, старавшейся угодить родителям и унижавшей ребенка. Она одевала ребенка как нищенку, привязывала к стулу и приносила ей еду в свиной миске, заставляла снимать обувь, чтобы девочка, сама того не желая, перемазалась в грязи и экскрементах. Она не посещала школу и проводила дни в одиночестве, будучи привязанной к стулу и в компании свиней. Кормилица обращалась к ней только для того, чтобы ударить или отругать. Слишком занятый своими делами отец, всегда в неизменной футболке, ходил с мастерком в руке – благоустроивал кемпинг, мать, постоянно полупьяная, не сомневалась, что утешительные новости, которые им сообщает любезная бонна, – чистая правда. В возрасте четырнадцати лет Режин, само собой, была изнасилована четырьмя рабочими, трудившимися на поле, и даже не подумала подать заявления в полицию. В семнадцать, оказавшись в больнице после попытки суицида, она впервые ощутила на себе внимание медсестер и приязнь санитарок. Устроившись в Центр помощи посредством труда, она, будучи красивой, очень скоро родила двух детей, которых не умела воспитывать.

Когда я консультировал ее, на меня произвели впечатление ее красота, ум, красноречие и стыд, стыд, стыд, который она испытывала. Она рассказала мне, что ее жизнь началась с замка, милого, обожаемого отца и активной, всегда находившейся где-то поблизости матери. Она мечтала о том, как однажды, когда она вырастет, ее жизнь наполнится романтикой: живя в замке, она наденет белое платье и выйдет замуж за смелого мужчину, который понравится родителям, и у них будет много детей, друзей, домашних животных и семейных праздников. Вот оно, счастье!

Счастье рухнуло, когда ей исполнилось пять лет, – отец принялся строить кемпинг, мать начала пить, а кормилица стала ломать малышку как личность. Огромный разрыв между фантазиями маленькой, романтически настроенной девочки и ужасом повседневности поселил в ней чувство стыда, подавлявшее любые попытки выстоять. Она забывала приезжать ко мне, поскольку наша манера рассуждать вместе в ее понимании означала стремление к пугающему благополучию, которого она недостойна, – как она мне говорила. Полагая, что овладеть какой-либо профессией не трудно, она испытывала облегчение от того, что ей это не удавалось. Это отступление позволяло ей избежать стыда при выслушивании замечаний преподавателя, которые он громко произносил перед смеющимся классом. «Весь мир смеется надо мной», – только и шептала она. Когда у нее родился сын, он был настолько красив, что акушерки показали его матери почти что с гордостью, но она сразу же подумала: «Он красив! Он так красив, что этого просто не может быть; вероятно, они перепутали детей». Мальчик хорошо развивался, однако в этом было кое-что любопытное. В возрасте пяти лет

⁶² Ференци С. Психоанализ неврозов, возникающих в военное время. Париж: Payot, 1918, т. III, с. 26–43.

⁶³ Шодер С. Травматизм, художественная деятельность и устойчивость. При поддержке HDR, Париж-VIII, 8 июня 2009 г.

он стал заботиться о собственной матери, поскольку стал ощущать ее уязвимость. В школе он учился неплохо, имел несколько друзей и в шестнадцать представил матери свою первую девушку. А мать подумала: «Он любим, это невероятно» – словно счастье, невозможное для нее, было невозможным и для ее собственных детей. Не переносит ли таким образом стыдящийся немного яда из своей души на тех, кого любит?

Подобное заниженное представление о самом себе искажает один из двух полюсов межличностных отношений и, как следствие, трансформирует их в целом. Между ментальным миром матери, не умевшей стать счастливой, и миром ее сына, выстроившего связь с сознательно унижающей себя матерью, возник любопытный мостик. В мальчике неожиданно рано проявилась зрелость – мостик межличностных отношений полностью способствовал этому. Разрушительная травма, сломавшая его мать, стала для него травмой созидательной⁶⁴.

⁶⁴ Сиккон А., Ферран А. Стыд, чувство вины и травматизм, с. 28.

Стыд или чувство вины?

Позднее, когда стремление подростка к независимости станет насущным, необходимо перестроить сложившееся интересное равновесие. Этот процесс болезненный для обоих партнеров. Мать отнесется к подобному выражению, как к неизбежной потере, которую она заслужила, тогда как сын скорее воспримет свободу с чувством вины. Почти неуловимо – из-за одного-единственного жеста, слова, улыбки или единожды нахмуренных бровей – этот опыт, являющийся следствием созревания, может стать разрушительным. Но без опыта не возникнет самоидентификация. Нарративное самоутверждение происходит у подростка в тот момент, когда он вспоминает испытания, из которых вышел победителем, и поражения, в равной мере способствующие формированию его личности. Испытания помогают ему понять, кто он есть на самом деле. Если он переживет разрушительную травму, то может утратить решимость, ибо внутренняя катастрофа вредит работе мысли. Тут есть одно особое обстоятельство: созреванию сопутствует крушение. Но когда после физической агонии жизнь возобновляется, говорить об обретении устойчивости все равно нельзя. Если «содержимое изначально не вшито внутрь»⁶⁵, рана становится невидимой, но при этом способствует молчаливому рождению новой личности. Чем глубже эта рана, чем больше она превращается в своего рода «склеп», тем более заметное влияние она – так и не выраженная словами – оказывает на личность и тем более явно мешает обретению устойчивости. «Стыд-склеп»⁶⁶ проникает во внутренний мир и, приспосабливаясь к обстоятельствам, ежедневно отравляя любые межличностные отношения.

Стыд не обязательно предполагает возникновение чувства вины. Один, испытывая горечь, считает вселенную ничтожной, в то время как другой, попав в «неправильную» вселенную, переполняется страданием. Различие этих миров способствует возникновению разных типов межличностных отношений. Чувство совершения чего-то отрицательного порождает стратегию искупления или самобичевания, тогда как чувство униженности приводит к запуску механизмов избегания, ухода и порожденного отчаянием гнева. Часто, общаясь с человеком, ощущающим себя виновным в чем-либо, видя его подавленную радость, слыша его слова, глядя на его поведение, цель которого – искупительное умерщвление, мы, наблюдая это желание принести себя в жертву, иногда испытываем страх. Но, оказываясь рядом со стыдящимся, замечаем, что он старательно нас избегает, не хочет встречаться взглядом, прячется от нас где только может и явно боится, упрекая нас в том, что мы пугаем его.

⁶⁵ Бенгози П. Разносчик стыда и содержимое генеалогических, семейных или общественных ячеек в семейной терапии // Журнал психотерапии и групповой психоаналитики, 1995, № 22, с. 81–94.

⁶⁶ Абрам Н., Торек М. Скорлупа и ядро.

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.