

SUSANNE FOSTER FINCHER

CREATING MANDALAS

For insight, healing,
and self-expression

SHAMBHALA
Boston & London

СЮЗАННА ФОСТЕР ФИНЧЕР

СОЗДАНИЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ МАНДАЛЫ

метод мандалы в психотерапии

Институт Общегуманитарных Исследований

Москва

2015

УДК 615.851
ББК 53.57

Сюзанна Ф. Финчер. Создание и интерпретация мандалы: метод Мандалы в психотерапии. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2015. — 216 стр.

Издательство благодарит Светлану и Евгения Бендер за неоценимую помощь в издании этой книги

Сюзанна Ф. Финчер — известный арт-терапевт. Она является автором метода «Мандала и раскрашивание Мандал».

В этой книге Сюзанна Ф. Финчер представляет разработанный ею метод использования мандал в психотерапии, автор показывает, как каждый из нас может создать свою собственную мандалу и предлагает себя в качестве наставника.

В своей книге Сюзанна Ф. Финчер пишет о символизме цвета, чисел, форм и мотивов (цветы или птицы), которые лежат в основе появления мандал. Автор на примерах из собственной практики показывает, как использовать технику мандал в индивидуальной психотерапевтической работе, а также в работе с группой.

ISBN 978-5-88230-170-4

© Институт общегуманитарных исследований, 2015

Глава 1

МАНДАЛА: ОТРАЖЕНИЕ САМОСТИ

Персидский пастух пристально вглядывается в ночное небо и видит закручивающийся спиральный рисунок звезд. Американский ребенок выбирает карандаш и радостно раскрашивает лист бумаги, снова и снова двигая по кругу руку и кисть. Скандинавский жрец Бога Солнца становится на мокрый песок и рисует круг вокруг своих ног. Индийский паломник благоговейно обходит вокруг памятника, отмечаящий просветление Будды. Тибетский монах берет кисть в руку для того, чтобы начать утреннюю медитацию: рисование традиционного кругового рисунка. Немецкая монахиня переживает видение Бога как светящегося колеса. Что общего у этих абсолютно разных людей? Все они подтверждают неотразимое для человека очарование круга.

Почему круг был столь важной частью человеческой культуры с самых древних времен? Почему люди всех культур, времен и мест находили мотив круга столь удовлетворяющей и значимой формой выражения? Вот описание того, как один мужчина понимает значение круга, который он называет «мандала».

Каждое утро я набрасывал в записной книжке маленький рисунок круга, мандалу, который отражал мою внутреннюю ситуацию в этот момент... лишь постепенно я обнаружил, что мандала на самом деле это: ... Самость, целостность личности, которая обнаруживается, если все происходит гармонично. (Юнг, 1965: 195-196).

Карл Густав Юнг, швейцарский психиатр, адаптировал санскритское слово *мандала*, для описания круговых рисунков, которые рисовал он сам и его пациенты. *Мандала* означает центр, окружность или магический круг. Юнг ассоциировал мандалу с Самостью, центром всей личности. Он считал, что мандала по-

казывает естественное стремление пережить наши возможности, выполнить рисунок целой личности.

Рост по направлению к целостности – это естественный процесс, который освещает уникальность и индивидуальность человека. Поэтому Юнг называл этот процесс индивидуацией. Он настаивал на уважительном внимании к символам бессознательного как к способу стимулировать личностный рост. Юнг видел спонтанные появления мандал в снах, воображении и творчестве как доказательство того, что происходит индивидуация. Результатом индивидуации является гармоничный союз личности с Самостью, служащей центральным объединяющим принципом. Юнг писал, что основной мотив мандалы

является предчувствием центра личности, родом центральной точки в душе, с которой все связано, которой все организовано, и которая сама по себе является источником энергии. Энергия центра проявляется в непреодолимом принуждении и желании *стать тем, кем каждый является*, так же, как любой организм стремится к достижению той формы, которая характерна для его природы, не взирая на обстоятельства. Об этом центре не думают как об эго и эго не ощущают таковым, но, если можно так выразиться, это есть *самость*. (1973b:73).

Где возникла идея мандалы? Круговой мотив появляется в человеческой истории очень рано. В древних наскальных рисунках Африки, Европы и Северной Америки использовались круги, спирали и тому подобные рисунки. Непонятно, для чего они изображались, но мы знаем, что они были чем-то важным, т.к. их было очень много. Что мы знаем о людях, которые не могут помочь нам объяснить их выбор круга как значимого образа?

Давайте обратимся к естественной истории в поисках ответа. Рассмотрим момент, когда мы все появляемся. Мы растем из крошечного круглого яйца, содержащегося в матке нашей матери. В ее матке мы окружены и прочно удерживаемся внутри сферического пространства. Когда наступает время появиться на свет, мы выталкиваемся серией круговых мускулов через трубчатый родильный канал и выходим в мир через круглое отверстие.

Родившись, мы обнаруживаем себя на круглой планете, вращающейся по круговой орбите вокруг Солнца. Мы прикованы к земле силой гравитации, поэтому мы не осознаем нашего вращения. Но наши тела знают о нем. Если мы посмотрим глубже, на уровень атомов, из которых состоят наши тела, мы найдем еще одну вселенную, где элементы вращаются по своим круговым орбитам. Подсознательное ощущение вращения, как и память о матке, закодирована в наших телах. Таким образом, мы предрасположены к тому, чтобы реагировать на форму круга. Эти факты человеческой жизни являются общими для всех людей, как древних, так и наших современников.

Рассматривая жизнь наших предков, живших на планете задолго до нас, мы можем обнаружить еще больше причин для того, чтобы обосновать важность круга. Древние люди жили близко к природе. Естественные ритмы небес и земли были для них теми силами, которые диктовали им стиль жизни. Охота и собирательство были возможны только при свете солнца. С приходом ночи наши предки отходили ко сну. Собираясь вокруг огня, они естественно образовывали круг, поворачиваясь к свету, теплу и движению огня в центре.

Если мы дадим сознанию самое простое определение – бодрствование, то недостаточное сознание будет сном. Днем, когда светит солнце, люди бодрые, сознательны и активны. Когда приходит ночь, люди спят и сознание, как солнце, исчезает в темноте. С новым днем человек вновь просыпается, он вновь сознателен. Перемена сна и бодрствования регулируется светом солнца. Таким образом, солнце является подходящим символом бодрствующего сознания, которое оно пробуждает в человеке.

Если мы вообразим себе времена наших первых предков, мы поймем, насколько солнце, звезды и луна должны были их очаровывать. Интерес к этим природным элементам показывается тем фактом, что самые ранние ритуалы явно вращались вокруг солнца. Древние мандалы, высеченные во многих местах мира, показывают благоговение перед солнцем и луной. Эти круглые небесные тела могли служить для наших предков природными символами, поддерживающими сознание и помогающими людям развить их мышление выше исключительно инстинктивных

уровней. В Дании существуют древние росписи, показывающие шаг от инстинктивного группового мышления к индивидуальному осознанию себя.

Рядом с морем были обнаружены неолитические рисунки кораблей. Мандала символа солнца поблизости поддерживает догадку, что эти корабли ассоциировались с ритуалами поклонения солнцу, возможно испрашивавшими благословения для безопасного путешествия. Время от времени можно видеть следы поверх очертаний кораблей. Иногда на следы намекает круг, явно очерченный вокруг ног человека. Линия, пересекающая круг, обозначает разделение ног. Вторая линия расположена перпендикулярно к первой, так что весь рисунок представляет собой крест внутри круга.

Похоже, что древние люди использовали этот рисунок в качестве символа солнца. Тысячи лет спустя тот же самый спонтанно рисовали дети во время процесса развития их чувства личной идентичности. Шаг от группового сознания к чувству индивидуальности должен быть сделан на определенном этапе эволюции человека. Сдвиг в сознании, которого современные дети достигают совершенно естественно, сначала должен был быть достигнут несколькими особыми людьми. Могут ли мандалы Дании быть ключом к тому, как это произошло?

Может быть. Жрецы были людьми, выделенными из группы для проведения ритуалов. Они могли даже действовать как вместилище на время церемонии Бога-Солнца. Жрец, очерчивая свои ступни на том месте, где он стоял, представляя солнце, мог оставить видимый знак присутствия божества во время события. Вероятно, то, что жрец олицетворял солнце, в некотором отношении, было преображающим опытом, который делал возможным сдвиг в его мышлении.

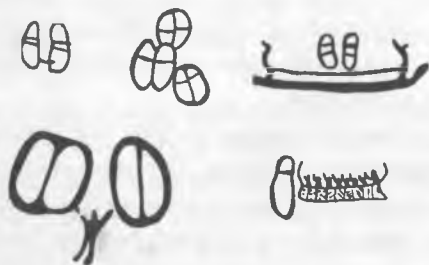
Умственный процесс, при котором произошли изменения, мог быть следующим. Жрец, который должен был, очерчивая свои ступни во время ритуала, сказать: «На этом месте находится солнце», мог вместо этого подумать: «На этом месте нахожусь Я». У нас нет возможности узнать это наверняка, но вполне вероятно, что одними из первых людей, ощутивших себя индивидуальностями, были жрецы, такие как в Дании. Представляя солнце, они,

возможно, пришли к осознанию себя как индивидуальности, отдельной и обособленной от группы. Из подобного опыта, через символическое взаимодействие с круговой формой солнца, могло родиться самосознание.

Загадочная, вечно меняющаяся Луна также могла оказать свое влияние на мышление человека. Легенды маори из тихоокеанского региона наводят на некоторые интригующие возможности того, как это могло быть. Существует множество историй о Мауи, обычном мужчине. В этих историях он встречается с женщиной по имени Нина. Мауи остается одним и тем же неутомимым персонажем на протяжении всех историй. Тем не менее, Нина принимает множество форм. Иногда она – предок Мауи, иногда – его мать, сестра, или другая родственница. Сложно понять, почему персонаж с одним и тем же именем должен быть столь разным. Мы можем начать понимать идентичность столь изменчивой женщины, когда узнаем, что *Нина* переводится как «луна». Множество ее обликов отражает разные фазы луны: сначала молодая (молодость), затем полная (зрелость) и наконец ущербная (старость).

Сьюзан Ланджер (Susanne Langer) предположила, что легенды маори используют луну в качестве естественного символа женщины и женственности. Она пишет: «Луна выражает всю тайну женственности, не только в своих фазах, но и в запутанном временном цикле ее полного исчезновения. Женщины в племенном обществе выработали расписание табу и ритуалов, за которыми мужчины не могли уследить» (1976:191). По прошествии времени и процесса конденсации, который позволил все большему и большему количеству слоев значения ассоциироваться с этим образом, луна стала общедоступным символом, который говорит что-то о самой жизни. Ланджер продолжает:

...так же, как жизнь стремится к полноте с каждой фазой прибывания, так же во время каждого периода убывания мы можем видеть, как старая луна вступает во владение постепенно каждой сверкающей частью. Жизнь поглощается смертью в наглядном процессе и поглощающий монстр был предком свету, который умер. Значимость луны неоспорима. Годы повторений держат картину жизни и смер-



В северных наскальных росписях, появившихся до Бронзового века, следы и очертания стоп появляются над очертаниями кораблей. Возможно они символизируют присутствие жреца бога-Солнца, благословляющего корабль.

ти перед нашими глазами. Неудивительно, что люди научились созерцать ее, для того, чтобы сформировать свои представления относительно жизни каждого человека на примере этого цикла и осознать смерть как работу духовных предков, тех же, что дают жизнь. Из подобных размышлений должны были возникнуть понятия о возрождении и реинкарнации (191-192).

Через ощущение своего тела, огненные круги и легко понимаемые примеры солнца и луны, нашим предкам была представлена форма круга. Неудивительно, что они приняли круг в качестве символа сознания, и жизни, смерти и возрождения. Весьма вероятно, что при дальнейшем распространении этих идей, круг был включен в мифы сотворения многих культур. Эти легенды ищут ответ на вопрос: «Откуда я пришел?».

Египетская мифология описывает космос как цельный круг до начала времен. Внутри этого круга Нут, богиня Неба, и Геб, бог Земли, были неразрывно связаны друг с другом. Потеряв этот круг, Родители мира разделились и дали начало времени, творению и сознанию. В Упанишадах, древнем религиозном тексте Индии, мы находим следующее:

Солнце есть Брахма – это учение. Вот объяснение: в начале этот мир был небытием. Это небытие стало бытием. Оно развивалось. Оно стало яйцом. Оно лежало так год.

Оно развалилось надвое. Одна часть яйца была из серебра, другая – из золота. Серебряная часть это земля, золотая – небо...

Из этого родилось солнце. Когда оно родилось были крики и приветствия, все существа поднялись, чтобы приветствовать его. Поэтому на восходе во время каждого его возвращения раздаются крики и приветствия и все существа поднимаются, чтобы приветствовать его. (цит. Нойман, 1973:107).

Мифы о сотворении, основанные на идее круга, найдены в традициях Европы, Африки и юга Тихоокеанского региона, а так же в Индии. Ясно, что этот мотив резонирует с глубоким ощущением человеческой интуиции. В нашей западной культуре круг как начало всех вещей появился в работах Платона. Он дал нам такое объяснение творения:

...он создал вселенную как вращающуюся сферу, одну и единую, но по причине своего совершенства бывшую в состоянии составить компанию самой себе и не нуждавшуюся в дружбе или знакомстве (цит. Кауфман, 1961:331).

Смена дня и ночи, вечно изменяющаяся луна и ритм смены времен года стали основой взгляда на мир, базирующимся на круге. Эта точка зрения, важная для людей, все еще живущих близко к природе, красноречиво выражена Черным Лосем, старейшиной племени дакота:

Все, что делает Сила Мира, она делает по кругу. Небо круглое, и я слышал, что земля тоже круглая, как мяч, и все звезды такие же. Ветер, когда он сильнее всего, закручивается спиралью. Птицы делают свои гнезда круглыми, их религия такая же, как и у нас. Солнце восходит и заходит по кругу. То же и луна. Даже времена года формируют большой круг, сменяя друг друга и всегда возвращаясь на свое место. Человеческая жизнь – это круг от детства до детства, и так везде, где движется сила (цит. Нейхардт, 1961: 32-33).

Взгляд на мир как на круг имел для наших предков самое практическое применение. Они видели, что линия горизонта кажется

кругом. Люди, пытаясь безопасно передвигаться по обширным территориям, изобрели методы ориентации в этом большом кругу. Разрабатывая схемы нахождения направления, было естественным начать с пространства, которое они знали лучше всего: с того, которое занимало их собственное тело. Давайте рассмотрим тело, со всеми его конечностями и органами как фокальную точку для организации пространства внутри круга горизонта.

Билатеральное строение тела создало правую и левую стороны. Если вытянуть руки в противоположные стороны от тела, можно вообразить линии, проходящие через вытянутые руки до горизонта. Таким образом устанавливаются два противоположных направления в кругу. Размещение глаз впереди естественно предлагает линию взгляда как другое направление и подразумевает противоположное направление как продолжение этой линии назад. Таким образом, мы можем вообразить классическую мандалу, состоящую из линии горизонта (круг) и четырех линий, в точке пересечения которых находится тело.

Эта схема деления пространства использовалась этрусскими предсказателями. Они интерпретировали события относительно того, где внутри воображаемой мандалы они происходили. Так же для установления направлений тело использовали индейцы, у которых центральную точку тела была еще одним направлением. Кроме того, у них были направления вверх и вниз, выведенные из вертикального положения тела, что в сумме давало семь направлений.

Когда воображаемая мандала тела и ее четыре направления ориентируются относительно постоянной позиции Полярной звезды, можно установить четыре основных направления. По этой схеме наши предки могли начертить четкий путь из одного места в другое. Они могли придерживаться своего направления даже тогда, когда препятствия требовали временного отклонения от намеченного пути. Это было важно для выживания. Способность планировать свое путешествие сделала возможным возвращение к источникам воды и пищи. Использование формы классической мандалы для установления ориентации в физическом пространстве, без сомнения, добавило ей силы в качестве символа.

Знание положения Полярной звезды было решающим для описанного выше способа ориентирования. Века наблюдений подтвердили ее неподвижное положение на небе. Наши предки так же с интересом изучали циклическое появление других звезд. Они определили созвездия и дали им названия, такие как Бык (Египет), Рак (Персия), и Овен (Индия). Луна и планеты рассматривались как божества. Китайцы представляли луну в качестве богини, каждую ночь останавливавшейся в звездном дворце следующего воина-любownika.

Ночное небо было похоже на огромную круглую чашу, наполненную точками света. Движение небесных тел внутри этого круга указало на колесо древним наблюдателям. Кельты называли небеса Серебряным Колесом Арианрода (Arianrhod). Именно там благословенные души находили свой дом.

Стоунхедж является земным отражением этого небесного колеса. Существует предположение, что его строение было разработано ранними британцами для того, чтобы отмечать продвижение солнца в течение года. Тщательное размещение камней вызывает равнение на восход в день летнего солнцестояния. Этот каменный круг, без сомнения, был центром проведения ритуалов почитания обожествляемых небесных тел.

В результате тысячелетних астрономических наблюдений появился Зодиак, колесо с двенадцатью сегментами. Каждой из двенадцати частей, также называемых домами, присвоено имя определенного созвездия. Зодиак показывает положение солнца относительно луны, звезд и планет в течение года. Астрологи верят, что они могут предсказывать будущие события, основываясь на взаимодействии Зодиака. Это – еще один пример использования круга для ориентации человека в мире.

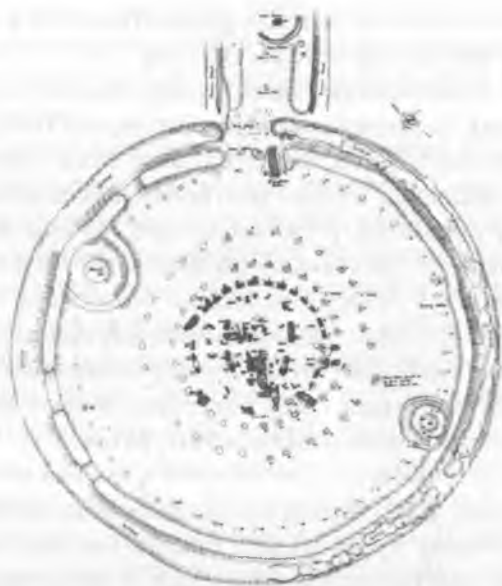
Мы можем видеть, как круг использовался для объяснения того, как начался мир, для нахождения направления в мире и в качестве символа чудес природы. Неудивительно, что круг так же был частью ритуалов, направленных на то, чтобы вызвать, направить, вместить или пригласить переживание божественного. Многие религиозные ритуалы начинаются с установления священного круга. Жрицы вуду, например, чертят круг на земле, чтобы послать приглашение богам. Индейские создатели щитов

начинают свою священную работу с танца в кругу, где они пропевают Создателю свои просьбы даровать им руководство. Некоторые церемонии используют круговые движения для вхождения в экстатические состояния сознания. Эскимосы вырезают круги на камне с повторяющимися ритмическими движениями в течение долгого времени для того, чтобы войти в транс. Дервиши кружатся для того, чтобы включиться в святость круга как проявления небесной гармонии. Захватывающая кульминация церемонии танца солнца у индейцев наступает, когда вращение участников приостанавливается веревками, вращающимися в медленном кругу вокруг центральной точки.

Пространство внутри ритуального круга меняется от обычного к священному. Для людей, которые воспринимают круг как отражение сути жизни, творение круга является священным действием. Это так же может быть попыткой достичь резонанса с божественной гармонией вселенной, проявленной в круговом движении солнца и луны. Считается, что результатом синхронизации своих действий с божественным планом будет добро. Именно поэтому контакт со священной реальностью, обозначенной кругом, может быть исцеляющим, например у народа навахо.

Люди навахо с юго-запада живут тихой жизнью, управляемой традиционными понятиями о природе, жизни и здоровье. Болезнь рассматривается как результат нарушения естественной гармонии. Когда целителя-навахо просят помочь больному, он начинает с ритуалов, восстанавливающих природный баланс. Он разглаживает окружность на земле и создает мандалу из цветного песка. Рисунок из песка создается в традиционной манере и выбирается целителем в соответствии с нуждами ситуации. Священный порядок в рисунке мандалы должен восстановить гармонию, пригласить божеств-помощников и, таким образом, восстановить здоровье.

В природе также существуют места в форме круга. Пещеры и горы – прекрасный тому пример. Древние люди часто считали запоминающиеся места священными без необходимости придавать им это качество при помощи человеческих ритуалов. Глубокие, темные пещеры держали их в благоговейном трепете как



Стоунхедж был построен как священная обсерватория. Он отражает круглый диск ночного неба.

места, где можно контактировать с предками. Величественные горы, с которых открывался вид на далекие окрестности, должны были быть ближе к миру небесных духов. Ритуалы на святых местах освящали их еще больше.

Известная гора Фудзияма в Японии является примером природного священного места. Эта гора – вулкан находится в семидесяти милях на юго-запад от Токио. Это самая высокая гора Японии, возвышающаяся над уровнем моря более чем на 12000 футов. Легенда гласит, что вулкан сформировался за одну ночь в 285 г. до н.э. Он находится в покое с 1700-х годов.

Фудзияма – одиночный пик, который можно увидеть за долгие мили. Это любимый предмет творчества художников и поэтов. В качестве священного символа Японии его ежегодно посещают тысячи людей со всех концов страны. Спиральная дорога приводит паломников от подножия горы рядом с океаном к ее покрытой снегом вершине. Они останавливаются во множестве мест поклонения и храмов, расположенных на скользком подъ-

еме, для того, чтобы освежиться, помедитировать и насладиться прекрасным видом воды и окрестностей.

Создавая цивилизацию, люди начали возводить ритуальные строения, взяв за основу священные пещеры и горы, возможно, в надежде принять в них какую-то часть силы природных святынь. Кива индейцев пуэбло построены как подземные пещеры. Они круглые, потому что «небо, там, где оно встречается с солнцем, круглое» (Вильямсон (Williamson), 1978:82). Возможно, стремясь стать ближе к небесным божествам, люди возводили постройки, своими формами напоминающие форму горы. Самые ранние известные рукотворные священные горы, находящиеся в Месопотамии, были построены более пяти тысяч лет назад. Эти постройки называются зиггуратами.

Зиггураты строились в соответствии с планом, основанном на числах и пропорциях, тщательно вычисленных во время внимательного изучения луны, звезд и планет. Каждая из них состоит из квадратной усеченной пирамиды, возвышающейся на определенное количество ступеней. Вершина зиггурата считалась наиболее священным местом. Часто на ней высаживали священное дерево, и она служила местом астрономических наблюдений. Восхождение на вершину зиггурата передвигало человека в центр священной территории. Как священное место это точка также символизировала Центр, первичный источник всего творения. Зиггурат действовал в качестве модели космоса и в его структуре была закодирована история творения.

Традицию зиггуратов продолжили священные места Востока, такие как Боробудур на Яве, Индонезия, и Санчи в Индии. Санчи почитается как место просветления Будды. Строение представляет собой массивный купол пятнадцати футов высоты, в котором находится священные мощи Будды. Купол окружен аллеей. За ней четыре стены формируют площадь, войти на которую можно через искусно украшенные каменные ворота.

Буддистская святыня в Санчи так же устроена для ритуального кругового движения. Паломники входят через восточные ворота, обходят купол по часовой стрелке. Когда они входят в ворота и двигаются рядом с мощами, они попадают в мощное измененное состояние сознания (Кравен (Craven)). Считается, что

пребывание рядом с мощами Будды оказывает благотворный эффект. Ходьба по кругу служит усилению интенсивности переживаемого. Это место было центром религиозных обрядов более двух тысяч лет.

Если мы представим себя над усыпальницей в Санчи и посмотрим на нее сверху, вместо трех измерений, мы увидим два. Затем мы обнаружим большое сходство между рисунком Санчи и замысловатыми мандалами Тибета. Тибетские мандалы, также известные как танка, включают в себя круги и квадраты, наряду с множеством других фигур, символов и мотивов. В квадратах можно различить основную структуру крепостных сооружений с четырьмя воротами. Символ божества помещен в центральный круг. Мы можем заметить, что тибетская мандала повторяет рисунок Санчи с его круглым куполом и квадратной площадью.

Есть и другое сходство. Верующие также обходят танка по кругу. Хотя делают это не ногами, а глазами. В соответствии с традицией, они прослеживают рисунок мандалы. Каждый вход охраняется свирепым божеством, которое представляет такой аспект человека, который должен быть преодолен, прежде чем можно будет двигаться к центру: привязанность, зависть, страх. Мандала служит картой внутренней реальности, направляющей и поддерживающей психологическое развитие тех, кто хочет продвинуться в духовном осознании.

Тибетская мандала служит зрительной помощью при медитации. Мандала так же может быть попыткой проиллюстрировать текущую духовную реализацию. Юнг (1974) предположил, что именно так были придуманы первые ритуальные мандалы. Туччи (Tucci) соглашается, что вначале мандалы были разработаны через опыт интроспекции, направляемый «некой присущей человеческому духу необходимостью» (1961:27). Лишь позже они стали использоваться для того, чтобы проследить путь к тем состояниям сознания, из которого мандала появилась. Туччи пишет:

Таким образом, мандала, родившись из внутреннего импульса, стала, в свою очередь, поддержкой для медитации, внешним инструментом для вызывания и обеспечения видений в тихой концентрации и сосредоточении. Интуиция,

которая вначале была капризной и непредсказуемой, теперь отражена вне мистика, который, концентрируя свой ум, вновь обнаруживает путь достижения этой тайной реальности.

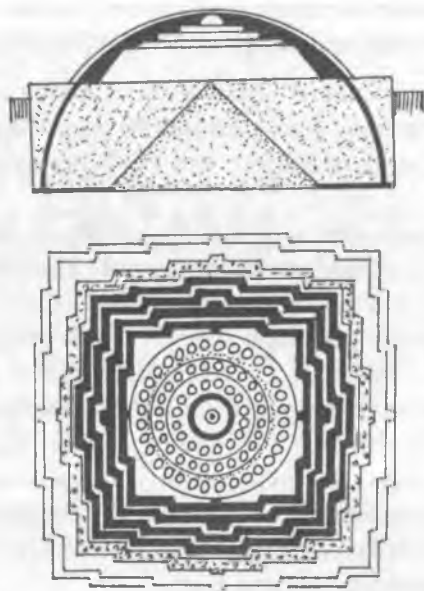
Мандала в качестве зрительной помощи для достижения желаемых состояний сознания так же известна в Европе. Удивительный тому пример в готических соборах – круглые окна, которые притягивают взгляд и поражают зрителя чувством гармонии, благоговейного трепета и экзальтации. Средневековые европейские церкви часто использовали рисунок круглого лабиринта на плитках пола около входа. Эта мандала является представлением паломничества в святой город Иерусалим. Паломники молились, двигаясь на коленях от начала лабиринта, медленно продвигаясь внутрь по направлению к центру Нового Иерусалима. Чувствуется, что участие в подобном символическом путешествии помогало набожному христианину продвинуться ближе к мистическому Иерусалиму, который является метафорой объединения с Богом.

Желание поделиться своим опытом, научить и показать путь другим к такой же реализации вдохновило Хильдегард из Бингена (Hildegard of Bingen) создать мандалу. Через свои мандалы Хильдегард выразила понимание Бога, полученное в ее мистических видениях. Эта христианская святая одиннадцатого века описывает образ Бога так:

королевский трон внутри круга, на котором восседает человек, исполненный света удивительной красоты... И от этого человека, сидящего на троне и полного света, распространяется круг золотого цвета, как от восходящего солнца. Я не вижу ему края. (Цит. Фокс (Fox), 1985:40)

Другое видение она описала как колесо, расположенное как лоно на груди возвышающейся фигуры. Она пишет: «Так же как колесо включает в себя все, что спрятано внутри него, так же и Святой Господь включает в себя все без предела, и он превосходит все». (цит. Фокс, 1985:40).

Мистические переживания побудили Хильдегард начать творческую писательскую и художественную деятельность. Кажется,



Вид храма Боробур в Индонезии сверху и в разрезе иллюстрирует рисунок мандалы.

это было для нее чествованием того, что она увидела, способом сохранить нуминозный опыт и попыткой донести информацию до других людей в том виде, в котором они могут ее воспринять и найти для себя полезной. Создание мандал было для Хильдегард исцеляющим. Она начала свою работу, будучи сильно больной. Когда она выразила свое творчество в писательстве и рисовании, ее симптомы исчезли.

Другой европейский мистик, Якоб Бем (Jakob Boehme), создал мандалы, символизирующие христианскую космологию. В его видении две великие реальности духа и материи (природы) вращаются вместе как колеса внутри большего круга Божественного. Он писал:

Колесо природы складывается само в себя извне; т.к. Бог пребывает Сам в Себе и Его невозможно описать или нарисовать, Он подобен лишь природе, подобно тому, как Бог изображает Себя в образе природы; Он везде и пребывает в

Себе. Замечание: внешнее колесо – это Зодиак со звездами, за ними идут семь планет. (цит. Юнг, 1974:239).

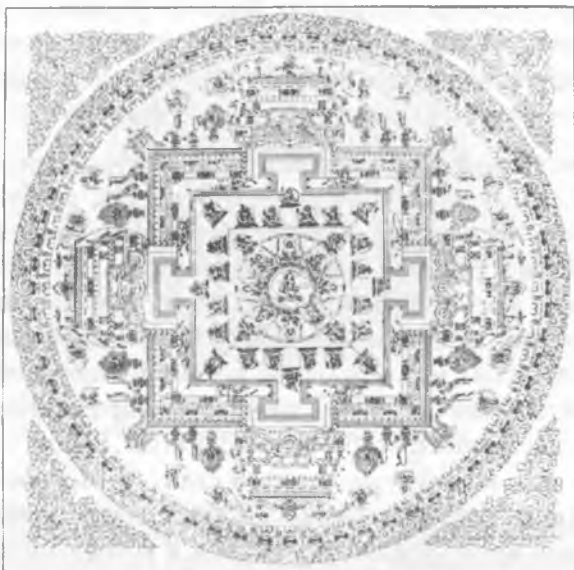
Бем создаст из своего космического видения мандалу для медитации. Он пишет, что «мы можем нарисовать это в большом кругу для медитации тех, кто хуже понимает» (цит. Юнг, 1974:239).

Бем был сильно обеспокоен возражениями. На его идеи оказали влияние традиции алхимии, которые предписывают разделение основного вещества на противоположные элементы перед очищением и дистилляцией в полезную субстанцию. Его работа противоречила этому, т.к. он предположил, что все, состоящее из тьмы и света, является аспектом Бога. Его мандалы разделены на две части, относящиеся к большому целому кругу. Мы можем увидеть в его работе опору на форму круга, которая содержит разделенные элементы и организует их в гармоничное целое. Это отражает его мистическое видение того, что все вещи содержатся внутри великой реальности Бога.

Джордано Бруно, итальянец, живший в эпоху Ренессанса, создал серию мандал, которые, как он верил, принесут позитивные изменения тем, кто будет их использовать. Его рисунки представляли собой идеальные формы, которые существуют на идеальном плане. Он поощрял использование своих мандал в упражнениях по визуализации. Бруно верил, что при запоминании образов идеальные формы отпечатаются в воображении. Результатом чего, в свою очередь, будет изменение личности к лучшему, большая связь с гармонией, изображенной на его мандалах.

Из всего этого ясно, насколько богатой и значимой является для человека традиция использования мандалы в качестве метода ориентации, духовной практики и связи с космическими ритмами вселенной. Для того, чтобы перевести эту информацию на более личный уровень, я опишу некоторые подробности типичного ритуала мандалы, практикуемого на востоке. Наиболее сложный и детальный ритуал мандалы был создан в тибетском буддизме. Для того, чтобы понять процесс практики, необходимо кое-что узнать о тех верованиях, на которых он основан.

Ранние буддисты верили, что существует два плана существования, два абсолютно разных мира, которые никак не сообщают-



Тибетские мандалы напоминают план храма. Священный центр защищается стенами с четырьмя воротами, каждые из которых охраняет демон.

ся друг с другом. Как объясняет Туччи, первый мир – это наша знакомая реальность, в которой действует карма, в которой мы вечно умираем и рождаемся вновь. Другой мир – это нирвана, достигаемая качественным скачком, когда карма и движущие ей силы останавливаются или сдерживаются. Это достигается, когда через познание и жизненный опыт, человек осознает, что вселенная это «только становление и поток» (Туччи, 1961:3). Это останавливает механизм кармического процесса и делает возможным попадание в нирвану.

План нирваны можно определить как Абсолют, истинную сущность всего существующего в том мире, который мы знаем. Абсолют воображается как свет. Верующие видят его внутренним зрением, когда их внимание перемещается от внешнего мира и фокусируется на внутреннем. Это бесцветный ослепительный свет. Традиционный текст объясняет переживание реализации так:

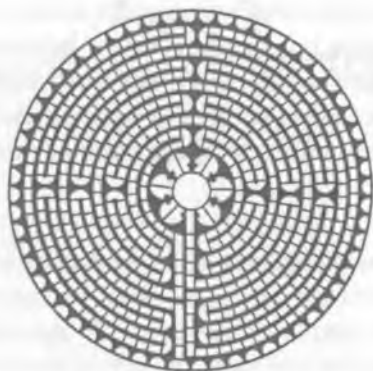
Теперь тебе откроется свет Чистого Абсолюта. Ты должен узнать его, о благородный. В этот момент твой ум в своей незапятнанной сути, чистый и без тени содержания или качества, является Абсолютом. (цит. Туччи, 1961:6).

Для достижения просветления человек должен стараться смотреть сквозь иллюзию разделенности, так, чтобы ощутить целостность Абсолюта. Это требует перестройки верований эго. Следовательно, работа по достижению просветления является внутренней, даже если она поддерживается внешними практиками и ритуалами, медитацией или другими действиями.

Туччи отмечает, что верующий, желающий получить инициацию на путь мандалы, должен значительно продвинуться в своей внутренней работе, чтобы быть принятым. Работа с мандалой проходит под опекой гуру, который судит о готовности верующего и дает ему технические инструкции в подходящее время в подходящем месте. Традиция мандалы, в которую посвящается претендент, зависит от знаний гуру, его суждений относительно нужд ученика и предзнаменований.

В определенном месте на земле расчищается пространство. Необходимое отношение внушается ученику ритуальным очищением, медитацией, постом и песнопениями. Ученику дают цветные нитки и показывают как нарисовать круг, разделенный на четыре равных части. Мандала создается при помощи красок, чернил или цветного песка. Используются традиционные цвета и рисунки, но существует возможность некоторых индивидуальных вариаций внутри стандарта. Материалы, такие как ляпис лазурь для голубой краски, имеют в ритуале свой символический смысл.

Когда традиционная цветная форма тибетской мандалы закончена, верующий получает инструкции по медитации. Она разработана таким образом, чтобы провести его через столкновения с теми его аспектами, которые препятствуют полной реализации чистого сознания. Эта часть техники требует углубления его понимания традиционных символов мандалы через личный опыт. Эта внутренняя работа упрощается визуализацией, основанной на мандале. Верующий вызывает умственный образ фигур мандалы. Внутренним взором он концентрирует-



Лабиринт в соборе в Шартрё.

ся на этих образах, перемещая их через предписанные изменения относительно его самого. Для того, чтобы интенсифицировать его опыт, гуру напоминает ему, что эти образы не реальны, а являются всего лишь проекцией его собственного воображения.

О благородный, этот рай тоже не существует, он расположен в центре и в четырех основных точках твоего сердца и приходит из него, прежде чем появиться перед тобой. Эти формы не приходят ни из какого другого места: они лишь ткань твоего ума. И так ты их и должен распознавать. (Цит. Туччи 1996:27).

При помощи тренировки и повторения практик верующий учится вызывать в уме живые образы мандалы и задерживаться на них как на знаках возвращения из мира разделенности в реальность объединения, где он связан с чистым сознанием. Таким образом, мандала служит тибетским верующим дорогой туда и обратно от различных состояний сознания.

Традиционно мандалы служили инструментами медитации для увеличения концентрации на внутреннем я и достижения значимого опыта. В то же время, они создают внутренний порядок. Мандалы символизируют «безопасное убежище внутреннего примирения и целостности» (Юнг, 1973:100). Мандалы име-

ют значение в психологическом смысле и важны для ощущения жизни, как важность ориентирования в физической реальности необходима для выживания. В следующей главе мы рассмотрим, как мандала может быть использована современными западными людьми в нашем поиске смысла, личностного роста и духовного опыта.

Глава 2

СОЗДАНИЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ МАНДАЛЫ

Юнг познакомил современную психологию с идеей мандалы. Его открытия происходят из его собственного внутреннего исследования. В возрасте тридцати восьми лет Юнг покинул пост в университете, потому что академическая жизнь утратила свою новизну. Он посвятил себя внутренней жизни и вел дневник снов, мыслей и рисунков. Каждое утро в своем дневнике он набрасывал круговой рисунок, просто следуя внутреннему импульсу.

Юнг сделал наблюдение, что его рисунки меняются, отражая состояние его психики. Однажды он получил раздражающее письмо от своего друга, и границы круга, который он нарисовал на следующий день, были разорваны. Юнг был уверен, что изменение в его настроении отразилось в изменениях его рисунков. С помощью своих рисунков Юнг день за днем наблюдал трансформацию психики.

Юнг узнал, что подобные круговые рисунки назывались *мандалами*, что означает и центр, и окружность в индийской традиции. Индийская мандала - это микрокосм идеальной реальности, с которой верующие восточных религий ищут взаимодействия. Юнг понял, что мандалы имеют такое же особое значение и для западных людей. Их значение происходит из их роли в качестве символа Самости. Юнг писал: «Самость, я думаю, была как монада, которой я являюсь, и которая является моим миром. Мандала представляет эту монаду, и соответствует микрокосмической природе души» (1965:196). Озарение Юнга было подтверждено во сне несколькими годами позже (там же, 198). Ему приснилось, что он находится с группой людей, с которыми не имеет ничего общего. Они шли через темный, сырой, уродливый город. Это был традиционный европейский город, расположенный по чет-

кой схеме, когда все улицы стремятся к центру. Через некоторое время группа увидела площадь в центре города.

На площади был круглый бассейн с водой, а в центре него – остров. На острове росла магнолия, покрытая красными цветами. Дерево стояло в ярком золотом солнечном свете. Юнг показалось, что дерево и излучало, и отражало свет. Он был ослеплен им.

Люди, с которыми Юнг путешествовал, заметили, что они не представляют, по какой причине кто бы то ни было захотел бы жить в таком месте. Юнг подумал, что когда он смотрит на это залитое светом дерево, он очень хорошо понимает, почему человек может захотеть жить здесь, рядом с деревом, излучающим безмятежное духовное спокойствие. Видение дерева, как освещенного центра во тьме, к которому ведут все пути, добавило веса его предположению, что психологическое развитие не может быть четким линейным движением вперед. Вместо этого развитие состоит из возвращения снова и снова к центру души, к Самости. В этом сне он обнаружил архетип Самости, - того аспекта человеческой души, которая создает рисунок, ориентацию и смысл. Он писал, что «цель психического развития – это самость. Не существует линейной эволюции; есть только вращение самости» (1965:196). Юнг отметил, что это осознание дало ему чувство стабильности и привело к возвращению внутреннего мира. Это послужило ему поддержкой во время сложного периода в его жизни.

То, что произошло с Юнгом, происходит и с вами. Самость создает рисунок вашей внутренней жизни. Ваши мандалы разоблачают динамику Самости, создавая матрицу, в которой раскрывается ваша уникальная идентичность. Круг мандалы отражает Самость, вмещающую стремление души к самореализации и целостности. В мотивах мандалы находят свое выражение и прошлое всего человечества, и символы личного опыта.

Мандала предлагает тайны, которые могут показаться экзотическими, смущающими или сложными. Это столь же легко как игра ребенка. Фактически, детьми мы уже открыли для себя мандалу. В возрасте трех или четырех лет мы, с удовольствием чертя каракули на листе бумаги, овладеваем формами. Как показала Келлог (1970), рисунки детей всего мира содержат формы

мандалы: круги, кресты внутри кругов, солнце, круги с лицами, и тому подобное.

Рисунки мандалы спонтанны, им никто не учит, и они очень похожи у детей, принадлежащих самым разным культурам. Они редко возникают с такой же интенсивностью после пяти лет. Из этого мы можем заключить, что рисование мандал является частью природного порядка психологического созревания. Эти действия сопровождают процесс осознания ребенком самого себя.

Удивительно отметить, что мандалы, нарисованные детьми, повторяют те, что были созданы людьми тысячи лет назад. Почему детские рисунки столь похожи на нарисованные так давно? Возможно, потому что дети проходят те же шаги к осознанию, что и древние люди. То, что далось с таким трудом взрослым тысячи лет назад, повторяется современными детьми, которые быстро пробегают историческое развитие человеческого сознания на своем пути к зрелости.

Нейманн (1973) предположил, что мандалы, которые рисуют дети, помогают им установить свою идентичность. Это является частью врожденного процесса ориентации, который позволяет ребенку установить осознание себя как существующего в реальном мире времени, пространства и места. Это стремление к ориентации, видимо, вдохновляет на создание мандал. Возможно, современные дети отвечают на те же внутренние побуждения, что и их предки, когда они создавали мандалы. Нейманн приписывает этот импульс архетипу Самости.

Сознательная идентичность человека, - та, о которой мы знаем, - называется эго. Эго формируется в раннем возрасте из структуры Самости, которая действует как если бы она была стержнем, поддерживающей идентичность человека. Эго всегда существует относительно Самости. Эдинджер (Edinger) (1972) предположил, что в этих отношениях жизненный ритм разделения и объединения эго и Самости регулирует психическую жизнь. Ритмы этого танца, в котором эго приближается, а затем удаляется от модели Самости, отражается в формах мандалы.

Рано или поздно каждый из нас столкнется с Самостью. Мы можем испытывать желание обрести смысл в нашей жизни, или

рана нанесена гордости нашего эго, или мы столкнулись с тем, что выглядит как бедствие. Мы можем влюбиться в неподходящего человека, заболеть, или нам приснится яркий сон. Целостность требует, чтобы мы установили взаимоотношения с этим таинственным центром внутри нас.

Женщина однажды рассказала мне сон, в котором ей приказали «сделать круг четырех ветров». Ей дали особое направление, которому она могла следовать в этом испытании Самостью. Для большинства из нас голос Самости не так ясен. Хотя мы решили открыть себя отношениям с Самостью, как мы можем сделать это?

Бессознательное, где находится динамизм Самости, - эта та часть нашей души, которая по определению неизвестна. Каким образом сделать возможным выражение бессознательного для того, чтобы установить эти отношения? Давайте поставим вопрос по-другому: как создать священное пространство, в которое мы пригласим Самость? Мы можем уделить внимание языку бессознательного и мы можем проявить уважение к Самости и культивировать наши с ней отношения путем создания мандал. Мандала содержит и организует архетипические энергии бессознательного в той форме, которая может быть ассимилирована сознательным.

Юнг обнаружил, что рисование и видение во сне мандал является естественной частью процесса индивидуации. Он поощрял своих пациентов дать свободную дорогу воображению и создавать мандалы спонтанно, не представляя их в уме заранее. Его теория мандалы была развита в работах Джоан Келлог. Келлог является арт-терапевтом, проводившим исследования со Станиславом Грофом в Психиатрическом Исследовательском центре Мериленда в семидесятых годах.

Келлог выяснила, что современные американцы, как и наши древние предки, должны центрировать себя в переходные периоды. Необходимость ориентации в новой реальности вынуждает нас временно сфокусироваться на нашем внутреннем мире. Мандала помогает нам добраться до бессознательных резервуаров силы, что делает возможным вновь обратиться к внешнему миру. Келлог рассматривает подобное использование мандалы в сравнении с тем, как ее используют в культурах, где мандалы

создаются в религиозных ритуалах. Тем не менее, она подчеркивает, что мандала не должна быть ограничена в своем использовании только терапевтическими или религиозными целями. Мандала

может быть использована как действенный путь, как средство передвижения в исследовании самого себя. Ухватившись за нить Ариадны, человек может предпринять путешествие к Самости, без гарантии, что он туда попадет, с одной лишь надеждой на внутреннюю трансформацию. (1978:12).

Когда мы создаем мандалу, мы создаем персональный символ, отражающий то, чем мы являемся в данный момент. Круг, который мы рисуем, содержит – или приглашает – конфликтующие части нашей природы проявиться. Даже если конфликт проявляется на поверхности, во время рисования мандалы происходит несомненное разрешение напряжения. Возможно, это происходит потому, что форма круга напоминает безопасность матки. Успокаивающий эффект рисования круга может также быть вызван его способностью служить символом пространства, занимаемого нашими телами. Рисование круга может быть чем-то вроде рисования защитной линии вокруг физического и психологического пространства, которые мы идентифицируем с самими собой.

Мандала призывает вмешательство Самости, лежащей в основе модели порядка и целостности, стержня жизни, который снабжает и поддерживает нас. Создавая мандалу, мы создаем наше собственное священное место, место защиты, фокус концентрации наших энергий. Когда мы выражаем наши внутренние конфликты в символической форме мандалы, мы даем их проекцию вне себя. Чувство единения может быть достигнуто просто рисованием внутри круга. Юнг писал о мандале:

Тот факт, что эти образы в определенных обстоятельствах имеют для своих авторов значительный терапевтический эффект, доказан эмпирически, и так же хорошо понятно, что они часто представляют весьма смелые попытки увидеть и соединить кажущиеся несовместимыми противоположности и преодолеть кажущиеся безнадежными ситу-

ации. Даже простое усилие в этом направлении имеет исцеляющий эффект... (1973b:5).

Путь мандалы, описанной в этой книге – это активная медитация с целью личного роста и духовного обогащения. Он основан на традициях мандалы со всего мира, озарениях Юнга и Келлог и личном опыте использования мандалы. Лучше всего заниматься этой работой в одиночестве, с почтительным отношением к вечному архетипу Самости и уважением к истине момента. Исцеление, исследование самого себя и личностный рост приглашаются, когда мы спонтанно создаем цвета и формы внутри круга. Мы с заботой и вниманием изучаем символический язык мандалы и погружаемся в смысл того, кем мы являемся на самом деле.

Эта книга дает пошаговые инструкции по созданию мандалы. Она предлагает пути интерпретации мандалы для лучшего понимания себя. Создание мандалы – благодарное занятие, обогащающее жизнь тех, кто найдет время овладеть простой последовательностью шагов. Как писал Юнг, «когда Самость находит свое выражение в таких рисунках, бессознательное реагирует усилением увлеченности жизнью» (1983:24). Работая с мандалой, мы можем познать моменты ясности, когда противоположности уравниваются в сознании, и мы переживаем реальность гармонии, мира и значительности.

Как начать работу с мандалой? Сначала подготовьте необходимые принадлежности. Мандалы можно делать из глины, камня, цветов, песка, кожи, дерева или ткани; рисовать красками, карандашами. Возможности безграничны. Мандалы могут создаваться одним человеком, парой, группой. Тем не менее, в этой книге я сосредоточусь на рисовании мандалы одним человеком. (Инструкции по рисованию мандалы адаптированы из Келлог, 1978). Для создания мандалы необходимы следующие материалы.

1. Белая или черная бумага для рисования, 12x18 дюймов
2. Пастель, цветные мелки, фломастеры или краски
3. Бумажная тарелка 10 дюймов в диаметре
4. Записная книжка и карандаш или ручка
5. Линейка и компас (по желанию)

Хорошо подходит белая плотная бумага для рисования. Черная бумага тоже подойдет. Я нахожу, что на черной бумаге цвета

мелков кажутся ярче. Простой лак для волос хорошо закрепляет рисунки мелками.

Лучше использовать отдельные листы бумаги, а не альбом. Рисование в альбоме может повлиять на выбор форм, т.к. особо выделяется та сторона, где находится переплет. Кроме того, в границах альбома сложнее определить верх мандалы. Рисунки на отдельных листах бумаги могут быть собраны и храниться в художественных портфолио, разработанных специально для этого.

Мандалы могут быть сделаны и на листах большего размера, хотя возникает проблема хранения. Мандалы на меньших листах выглядят немного более сжатыми. Но, конечно, это предмет вашего выбора. Вы можете использовать такой размер бумаги, с которым вы чувствуете себя комфортно.

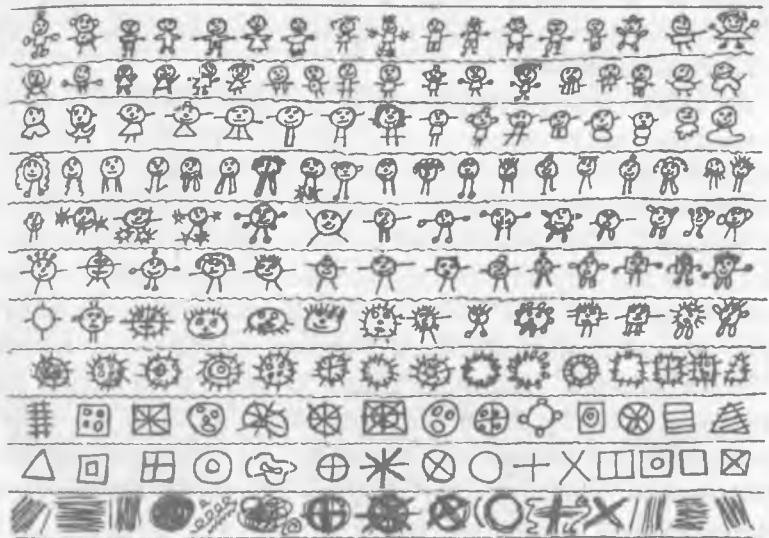
Для создания мандалы лучше всего расположиться в таком месте, где вас не побеспокоят хотя бы в течение часа. Вам понадобится ровная поверхность для рисования. Хорошее освещение поможет вам лучше видеть, что тоже улучшит качество вашей работы. Тишина или приятная музыка способствуют рабочей атмосфере. Зажженная свеча или благовония улучшат вашу способность концентрироваться на процессе как на времени вдали от повседневных забот.

После того, как вы расположили все принадлежности на рабочей поверхности перед собой, усадьтесь поудобнее и расслабьтесь для усиления творческого состояния. Чем меньше оценок и мышления будет при работе с мандалой, тем лучших результатов вы добьетесь. Не бывает мандал правильных или неправильных. Каждая из них – просто отражение того, чем вы являетесь в данный момент. Для того, чтобы бессознательное могло выразить себя, дайте инстинкту руководить вами в выборе цветов и форм.

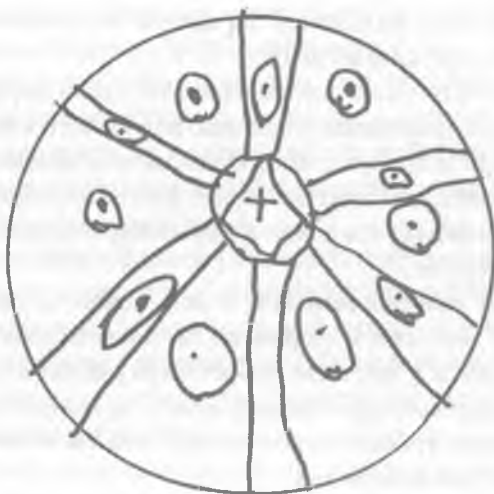
Перед началом рисования может оказаться полезным расслабиться в течение еще нескольких минут. Глубоко вдохните и представьте, как напряжение оставляет вас с каждым выдохом. Несколько потягиваний могут помочь расслабить какие-то точки напряжения в теле. Постарайтесь очистить ваш ум от дневных забот. Позвольте себе на это время снять с себя все обязанности, понимая, что вы вернетесь к ним после окончания медитации мандалы.



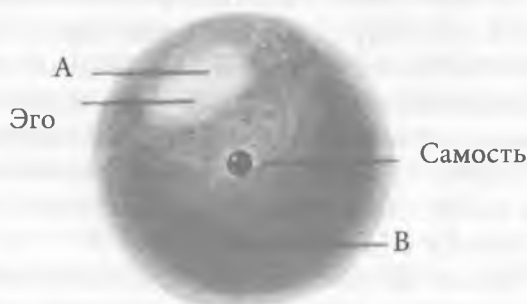
Мотивы древних наскальных рисунков северной Европы — те же, что и на рисунках детей.



Мандалы современных детей.



Мандала, нарисованная четырехлетней девочкой.



душу можно сравнить со сферой с ярким пятном (Ф) на ее поверхности, представляющем собой сознание. Эго — центр этого пятна. Самость же является ядром целой сферы (В). (по Юнгу, 1964:161)

Когда вы расслабитесь, вы можете захотеть закрыть глаза и начать концентрировать свое внимание внутри себя. Вы можете заметить формы, цвета и фигуры, танцующие перед вашим мысленным взором. Как можно меньше размышляя, выберите цвет, форму или ощущение из своего внутреннего видения в качест-

ве начальной точки мандалы. Если ничего не появляется, просто переходите к следующему шагу.

Затем откройте глаза и посмотрите на цвета перед вами. Ведомые вашим внутренним видением, или просто отвечая самим цветам, выберите цвет для того, чтобы начать мандалу. Вы можете почувствовать, что цвет выбирает вас. Затем нарисуйте круг. Вы можете использовать для этого бумажную тарелку или нарисовать круг от руки.

Продолжая размышлять как можно меньше, начинайте заполнять круг цветами и формами. Вы можете начать с центра или с краев круга. У вас в уме может быть рисунок, а может и не быть. Не существует правильных или неправильных путей создания мандалы. Работайте до тех пор, пока вы не почувствуете, что ваша мандала завершена.

Следующим шагом будет нахождение подходящего положения для вашей мандалы. Для этого поворачивайте рисунок и смотрите на него со всех углов. Постарайтесь игнорировать края бумаги и смотреть на рисунок сам по себе. Единственный способ понять, что мандала сориентирована правильно – это ваше ощущение баланса или чувство расслабления, когда ваш внутренний голос говорит: «Это правильно». Когда найдена правильная ориентация, отметьте верх своей мандалы маленькой буквой «в». Вы получите пользу, сделав это, даже если вы думаете, что уже знаете, где находится верх.

Датирование мандал полезно для дальнейшего использования. Отмечайте день, месяц и год. Хотя каждая мандала уникальна, запоминание их последовательности во времени может быть трудным, если они не помечены датами. Знание последовательности, с которой появлялись определенные формы и цвета, может помочь вам установить их значение.

Иногда нарисовать одну мандалу недостаточно. Если вы чувствуете незавершенность, вы можете захотеть нарисовать еще. Вы можете использовать ту же последовательность для сосредоточения внутри себя, выбора цветов и рисования. Когда вы рисуете более одной мандалы за один день, может оказаться полезным нумеровать их последовательно, 1 – первую, 2 – вторую, и так далее.

Теперь положите мандалу перед собой так, чтобы маленькая «в» находилась наверху. Лучше всего смотреть на мандалу с расстояния вытянутой руки. Возможно, вы поставите ее на подставку в нескольких футах от места, где вы сидите. Вы можете захотеть прикрепить ее к стене для лучшего обозрения. Ваша мандала может быть помещена в какое-то особое место, где вы сможете часто на нее смотреть.

На этом вы можете закончить медитацию мандалы, если хотите. Многие чувствуют несказанное удовлетворение, завершив мандалу. Некоторые люди с неохотой смещают центр своих переживаний мандалы с этого чувства. Просто концентрируясь на мандале, впитывая в себя формы и цвета, вы даёте себе ценную зрительную обратную связь.

Вы можете разнообразить свое переживание мандалы, воображая себя очень маленьким и представляя, что вы гуляете по своей мандале как по комнате. Затем спросите себя, что вы ощущаете в своей мандале-комнате, где вам больше всего или меньше всего комфортно и как выглядят ее символы с такой перспективы. Если вы захотите пойти дальше в понимании своего рисунка, вы можете использовать техники, описанные ниже и в следующих главах о цветах, числах и формах.

С этого момента вы будете использовать воображение и ощущения в вашей работе с мандалой. Вы задействуете вербальные и рациональные модели мышления. Вы сможете использовать слова, ассоциации и толкования для прояснения информации, заключенной в ваших мандалах. Это сможет помочь вам понять послания бессознательного, заключенные в символах. Вам понадобится записная книжка и что-то, чем вы будете писать.

Сначала назовите свою мандалу. Позвольте названию прийти на ум с минимальным обдумыванием. Название должно отражать ваше первое впечатление от мандалы, когда вы смотрите на нее с небольшой дистанции. Вы можете записать название в записную книжку. Так же вы можете записать дату и номер мандалы, если она не единственная, которую вы нарисовали в один и тот же день. Когда вы работаете с серией мандал, лучше работать с каждой мандалой отдельно перед тем, как вы попытаетесь понять значение всей серии.

Затем запишите цвета вашей мандалы. Записывайте цвета по очереди, начиная с доминирующего цвета и заканчивая тем цветом, который представлен меньше всего. Вы можете захотеть сделать какие-то пометки относительно цветов, которыми нарисован ваш круг. Так же включите цвет пустых мест, где видна бумага. После каждого цвета записывайте ваши ассоциации: слова, чувства, образы или воспоминания, приходящие на ум, когда вы смотрите на этот цвет.

Составляя список ассоциаций, вы начнете составлять ваш личный словарь цветов. Вы не только обнаружите, какие цвета вам нравятся, а какие – нет, но и начнете узнавать, какие люди, мысли и чувства у вас ассоциируются с определенным цветом. Вы можете даже обнаружить, что определенные периоды вашей жизни ассоциируются с тем или иным цветом. Ваш уникальный жизненный опыт сформирует ваше мнение о цветах. Этот личный набор значений предоставит важные ключи для понимания смысла мандалы.

Затем запишите числа и формы вашей мандалы. Цифры получатся после подсчета объектов мандалы, например, количества «дождевых капель». Неопределенные формы нуждаются в нескольких словах описания, - например, «розовое пятно» или «неровная волна». Другие формы будет легко описать, - например, «звезда», «зародыш», «лошадь» и так далее. Вы можете захотеть сконцентрироваться на каждой фигуре по очереди, осознавая слова, чувства и воспоминания, приходящие на ум. Если они появляются, записывайте их. Ваши ассоциации не должны иметь смысла. На этой стадии вы собираете строительный материал. Значение станет более ясным позже.

Когда список ассоциаций будет закончен, просмотрите его, держа в уме название, которое вы дали мандале. Вы можете заметить определенную модель значений записанных вами слов. Возможно, список ассоциаций наметит на тему. Затем попытайтесь выразить основную тему мандалы, полученную из названия и ваших ассоциаций, в нескольких предложениях. Вы можете захотеть записать эти предложения в дневник. На них будет полезно ссылаться в будущей работе с мандалой.

Работая с мандалами, вы можете найти, что цвет, которым нарисована определенная фигура, меняет ее значение. Например, рассмотрим мандалу, где доминирует белый крест в центре. Ассоциации со словом «крест» могут быть «борьба, идти вперед, опора». Ассоциации с белым цветом могут быть «слабый, невидимый, потусторонний». Тот факт, что крест белый, на символическом языке рисунка делает утверждение решимости менее сильным, как если бы желание держаться твердо присутствовало, но энергии на его выполнение в то время было бы недостаточно.

Когда вы найдете время последовать описанным выше шагам, символы, содержащиеся в мандале смогут быть переведены из зрительного выражения в словесное, что позволяет обрабатывать информацию более полно, используя как визуально-пространственные, так и вербальные способности вашего мозга. Эти шаги могут привести вас к осознанию значения символов, так что станет доступной дополнительная информация о вас самих. При помощи этой техники вы можете разжевать и усвоить пищу, содержащуюся в этом богатом личном отражении того, кто вы есть – в мандале.

Давайте теперь посмотрим, как эти техники использовались в расшифровке значения мандалы, созданной арт-терапевтом. Она – замужняя женщина средних лет, мать троих детей. Она назвала мандалу «Цветок моря» (см. цветную вкладку, рис. 1). Ниже я привожу список ее ассоциаций относительно цветов, чисел и форм ее мандалы.

- Темно-синий: глубокий, бездна, мама, океан, темный, смерть, скрытый, ночь.
- Светло-синий: нежный, атласный, Дева, небо, яркий, ком-форт
- Ярко-розовый: живой, веселый, шутка, праздник, сексуальный, громкий, заметный, страстный.
- Бледно-розовый: нежный, мягкий, ранимый, ребенок, роза, цветок, женственный, внутренний, пушистый.
- Средний розовый: едкий, чопорный, леденец, жевательная резинка, личный, застывший.
- Лиловый: царственный, серьезный, величественный, тяжелый.

- Четыре: баланс, парные противоположности, четыре функции, Самость, четыре направления.
- Восемь: четыре пары, группа, один день после недели, ненависть, поздно, приманка.
- Цветок: прекрасный, растущий, живой, женственный, дар, природный.
- Маленький розовый цветок: трепещущий, живой, нецентральный, короткий, энергичный, взрывной, распространяющийся, сильный.
- Голубой цветок: безмятежный, материнский, прекрасный, сбалансированный, уравновешенный, обнесенный контуром.
- Светло-розовый цветок: кисточка, молодой, пассивный, большой, тропический, отвратительно пахнущий.
- Темно-розовый цветок (сзади): сильный, зрелый, удерживающий, поддерживающий, защищающий, иссушающий, мускулистый.
- Лепестки: сердце, открытый, шляпа, направляющийся илидвигающийся наружу, распространяющийся.
- Точка: загадочное, новое, неизвестное, плодородное.
- Яйца: потенциал, близнецы, семья, драгоценности, исцеляющие камни, королевские драгоценности, нуминозный, атласный, бархат, яйца.
- Розовые «птицы»: хищнический, захватнический, дающий убежище, восходящий.
- Лиловая линия: защита, маленький, сокращенный, сломанный.

Обратите внимание, что одной и той же розовой форме было дано два определения: розовые «птицы» и «темно-розовый цветок (сзади)». Она обнаружила числа четыре и восемь, подсчитывая количество лепестков. Ее ассоциации с «бледно-розовым» являются добавочными к ассоциациям со «светло-розовым цветком». Женщина подытожила значение своей мандалы таким образом:

Моему благородному, безмятежному, духовному, эгоцентрическому внутреннему балансу (маленький розовый, го-

лубой и бледно-розовый с лиловым контуром цветки) угрожает вторжение едких, самокритичных мыслей (розовые «птицы»). Это является напоминанием о моей человечности. В одно и то же время то, что я человек, приносит и мысли о смерти (темно-синий, отвратительно пахнущий светло-розовый цветок), и подтверждение природной мудрости тела, унаследованной от бесчисленного количества поколений наших предков (темно-розовый цветок сзади). Немного темной божественной тайны (темно-синий) привнесено в самый центр моего существа (точки), где ее присутствие создает вибрирующий взрыв энергии, творчества и силы (маленький розовый цветок). Этот цветок помогает мне *видеть* процесс бытия человеком, поэтому название мандалы – *Цветок моря*.¹

Понимание этой мандалы помогло женщине осознать свою тенденцию чрезмерно идентифицироваться с духовностью. Это знание помогло ей принять раскол позиции эго как необходимый для создания прочной основы, а не как неожиданную угрозу. Ее осознание таинства смерти вылилось в большей благодарности по отношению к жизни. Динамика Самости вернула ее обратно на землю при помощи мандалы.

Составление своего собственного списка ассоциаций с цветами, формами и числами является важным шагом в работе с вашими мандалами. У каждого человека будет свой собственный уникальный словарь значений. Некоторые значения будут оставаться прежними, тогда как другие со временем изменятся. Ваши ассоциации – это отражение того, кем вы являетесь.

После того, как вы записали ваши личные ассоциации, иногда полезно обратиться к другим источникам символизма за дополнительной информацией. Решение, насколько эта новая информация подходит вашей мандале, может быть принято вашей спонтанной реакцией. Читая информацию о вашем символе, чувствуете ли вы возбуждение, возможно молчаливое «А-а-х!»

¹ игра слов - «видеть» (to see) и «море» (sea) по-английски звучат одинаково, поэтому при произнесении название можно понять двояко – и как «Цветок моря», и как «Цветок видения». – Д.О.

внутри? Если да, то есть шанс, что в данный момент эта информация имеет к вам отношение.

Однако, ваши реакции на толкования не всегда будут столь легко понятными. Вы можете ощущать недостаточность отклика в общем, или даже отвращение к символическим значениям, которые могут быть важными для истолкования символов вашей мандалы. Настоящая проверка важности заключается в решении, насыщается ли ваша внутренняя жизнь с добавлением этой информации. Если у вас есть желание рисовать следующие мандалы, толкование можно считать успешным.

Вы никогда не докопаетесь до самого ядра значения мандалы. Используемые вами цвета и формы отражают живой процесс. Как природный источник может забить в неожиданном месте и игнорировать усилия сдерживать его, так и душа никогда не может быть ясно определена и полностью понята. Возвращение к одной и той же мандале месяц или год спустя принесет новые озарения, которые будут настолько же справедливы. Возможно, вы заметите некоторые загадочные формы, которые никогда не поймете, хотя они будут регулярно появляться, исчезать и появляться вновь в ваших мандалах.

С опытом рисования и изучения мандал вы сможете выделить типичные формы и цвета и увидеть их развитие по мере вашего роста и изменения. Изучение символизма этих форм даст вам осознание того, кем вы являетесь. Расшифровка значений форм вашей мандалы может дать вам дополнительные знания о модели Самости в вашей жизни. Лучшим показателем успешности интерпретации мандалы является углубление, усиление и придание дополнительной энергии процессу вашего личностного роста.

Создание мандал помогает вам объединиться с процессом индивидуации. Создание мандал поддерживает целостность эго. В то же время, оно дает вам взгляд на более широкий контекст Самости, внутри которого существует эго. Рисование мандал может служить центрирующим средством для принесения ясности в замешательство. Мандала может дать вам контакт с глубокой мудростью внутри вас и помочь вам быть тем, кем вы на самом деле являетесь. Путь мандалы может быть чествованием дара жизни самой по себе: возможности расти, любить, быть.

Глава 3

ЦВЕТА МАНДАЛЫ

Маленьким ребенком я была очарована цветными огнями рождественской елки. Во время одного из беспокойных праздников, вскоре после появления маленького брата, голубой свет на низкой ветке дерева привлек мое внимание. Цвет привлек меня почти что помимо моей воли, и я подошла ближе. Вскоре я обнаружила себя обнимающей дерево, ослепленной голубым светом, почти касающимся кончика моего носа. Мое тело начало расслабляться, и меня окутало ощущение тепла и спокойствия. Потом я узнала, что цвет оказывает прямой, внутренний и эмоциональный эффект.

Цвета мандалы выражают ваши сокровенные мысли, чувства, интуицию и даже физические проявления. Анализ значения цветов в мандале помогает вам понять послание бессознательного. Значение некоторых цветов могут быть общепринятыми и легкими для понимания. Другие цвета могут вызвать озарение. Иногда у цветов бывает несколько слоев значения, каждый из которых рассказывает вам что-то свое. Цвет может иметь разное значение каждый раз, когда мы используем его. Пользуясь списком традиционных значений цветов, вы можете открыть для себя новые возможности или обогатить и прояснить значение цветов вашей мандалы.

Хотя значения цветов не всегда и не везде одинаковы, все же существует много общего, основанного на совместном опыте многих поколений. Например, солнце согревало и заботилось обо всем растущем с начала времен. Желтый, цвет солнца, символизирует свет, тепло, питание, осознание, и, конечно, солнце само по себе для людей со всего света. То же самое происходит со всеми цветами.

Значения цветов, данные в этой главе, призваны стимулировать ваши размышления о цветах мандалы. Здесь нет «правильных» значений. Здесь есть только множество возможных значений, иногда перекрывающих друг друга или даже противо-

речащих друг другу. Не существует твердых или быстрых правил определения, какое толкование подходит вашей мандале. Лучше всего начинать искать ассоциации каждой мандалы заново.

Просмотрите информацию, данную в этой главе, для каждого цвета мандалы. По мере чтения некоторые слова или идеи покажутся вам полными энергии. Другие – скучными и безжизненными. Поместите живые ассоциации в ваш дневник рядом с вашими собственными значениями цветов.

Я взяла большинство приведенной здесь информации по цветам из литературы, искусства, религии и философии Европы и Америки. Включены некоторые символы других культур, так что пробелы или перекрывания неминуемы. Ссылки, которые даны, призваны продемонстрировать богатую историю цветового символизма и стимулировать воображение читателя, работающего над мандалой.

Кроме того информация по цветам получена от людей, рисовавших мандалы во время арт-терапии, а так же как из наблюдений врачей, использующих мандалу как проективный показатель личности. И в конце концов, я включила результаты исследований ассоциаций цветов нескольких сотен людей, посещавших конференции по религии и психологии. Я добавила все эти источники для понимания действующей традиции делиться значениями цветов.

До того, как мы обратимся к описанию цветов, я приведу руководство по трактовке расположения цветов в мандале. Рассматривая мандалу, отметьте цвет, расположенный в центре. Этот цвет символизирует самое важное для вас на данный момент. Доминирует ли какой-либо цвет в мандале? Если да, то этот цвет подчеркивает то, на чем в данный момент сосредоточено все ваше внимание. Использование различных цветов показывает, что ваша энергия распределена между несколькими областями внимания.

Посмотрите на цвет, которым вы нарисовали круг. Он будет ключом к тому вашему аспекту, который вы предъявляете внешнему миру. Как правило, этот круг представляет границы вашего эго. Например, если вы выбираете красный, вы, должно быть, показываете миру свою энергию или гнев (в зависимости

от того, что красный означает для вас). Если вы использовали зеленый, может быть, в ваших отношениях с окружением особенно заметна ваша способность заботиться.

Цвета, помещенные в верхней половине мандалы чаще всего относятся к сознательным процессам. В нижней – имеют тенденцию показывать, что происходит в вашем бессознательном. Если вы посмотрите на мандалу как на круглые часы, то то, что появляется на двенадцати часах, доступно сознательному пониманию. То, что находится на шести часах, наиболее далеко от сознания. Цвета, помещенные на трех и девяти часах, представляющие идеи, передвигающиеся вдоль границы между сознательным и бессознательным.

Посмотрите на те места мандалы, где цвета нанесены особенно густо или легко. Особенно густо нанесенные цвета подчеркивают послание, переданное через символику цвета. Также они раскрывают сильные эмоции, связанные с тем, что обозначает этот цвет. Цвет, нанесенный легким касанием, показывает пробный подход, который может быть вызван усталостью, сомнениями в себе или даже печалью.

Люди с менее аналитической природой получают пользу от простого разглядывания цветов, появившихся в их мандале. Выбором цветов в большой мере руководит бессознательное. Даже когда вы тщательно выбираете цвета вашей мандалы в попытке контролировать то, что она показывает, динамика бессознательно сильно влияет на окончательный результат. Можно сказать, что используемые вами цвета являются прямым выражением внутренних состояний, которые обычно находятся вне сознательного понимания.

Когда вы изучаете вашу мандалу, бессознательный символизм, выраженные в цветах, рассматривается «вами», вашим сознательным я или эго. Этот опыт переносит информацию из бессознательного к сознательным уровням личности. Даже без изучения значений цветов взаимодействие имеет место. Таким образом сознание становится на службу индивидуации. Тем не менее, то, что вы найдете время, чтобы перевести ваше понимание в полное осознание через ведение дневника, будет глубоко питательно для души.

Изучая ваши мандалы, помните, что не существует плохих или хороших мандал. Как вы не будете критиковать цветок неожиданного цвета, так же вы должны принимать и ценить то, что приходит в вашу мандалу. В своих сериях мандал следите за естественным проявлением цветов и форм, отражающих уникальный процесс вашей жизни. До тех пор, пока вы видите разнообразие и движение цветов, будьте уверены, что жизнь раскрывается в вас, даже если ее рисунок может вас время от времени удивлять.



Размещение цветов и форм в мандалах может показать, где — близко к сознательному пониманию, далеко от него или в промежутке — находится то, что они символизируют.

ЧЕРНЫЙ

Черный — это цвет тьмы, зла, смерти и тайны. Он говорит о пустоте, матке и живом хаосе начала. Фон Франц (Von Franz) описывает черный цвет как «принадлежащий тому, о чем не знает сознание» (1974:254). Черный цвет, символ тьмы, уравнивает свою противоположность, белый — символ света. Во многих культурах истории о сотворении богаты образами тьмы и света. Библия начинается с такого поэтического утверждения:

Вначале сотворил Бог небо и землю.

Земля же была безвидна и пуста, и тьма над бездною, и Дух Божий носился над водою. (Быт. 1:1-2)

Легенда маори продолжает тему первичной тьмы:

Ранги и Папа, небеса и земля, рассматривались как источник, из которого произошли все вещи, боги и люди. Пока эти двое были слиты друг с другом, и не разъединились, была тьма; и дети, порожденные ими, все время размышляли, в чем может быть разница между тьмой светом. (цит. Нейманн, 1973:102).

Тьма и неизвестность мистического начала сравнима с темной, бесформенной субстанцией, с которой начинали свою работу алхимики. Они наблюдали за тем, как этот темный материал становится черным, и считали это знаком начала трансформации. Они называли эту фазу *нигрето*. Это было время глубинного изменения, когда необходимое развитие невидимо.

Черный может символизировать темное начало любого процесса. Он также намекает на первоначальный, изобильный, неисчерпаемый источник энергии, с которого начинается любой процесс. Сирло (Cirlot) предположил, что

дуализм света и тьмы не возник как символическая форма морали, пока первичная тьма не была расколота на светлую и темную. Однако, чистая идея тьмы в символической традиции не идентифицируется с омрачением – напротив, она соотносится с первичным хаосом. (1962:73).

Знаками связи с этим источником первичного изобилия являются черные голуби, лебеди и другие создания, появляющиеся в европейских сказках, и, возможно, в ваших мандалах.

Тайна матери, в которой возникает и из которой приходит на свет новая жизнь, – другое измерение значения черного цвета. Схожесть женской способности к воспроизводству и тайного уединения земли, выращивающей новые растения, может объяснить то, что наши предки выбирали темные места на земле для чествования плодородия. Древние богини пещер, гротов и других темных, похожих на матку святыниц, властвовали над тай-

нами рождения. Возможно, в продолжение традиции предшествующих земных богинь греческая Диана Эфесская изображается с черными руками и лицом.

Темные богини являются проводниками между небытием и рождением в качестве человеческого существа. Поэтому их цвет (черный) так же может в более общем смысле представлять нисхождение духа в материю и во время. Т.к. богини земли отвечают за переход их пустоты в материю, кажется естественным, что они так же властвуют над возвращением из света (жизнь) во тьму (смерть). И именно поэтому богини, такие как шумерская Иришкигал (Erishkigal) и греческая Персефона, управляют лишенным света потусторонним миром смерти.

Темная мать земли больше не почитается, но ее традиции сохраняются в самых неожиданных местах. Мы узнаем ее в могущественной даме, называемой нами Мать-Природа. Некоторые ощущают дух богини в Мадонне, - особенно когда она покровительствует склепам под наполненными светом часовнями христианских церквей. Признаки поклонения богини могут быть обнаружены и в традиции хоронить мертвых. Древние считали похороны символическим возвращением в лоно Матери Земли. На верование, что похороны – это возвращение, намекает традиционная фраза: «Земля к земле, пепел к пеплу».

Черный цвет ассоциируется с невидимым, с тем, что находится вне нашего осознания, как темная сторона луны. Черный также говорит о потере сознания, как «провалы в памяти»² С психологической точки зрения потеря сознания обычно рассматривается как потеря эго как местоположения осознания. Это ситуация, от которой люди, исключая посвященных мистиков, инстинктивно защищаются.

Эго должно быть выделено из бессознательного для того, чтобы утвердить осознание себя. Когда либидо направляет свое течение к бессознательному, эго становится очень ранимым. Это крадет у эго энергию, в которой оно нуждается, чтобы укрепить себя, - что-то вроде опустошения колодца, когда подземные воды куда-то уходят. Черный цвет символизирует постоянно существующий вызов сознательному эго.

² в англ. буквально «вычернение» - Д.О

Наши предки персонифицировали темные силы, угрожающие опустошить эго, в пугающих, злых созданий тьмы. Богиня Геката была одной из них. В безлунные ночи она странствовала по земле, появляясь перед испуганными путешественниками, замешкавшимися на перекрестке. Создавая пугающих богов, таких как Геката, наши предки пытались сдерживать свой страх темноты, концентрируясь на образе и окружая его верованиями, обычаями и ритуалами. Современные люди, не слишком отличающиеся от наших предков, продолжают создавать места для тьмы – примером тому может быть празднование Хэллоуина.

Черный ассоциируется с последней тайной, с тьмой смерти. Люшер описывает черный как «отсутствие самого цвета» и добавляет, что он «представляет абсолютную границу, за которой жизнь прекращается, и, таким образом, выражает идею небытия, вымирания» (1969:69). Черный цвет используется в ритуалах, связанных со смертью. Скорбящие по умершим традиционно одеваются в черное. Литургический цвет Светлой Пятницы, дня глубочайшей скорби в году для христиан, - черный. Черный также является цветом бога Геды (Ghede), символа смерти, в традиции вуду. Кстати, Гед требует в качестве жертвоприношения черную, перченую пищу.

Черный – цвет бога Сатурна, следящего за неумолимым течением времен. Его чествовали римляне на сатурналиях. Этот праздник конца года, совпадающий со «смертью» солнца, концентрировался на жертвоприношениях тому, кто был выбран царствовать как король празднества. Ритуал представлял естественный порядок вещей: старое должно умереть, чтобы дать дорогу новому. Бесконечный цикл смерти и возрождения. На более глубоком уровне этот праздник говорил о том, что черный цвет ассоциируется с пониманием смерти и возрождения как преходящих периодов более протяженной последовательности.

Коренные американские традиции ассоциируют черный с целительным колесом, направленным на запад (Сторм (Storm) 1972). В жизни человека, идущего круговым путем целительного колеса, запад соответствовал среднему возрасту жизни. Сжигание невежества, привязанности и поглощенности самим собой в этот период жизни делали возможным истинное посвящение

служению творцу, Матери Земле, и всем ее творениям. Некоторые рождаются с пониманием уроков запада. Другие должны выучить их на своем жизненном опыте.

Интересно отметить схожесть между учением коренных американцев запада и учением средневекового христианства. В обоих черный представляет самоотречение. Христианство также приписывает черному значение наказания. Уменьшение сосредоточенности на самом себе через аскетизм - освященный веками способ отбросить фальшивое я на пути мудрости у христиан и коренных американцев.

В европейских культурах черный указывал на печаль, скорбь или нигилизм. Быть в «плохом настроении»³ означает пребывать в печальном и злобном состоянии. Направленная вовнутрь, такая негативность может спровоцировать самоубийство. Когда мы проживаем это состояние с осознанностью, мы можем принять позитивные качества затемнения сознания. «Темная ночь души» Св. Иоанна Крестителя – пример такой возможности (Иоанн Креститель, 1959). Черный здесь говорит о психологической смерти, которая предвещает милосердие нового понимания.

По моим наблюдениям, черный в мандалах может отражать чувства депрессии, потери или скорби. Потеря может быть человеком, социальным статусом, или даже идеей, -например, слишком правильный образ самих себя. Нет ничего необычного в возникающей угрозе нашей сознательной идентичности, когда какая-то из наших отвратительных черт характера выходит на свет. Черный в мандалах может отражать процесс интеграции наших темных, темных аспектов в наше понимание того, кем мы являемся.

В какой-то момент жизни каждому из нас приходится столкнуться с тенью, смертью и злом. Мысли о смерти бросают вызов нашему пониманию. Мы должны согласиться с существованием злых и темных поступков, как наших собственных, так и чужих. Размышление над столь глубокими вопросами выходит за пределы рационального. Мы ищем решение, способ поместить эти реалии в структуру того, кем мы являемся и что мы знаем.

Цвета и формы мандалы дают нам возможность сделать это через наши чувства и придать форму нашему пониманию. На-

³ to be in black mood - букв. – быть в черном настроении – Д.О.

пример, если черный является нашим символом смерти и зла, у нас есть словарь, с которым мы можем работать. Мандала служит вместилищем для внерационального диалога между тьмой и светом внутри нас. Позволяя узорам внутри мандалы раскрываться в их собственной форме, поначалу мы можем увидеть резкие или уродливые рисунки. По прошествии времени цвета могут измениться, формы стать гармоничными или изменятся наши суждения по их поводу.

По мере того, как меняются формы и цвета, вы можете обнаружить, что произошел сдвиг в ваших конфликтных отношениях. Там, где противоположности были непримиримыми, теперь вы можете обнаружить новую полноту. Там где вы видели уродливость, теперь вы можете увидеть строгую красоту. Каким-то образом узоры света и тьмы, проявляющиеся в вашей мандале, могут помочь создать место внутри вас для разрешения этих вопросов. Использование воображения позволяет вам пойти глубже, чем слова.

Черный цвет в мандалах так же может говорить о темной, бархатистой матке и созревающей в ней новой жизни, о безграничном творчестве бессознательного, или об очаровании неизвестности. Он может представлять тьму, которая питает и дает глубину личности, так же как черный в картинах делает цвета более насыщенными. Хотя черный цвет иногда символизирует пугающую потерю знакомого, депрессию или негативность, в общем о его силе лучше всего можно сказать так: жизнь начинается и заканчивается во тьме.

БЕЛЫЙ

Белый показывает чистоту, непорочность и духовность. Лунный свет, молоко и жемчуг белые. Ничто, пепел и кости тоже белые. Однако, более фундаментальным по сравнению со всеми этими значениями будет такое: белый представляет свет сам по себе, элемент из мифов творения многих народностей.

И сказал Бог: да будет свет. И стал свет.

И увидел Бог свет, что он хорош: и отделил Бог свет от тьмы.

И назвал Бог свет днем, а тьму ночью. (Быт. 1:3-5)

Символизм света в мифах творения является метафорой человеческого сознания. (Нейманн, 1973). Восточные адепты использовали образ света для выражения своего интуитивного понимания зерна вечного сознания, прорастающего в каждом человеке: «Его собственное сознание, сияющее, пустое и неделимое с Великим Телом Света, у нее нет ни рождения, ни смерти, а только Неизменный Свет – Будда Амитаба» (цит. Нейманн, 1973:23). В христианстве существует похожее представление о свете, ассоциирующееся с духовной реальностью. Как сказал Иисус: «Я есть свет: тот, кто пойдет за мной, не будет идти во тьме, но получит свет жизни» (Иоанн, 8:12).

Священное качество света наполняет белый нуминозностью. Белый служит символом духовного, нематериального и потустороннего. Он показывает чистоту, безвременность и экстаз. (Сирло, 1962). Несколько сотен лет назад ученые обнаружили, что, пропущенный через призму, белый свет раскладывается на полный спектр цветов. Тогда можно в самом прямом смысле сказать, что белый представляет единство, из которого происходит множество (цветов).

В сказках белый относится к «дневному свету, ясности и порядку» (фон Франц, 1986:254). Часто белый проявляется в сказках как цвет особых созданий, особенно тех, что пересекают границу между реальностью и воображением. Таинственные единороги, белые лошади, птицы, кролики и белолицые девы играют в сказках существенные роли. Они указывают на нематериальную реальность и обычно приводят героя или героиню к контакту с этой реальностью, что навсегда меняет их жизнь. Белый кролик в «Алисе в Стране чудес» увлек юную героиню в похожий на сновидение мир зазеркалья. В Уэльсе рассказывают историю о молодом человеке, который прискакал на своей белой лошади к морю во время отлива. Прилив начался внезапно, и его лошадь не смогла обогнать его. Оба они были смыты приливом в холодное темное море.

Более счастливый пример мы находим в японской сказке о Кагуа-хим (Kagua-him), бледной, прекрасной деве луны. Изгнанная на землю из небесного королевства, она счастливо жила со старым собирателем бамбука, пока ее великолепная красота не

привлекла к ней внимание. Наконец, когда сам Император попросил ее руки, она рассказала, что не может выйти замуж, потому что она бессмертна. Она превратилась в сверкающий шар света на глазах у убитого горем Императора. Эта история показывает, насколько важно найти правильный путь общения с потусторонними созданиями. Они представляют собой архетипические энергии, которые не могут прямо сочетаться с обычным человеческим существованием.

Как показывает имя сотканной из света героини этой истории, белый также является символом луны. Спокойные и ясные качества луны обычно олицетворяются женщиной, богиней, чьи цвета – белый и серебряный: греческая Артемида, китайская Куан Ин (Kuan Yin) и полинезийская Нина. Сьюзан Ланджер (1976) предположила, что луна (и ассоциирующейся с ней белый цвет) – это еще и подходящий символ женственности.

Идеал бледной, чистой девы можно распознать и в сказке о Белоснежке. Желание ее матери иметь ребенка белого как снег, красного, как кровь и черного, как эбонитовое дерево исполнилось, когда родилась Белоснежка. К сожалению, ее мать умерла вскоре после ее рождения, и жизнь девушки была темной и опасной, пока принц не спас ее, женившись на ней. Олицетворенный Белоснежкой женственный идеал девственности часто ассоциируется с белым цветом.

Чтобы не думать о белом только как о цвете девственности, нужно помнить, что это так же цвет семени, сути творения, и молока, питающего новую жизнь. Белый цвет говорит о воспроизводстве, как в египетском мифе творения, который приписывает начало времен семяизвержению бога Атума (Atum). Обширные молочные озера описываются в мифах некоторых традиций Центральной Азии. Этот образ изобилия связывает белый с ощущением матерью и счастливым ребенком изобильности жизни. Память о подобных чувствах может быть основанием экстатического праздничного мистицизма, практикуемого шаманами степей.

Мысли о духовности белого зародились, когда луна стала священной, а белый цвет был принят как цвет луны. Нуминозность белого была подчеркнута его использованием в литургии в об-

рядах Рождества и Пасхи. Белый в Рождестве означает чистоту Божественного Ребенка. Младенец Иисус напоминает нам о ребенке, живущем в каждом из нас, - той нашей части, которая помнит простое счастье жизни до разделения на «я» и «другие». Иисус напоминает нам о внутреннем ребенке, когда говорит, что мы должны быть как дети, чтобы войти в Царство Божие. Белый символизирует невинность новорожденного и тех, кто возродился для нового осознания духовности.

Во время Пасхи белый напоминает о триумфе духа над смертью. Воскрешение Иисуса выглядит выполнением его обещания вечной жизни. В этом примере белый символизирует дух, вдыхающий жизнь в тело и продолжающий пребывать с Богом даже тогда, когда тело прекращает существовать. Идея непобедимости духа завершает полный цикл соединения образа белого цвета с вечной невинностью новой жизни.

Обратившись к традициям коренных американцев, мы находим, что белый и здесь имел особое значение. В путях мудрости коренных американцев белый является цветом северного направления целительного колеса (Сторм, 1972). Уроками севера были успокоение ума, возрастающая способность видеть ясно и меньшая уязвимость к огорчениям преходящих эмоций. Как сказал Дхиани Айвахо, учитель мудрости чероки:

Мудрый человек понимает, что на севере мы видим семена наших дел. Мы узнаем причины, заложенные в прошлом без проклятий или стыда; мы просто видим, что определенные причины привели к определенным действиям... Потом ум становится все менее противодействующим; человек понимает, что возникающие и исчезающие чувства – это просто чувства. Это – суть природы, это – спокойствие. (1987:244).

В историях и традициях, имеющих отношение к белому, можно заметить, что духовная реальность, часто символизируемая белым, может принести большую радость или большую потерю. Для человека столкновение с потусторонним может быть просветляющим или опасным. В своей работе с мандалами Джозан Келлог нашла, что белый часто отражает противоречивые чувства относительно сильных духовных переживаний. Белый может символизировать «прорыв в неизвестные транспер-

сональные измерения души... и сопутствующие этому чувства благоговения и удивления перед внешней силой, с которой эго может бороться» (Келлог, 1978:61-62).

Иногда умирающие описывают столкновение с трансперсональным. Они дают описание людей и мест, наполненных светом (Моуди, 1975). Когда жизнь покидает тело, розовый румянец жизни гаснет. Человек сталкивается лицом к лицу с бледностью тела. Становится возможным понять связь между белым цветом и смертью. Похоронные традиции, использующие белый цвет выглядят вполне естественными (Биррен (Birren), 1988).

Другой источник, помогающий нам понять значение белого, это алхимический символизм. Процесс *calcinatio*, трансформация огнем, предполагает получение белого пепла. Как объясняет Эдвард Эдинджер, это означает фазу *альбеда*, и имеет парадоксальные ассоциации: «С одной стороны пепел означает отчаяние, скорбь и покаяние. С другой стороны он содержит высочайшую ценность, цель работы» (1990:40). Белый может представлять выживание после психологического крещения огнем, который выковывает связь между эго и архетипической душой. Через этот опыт эго осознает свой «трансперсональный, вечный и бессмертный аспект» (там же).

Иногда белый представляет в мандалах серебряный. Это может быть сознательным выбором, или мы не обнаружим подмены до тех пор, пока не составим список словесных ассоциаций с цветами мандалы. Использование белого вместо серебряного было принято в геральдике. Такое случается в наши дни в рисовании мандал, чаще всего потому что металлические цвета не включаются в наборы красок или карандашей.

Серебряный относится к луне как золотой относится к солнцу. Он вызывает образы рыцарей в доспехах, мерцающих драгоценностей и способности зеркала отражать. Так как связь серебряного цвета с луной находится в царстве женственности, его использование в мандалах говорит о героическом предприятии, женственном по своей природе. Это могут быть начинания в области исцеления, взаимоотношений или творчества.

Белый появляется в мандалах несколькими способами. Это может быть белая краска, нанесенная на бумагу. Это может быть

отсутствие краски, позволяющее просвечивать белому фону бумаги. Или белый может появиться, когда белый карандаш рисует поверх цвета, придавая работе глянцевый жемчужный вид. При раскрытии смысла мандалы все это имеет свое значение.

Когда белый наносится прямо на бумагу, Келлог находит, что «можно сделать заключение о подавлении, что-то спрятано и оставлено» (1978:59). Это может также означать замирание сильных чувств, или прекращение течения либидо к бессознательному, или, возможно, нежелание принимать проявления тела. Бумага, остающаяся белой, особенно в центре мандалы, показывает готовность к приближающимся переменам (Келлог, 1978).

Жемчужный эффект в мандалах относится к символизму жемчуга. Сирло (1962) предполагает, что жемчуг представляет идею того, что что-то очень ценное может быть спрятано в незаметном, как жемчуг спрятан внутри устрицы. Жемчуг также означает процесс трансформации раздражающего чужеродного объекта в нечто прекрасное. Таким образом, жемчужина может служить метафорой внутренней работы по разрешению конфликтов в душе. Келлог находит, что жемчужный эффект в мандалах показывает, что человек «приближается к пиковому переживанию и готов к нему, или что подобное событие только что произошло...» (1978: 83-84). Это особое использование белого в мандалах может сигнализировать об обострившейся чувствительности к духовному измерению, что позволяет перестроить схемы значений и воспоминаний человека по-новому. Келлог утверждает, что жемчужно-белый в мандалах - «это знак синтеза» (там же).

Белый цвет в мандалах может говорить о повысившейся духовности, ясности и готовности к изменениям. Он может символизировать открытость к трансперсональным измерениям души, которые могут быть источником вдохновения, исцеления и озарения. Так же он может говорить о потере энергии, о вызове вашему знанию о том, кем вы являетесь, или о скрытых областях сильных эмоций. Для некоторых из нас он может разоблачать нежелание принять телесную жизнь со всеми составляющими ее стремлениями, ритмами и бренностью. Белый в мандалах – это напоминание о Свете.

КРАСНЫЙ

Древняя история красного цвета насчитывает более 30000 лет использования его в погребальных, священных и целительских ритуалах. Неолитические погребальные курганы демонстрируют использование красной охры в подготовке к похоронам. Пещерные рисунки в Европе показывают использование красного в ярких рисунках животных и людей, по общему соглашению, нарисованных с целями образования, ритуального чествования и инициации (Илсен (Elsen), 1962). Красный все еще является преобладающим цветом в живописи аборигенов Австралии и Меланезии, созданной современными художниками неолитической традиции.

Для наших предков красный был значим, как цвет жизни. Интуитивное понимание стимулирующих качеств красного цвета сделали его сильнодействующим средством в лечении заболеваний. По этой теории врачи одевали и укрывали больных красным. (Биррен, 1988). Врач Эдварда II, в надежде предотвратить оспу, приказал, чтобы все в комнате его пациента было красным. Некоторые врачи даже предписывали красные таблетки, еду и обертывания из красной шерсти для лечения растяжений, больного горла или лихорадки.

Современные врачи отказались от такой практики. Тем не менее, научные исследования продемонстрировали, что красный цвет оказывает некоторый эффект на человеческое тело. Барбара Браун отметила, что «мозг отвечает на красный цвет тревогой и возбуждением» (цит. Биррен, 1988:152). Когда вы видите красный в вашей мандале, может быть, он отмечает возникновение исцеляющих, дарующих жизнь возможностей глубоко в вашей душе.

Многие люди, древние и современные, ассоциируют красный цвет с кровью. Когда жертвоприношения животных стали неприемлемыми, красный цвет начал служить заменителем крови. Таким образом он символизировал ритуальные действия, говорящие об осознании греха, жертве и искуплении. Мы видим подобное использование красного в Ветхом Завете Исайи, где он пишет: «Тогда придите – и рассудим, говорит Господь. Если будут грехи ваши, как багряное, – как снег убелю; если будут красны, как пурпур, – как волну убелю» (Исайя, 1:18).

В раннем христианстве красный был выбран для того, чтобы символизировать Святой Дух. Голубой символизировал Бога-Отца, желтый – Бога-Сына. Современное христианство не использует более триединый цветовой символизм. Он остался в некоторых практиках, как, например, традиция литургий, предписывающая красное облачение и покрытие алтаря на Троицу, – время почитания страстного огня Святого Духа.

Для Св. Хильдегард красный так же символизировал Бога Святого Духа. На одном из ее рисунков огненный красный отражает Дух Господень, пробужденный для того, чтобы стать «свободой от жестокой несправедливости» (Фокс, 1985:104). Для нее красный выражал страстный, рожденный внутренним Богом, импульс поиска справедливости.

В христианских ритуалах, картинах и легендах красный как символ жертвы чаще ассоциируется с Иисусом. На религиозных картинах Иисус часто изображается в красной робе поверх ниспадающего белого одеяния. В известной легенде белая роза, подаренная младенцу-Иисусу дочкой пастуха, превращается в красную в тот момент, когда он к ней прикоснулся, предвосхищая будущие страдания. Символизм красного как крови, проливаемой жертвой, развивается в таинстве причастия. Здесь ритуальная пища состоит из хлеба и красного вина, символизирующих тело Христа и пролитую им кровь.

Последний предлагаемый здесь в качестве примера ассоциации Иисуса с красным образ – воплощенный Бог. Этот поразительный образ предстал перед христианским визионером Св. Иоанном.

Его глаза были как языки пламени, на его голове было
множество корон;

Его имя было начертано, но ни один человек не знал его,

кроме его самого.

Он был одет в окровавленные одежды; и имя ему –

Слово Господне (цит. Биррен, 1988:49-50).

Большая часть силы красного цвета происходит из факта, что это цвет крови. Множество людей, отвечавших на цветовой опросник, отметили эту связь. Интересно отметить, что у такого

же количества респондентов красный ассоциируется с огнем. Огонь предлагает тепло, так же как и силу разрушения, очищения и трансформации.

Использование огня в обжиге глины и металла дает нам подходящую метафору изменений, которые должен пережить человек для достижения мудрости. Так же, как лишь огонь делает глиняные горшки прочными и звучащими, так и эмоциональный огонь человеческих страданий может принести трансформацию и более глубокую мудрость. Тибетские мандалы, которые служат психическими картами путей к просветлению, окружены огненным кольцом. (Туччи, 1961:39). Оно отмечает точку начала и символизирует сжигание безразличия, ошибочного мышления и сомнений. Точно также Зигфрид должен броситься в огненное кольцо, чтобы освободить заключенную Брунгильду, которая предназначена ему для создания нового мира (Вагнер /1876/ 1960).

Для средневековых алхимиков красный был существенным знаком продвижения к достижению *magnum opus* (великое дело), трансмутации первоначального вещества в золото. Красный в их тайных химических опытах предвещал появление золота. Для алхимиков достижение цели было чрезвычайно ценным, знанием за пределами известного. Их записи говорят о том, что алхимики были движимы чем-то большим, чем простая жадность.

Карл Юнг показал, что алхимический процесс на самом деле был метафорой психологической трансформации, необходимой для приобретения целостности. Юнг чувствовал, что целостность, как и цель алхимиков, на самом деле – недостижимый идеал. Тем не менее, существует настоящая потребность расти по направлению к целостности, что заставляет аспекты души дифференцироваться и организовываться в модель, приближающую целостность. Эти аспекты включают функции чувств, мышления, ощущения и интуиции. Юнг (1973, 1974) часто рассматривал красный цвет как символ действия чувств в рисунках своих пациентов. Гармония внутреннего мира личности отражали рисунки, в которых были сбалансированы красный, голубой, зеленый и желтый, представляющие дифференцированные аспекты души.

Учение индейцев чероки представляют похожий вызов тому, чей выбор – идти путем мудрости. Для чероки красный представляет священный внутренний огонь, символизирующий выбор «говорить и жить в святости» (Айвахо, 1987:41). Это один из трех священных огней, которые должны почитаться правильными мыслями и действиями для того, чтобы человек осуществил данное ему от рождения право на мудрость и служение окружающим. Эта задача выполняется именно через достижение гармонии триединой системы энергий.

Древняя наука астрология предлагает нам другой взгляд на цвет как на аспект человеческой жизни. Красный цвет ассоциируется с Марсом, богом войны. Марс управляет людьми, рожденными под знаком Скорпиона и Овна. Через эти знаки Марс дает своим подопечным страсть, силу и отчаянную смелость. С этой точки зрения красный может быть естественным выражением активного характера, который некоторые ассоциируют с мужественностью.

Чаще всего в мандалах красному придается положительное значение энергии, в которой мы нуждаемся, чтобы жить, быть здоровыми и изменять себя для большей внутренней мудрости. Отрицательное значение красного говорит о ранах, деструктивной злобе и страданиях. Подходящее для нас значение может быть выведено из узоров и значений мандалы в целом. Женщины, которые будут изучать свои мандалы, заметят, что они используют больше красного во время менструации. Это естественный ответ на колебание гормонального баланса их тел, и об этом следует помнить при интерпретации.

Келлог находит, что красный в мандалах может быть показателем «желания процветать» (1986:17). Серии мандал с небольшим количеством красного или его отсутствием говорят о пассивности или недостаточном самоутверждении. Немного красного в мандале желательно. Красный может появляться не в каждой мандале, но, возможно, в каждой третьей или четвертой из серии.

Важно понимать, что красный представлен в таких цветах, как фиолетовый, оранжевый и розовый. Когда красный смешивается с другим цветом, это означает, что энергия есть, но она

сильно ограничена тем, что символизирует цвет с которым смешан красный. Например, фиолетовый может означать, что энергия (красный) связана с архетипом матери (голубой).

Пожалуйста помните, что значение красного для каждого немного свое. Для Люшера (1969) красный – теплый, энергичный цвет, физически стимулирующий созерцание. Выражая различные точки зрения, Келлог находит красный показывающим «физическую жизнь человека – страсть, кровь, и атавистические эмоции, ассоциирующиеся с убийством и уверенностью в себе» (1977:124). Якоби (Jacobi) тоже находит, что красный символизирует «сжигающие, захлестывающие эмоции» (1979:98). То, что кто-то считает согревающим, для другого может быть слишком интенсивным. Ни то, ни другое не является «правильным». И то, и другое верно.

В моей работе с мандалой красный часто выражает первичную энергию, называемую либидо. Она ассоциируется с кровью, гневом и страданием. Красный может показывать обещание жить, волю к выживанию и принятие тела. Красный так же может означать огонь: огонь эмоций, духа или трансформации. Для вас красный может иметь одно из этих традиционных значений, или совершенно другое.

ГОЛУБОЙ

Голубой напоминает о чистом небе, больших водных пространствах и прохладной тени. Он говорит о спокойствии, безмятежности и мире. Фактически, исследования показали, что мозг реагирует на голубой цвет расслаблением (Биррен, 1988). Может ли это быть причиной того, что голубой нравится большинству людей? Или может ли это быть очарованием чего-то, что находится вне нашей досягаемости, как считал Гете?

Как высокое небо и далекие горы кажутся голубыми, так голубая поверхность кажется удаляющейся от нас. Но как мы с готовностью следуем за милым предметом, уходящим от нас, так же мы любим смотреть на голубой цвет, - не потому что приближается к нам, а потому, что он ведет нас за собой. (Гете /1840/ 1970:311).

Широкое голубое небо, внушительный вид далеких гор, пугающие океанские глубины – все это увлекает и восхищает нас оттенками голубого. Древние люди верили, что в этих далеких таинственных голубых местах обитали боги, духи или предки. Через эти верования голубой цвет сам по себе стал ассоциироваться с религиозными чувствами. Мы находим голубой в религиозных образах всего мира.

Голубой был цветом Юпитера и Юноны, римских небесных божеств. В тибетских мандалах голубой символизирует такое состояние духа, когда движение страстей по замкнутому кругу трансформировано, и осталось лишь ясное неподвижное сияние сознания (Туччи, 1987). В мудрости индейцев чероки голубой – это священный огонь чистого намерения, который каждый должен привнести для внутренней полноты (Айвахо, 1987). Для ранних христиан голубой символизировал Бога-Отца. В наши дни христианская церковь чаще всего использует голубой как цвет девы Марии.

Согласно Юнгу, голубой «означает высокое и глубокое» (1974:287). Мы можем видеть подтверждение этому в небесных просторах, что всегда простираются над нашими головами, настолько далеко и высоко, насколько хватает глаз. Для того, чтобы вообразить его протяженность и глубину океана, нашему уму также нужно выйти за свои границы. Встречающийся в природе голубой цвет показывает нам реальности вне человеческого понимания и направляет нашу интуицию к осознанию более широкой модели, частью которой мы все являемся. Использование голубого в священных образах – способ соотнесения этой глубины с уровнем человеческого понимания.

В христианстве мы видим голубой в особом выражении женственности и таких женских качеств как сострадание, преданность, верность и неисчерпаемая любовь. Св. Хильдегард писала о видении сапфирово-голубого человека в сиянии золотого диска. Он представлял для Хильдегард триединый аспект Бога. В то же время достаточно интересно, что она описала его как суть «материнского сострадания» (Фокс, 1985:24).

В христианстве материнские качества чаще всего ассоциируются с девой Марией. Как мать Иисуса, она олицетворяет женс-

твенный идеал хорошей матери. Мария является воплощением добродетелей любви, терпения и сострадания. Традиционно в литургических картинах дева Мария одета в голубое. Эта христианская традиция связала голубой цвет с женственностью, особенно с положительными аспектами архетипа матери.

На имеющуюся связь между голубым и матерью указывает и другая линия человеческого опыта. Келлог говорит, что голубой означает «то фантастическое место, где человек окружен полной и совершенной поддержкой и заботой, где к нему не предъявляется никаких требований» (1977:124). Это опыт заботливого утробного окружения и источник нашего понимания хорошей матери.

До рождения мы существуем как подводные создания, мягко убаюкиваемые движениями нашей матери. Амниотическая жидкость, в которой мы плаваем, это соленый раствор, очень похожий на морскую воду. Может быть, наш пренатальный опыт подсказывает нам связь океана, с его мягким убаюкивающим ритмом, с матерью из наших самых ранних воспоминаний? Если это так, то, следовательно, голубой, цвет воды, так же связан и с матерью.

У голубого цвета как у символа воды тоже есть свое значение. Вода очищает, питает и охлаждает. Вода трансформирует вещество, растворяя его. Алхимики при помощи воды растворяли несоединимые вещества до жидкого состояния, так, что они могли быть смешаны. Они называли эту процедуру *solutio*.

Вода играет важную роль в ритуале крещения. Напомню, что крещение - это символическая смерть и возрождение, когда христианин вступает в лоно церкви. Вода служит для того, чтобы освятить и открыть жизнь человека, над которым совершается обряд.

Библейская история Ионы и кита показывает другой вид подводных происшествий. Как бушующее море в испытании Ионы, голубой может представлять качества опасности, непредсказуемости и ужаса. Таким образом, голубой становится подходящим символом самого по себе бессознательного. Тогда прыжок под воду становится метафорой затемнения эго бессознательным и

говорит о личностной трансформации, которая может случиться при таком событии.

Другие обнаружили совсем иные значения голубого. Юнгианские психологи нашли, что он часто ассоциируется с функцией мышления. Предупреждая, что «соответствие цветов определенным функциям варьируется у разных культур, групп и даже отдельных людей», Иоланда Якоби отмечает, что голубой, «цвет чистого воздуха, ясного неба, - это цвет мышления...» (1979:97). В своих объяснениях мандал мисс Х. Юнг (1959с) так же приписывает светло-голубой мышлению.

Люшер ощущал, что голубой представляет абсолютное спокойствие. Созерцание голубого цвета «оказывает умиротворяющий эффект на центральную нервную систему. Кровяное давление снижается, пульс и дыхание замедляются, тогда как иммунная система работает над восстановлением организма» (1969:54-55). Согласно Люшеру, голубой представляет традиции, преданность и вечные ценности. Здесь можно вспомнить поговорку о настоящем друге⁴. В своей работе Люшер находит, что голубой указывает на желание сохранить прошлое.

В астрологии голубой цвет ассоциируется с Юпитером (Биррен, 1988). Он управляет теми, кто родился под знаком Стрельца и Рыб. Влияние Юпитера делает человека благородным и освященным высокой нравственностью. Юпитер наделяет человека благоразумием и подозрительностью. Он дает силу воли в достижении желаний.

В мандалах значение голубого часто относится к материнству. Светлый оттенок голубого говорит о безусловной любви, заботе и сострадании. Более темные оттенки могут относиться к поглощающему или безличному материнству. В женских мандалах появление голубого указывает на позитивные чувства относительно материнства. Большое количество голубого в мандалах мужчин, с другой стороны, может говорить о пассивности (Келлог, 1977).

Темные оттенки синего, особенно индиго, передают ощущение ночного неба, тьмы или штормового моря. Они могут быть

⁴ true blue – дословно: истинно голубой, означает «настоящий друг» - Д.О.

метафорами внутренней тьмы: бессознательного, сна и смерти. Индиго говорит о том аспекте материнского архетипа, который является началом и концом сознания. Мать-Природа, богиня Кали, первичный хаос Тиамат: в одно и то же время и матка, и могила. Келлог объясняет, что «темно-синий представляет угрожающие оттенки «Матери», которая является не только матерью, но и беспредельностью природы: все будет пожрано, умрет и будет разрушено» (цит. ДиЛео, Гроф (DiLeo, Graf) и Келлог, 1977:81-82).

В христианском искусстве мы иногда видим печальную и скорбящую Марию, одетую в этот цвет. Здесь Мария становится свидетельницей жизни, которую принял ее сын – жить и умереть мучительной смертью. Через ее осознание полного цикла жизни и смерти она становится особым защитником человечества. Она умеряет непреклонную силу темной женственности через свое сознание и сострадание.

Келлог (1978) отмечает присутствие индиго в мандалах тех, кто перенес событие, угрожающее жизни. Она так же считает его показателем тяжелых переживаний в детстве, приведших к недостатку доверия к матери. Основываясь на своем клиническом опыте, Келлог утверждает, что большое количество индиго в мандале может указывать на глубоко укоренившийся конфликт с матерью. Для таких людей мать может казаться пугающей. Такая негативная связь с матерью, лишаящая человека чувства, что о нем заботятся, может развивать способность сопереживать другим людям.

Индиго в ваших мандалах может отображать пробуждение интуиции, достижение мудрости и развитие более глубокой и более значимой жизненной философии. Этот цвет также может относиться к попыткам пережить темную ночь души: чувства депрессии, потери или замешательства. Как перед рассветом озарения должна быть пережита темная ночь, появление индиго в мандалах может быть предзнаменованием психологического возрождения. Индиго здесь говорит об открывающейся способности видеть за циклом смерти и возрождения безвременную реальность вне видимых форм.

ЖЕЛТЫЙ

Желтый – это цвет солнца. Он символизирует свет, тепло и силу солнца, дарующего жизнь. Гете считал, что желтый это цвет, самый близкий к свету, и писал, что «в своей самой высокой чистоте он всегда несет с собой природу яркости, и имеет безмятежный, веселый, мягко волнующий характер» (/1840/ 1970:306-307). Возможно из-за своих ассоциаций с солнцем, нашим величайшим источником света, желтый стал символом способности «видеть», или понимать⁵. Он показывает божественное качество сознания, дающее возможность человеку подняться над инстинктами, для того, чтобы обдумывать, планировать и воображать невидимое. В своей работе с мандалами Келлог находит желтый важным показателем развития сознания, осознания себя и индивидуальности.

Появление желтого отражает тот момент в эволюции человека, когда он перестает идентифицировать себя с племенем и становится индивидуальностью. Ребенок более ясно осознает свое существование в качестве отдельной и особой личности, чем наши общие предки ощущали себя отделенными от остального племени в течение своего становления. Я верю, что интернализация солнца внутри них самих позволила им совершить скачок в сознании, который, в свою очередь, сделал их чужими для остальных, - тех, кто остался на земле. Желтый может быть интерпретирован как связанный с аспектом героя, индивидуальной миссии... (1978:73).

Культ солнца был наиболее ранней и широко распространенной формой религиозных обрядов на земле. Желтый цвет стал атрибутом солнечных божеств, таких, как Аполлон, египетский бог Ра, и солнечные боги инков и ацтеков. Солнечные божества в этих культах символизировали героические, бесстрашные силы, создавшие существующий земной порядок и руководившие им. Бесчисленные истории и мифы чествуют активных, дарующие жизнь силы этих божеств.

⁵ игра слов: выражение "I see" можно перевести как «я вижу», так и «я понимаю» - Д.О.

В египетской мифологии теплые, проникающие лучи солнца являются золотой спермой Ра. Греческая мифология предлагает нам историю прекрасной молодой женщины Данаи, чей отец, боясь предсказанной ему смерти от руки внука, запер ее в маленькой комнате. Открытой в ней была только крыша. Она была соблазнена влюбленным Зевсом, который превратился в золотые капли солнечного света. Плодом их союза стал герой Персей. Он выполнил предсказание, убив своего деда.

Образ света как источника жизни нашел свое отражение даже в христианстве, как показано в этой версии Благовещения:

В один из дней, когда Мария стояла около фонтана, чтобы наполнить свой кувшин, Ангел Господень появился перед ней, и сказал, Благословенна будь, Мария, в твоём Чреве ты готовишь жилище для Господа. Смотри, свет небесный придет и пребудет в тебе, и через тебя будет сиять всему миру. (Псевдо Матвей, цит. Кемпбелл (Campbell), 1949:309).

Светлые образы в христианстве также отражаются выбором ранними христианами желтого цвета в качестве символа Иисуса. Библейские упоминания Христа как «Света Мира» и даже похожее звучание слов «сын» и «солнце»⁶ предлагает интригующий ключ к пониманию того, как древние верования относительно солнца обогатили христианство. Конечно, Иисус как носитель мира и Логоса, может рассматриваться как окончательное осуществление героического сознания, вначале воплощенного в дохристианских солнечных божествах.

Верования относительно влияния солнца так же являются частью астрологии. Считается, что солнце управляет знаком Льва. Цвет, ассоциирующийся с этим знаком, - желтый (Биррен, 1988). Рожденные под этим знаком великодушны, мудры и свободны в своих мыслях и действиях. Считается, что Львы особенно удачливы в приобретении известности. Согласно этой древней науке, их судьбой управляют страсть и высокое вдохновение.

Учение индейцев чероки ассоциирует желтый со священным огнем мудрости актуализации, способности воплотить намерения Творца личными правильными усилиями (Айвахо, 1987).

⁶ в англ. "son" и "sun" – Д.О.

Желтый также является цветом восточного направления цельного колеса. Считается, что учение востока – это вдохновение. С мудростью востока человек может ясно видеть вдаль и вширь, как орел, парящий в вышине. Желтый цвет востока схож с яркостью утренней звезды.

Юнгианские психологи нашли, что желтый цвет символизирует способность выявить общий смысл в россыпи фактов и впечатлений. Они посчитали эту способность интуицией, одной из четырех психологических функций. Юнг (1973b) считал, что мисс Х., создательница серии прекрасных мандал, использовала желтый в качестве символа интуиции. В своей работе Иоланда Якоби обнаружила, что

желтый, цвет солнца, приносящего свет в бездонную тьму и снова исчезающего во тьме, относится к интуиции, - функции, которая через внезапное озарение дает понимание первопричины и тенденций различных явлений... (1979:97-98).

Желтый предлагает активный, оплодотворяющий принцип, в природе ассоциирующийся с мужским. Часто он проявляется в мандалах как символ отца. Для женщин желтый цвет может быть приписан анимусу. Для обоих полов желтый ассоциируется с развитием автономии. Появившийся в мандале желтый цвет может возвещать о приближении новой главы в вашей жизни.

Люшер подчеркивал «многообещающую изменчивость» желтого. Он нашел, что предпочтение желтого выражает «надежду или ожидание большого счастья» (1969:63). Он так же нашел, что желтый предполагает необходимость разрешения конфликта. Преобладание желтого говорит о том, что человек спешит на встречу будущему, в поисках нового, современного, развивающегося и несформировавшегося.

Когда желтый в мандале превалирует или проявляется слишком ярко, Келлог считает, что это является показателем инфляции. По ее опыту, «подобная экспансия духа так же может прятать тень, или темную, черную противоположность» (1978:73). Как она считает, много желтого в мандале может говорить о поляризации светлых и темных аспектов души. Например, человек

может испытывать резкие колебания между энтузиазмом и разочарованием.

В своей работе с мандалами клиентов арт-терапии Келлог нашла, что

хороший чистый желтый в мужских или женских мандалах в большинстве случаев отражает хороший ум, любопытство и живость. Очень часто он говорит о хороших взаимоотношениях с отцом, которым восхищаются (1977:124).

Затемнение желтого может символизировать негативное отношение к отцу. Это может проявляться в трудностях с властями, сложностях со сроками или проблемах во взаимоотношениях с мужчинами.

Когда желтый появляется в ваших мандалах, вы можете чувствовать себя здоровым, энергичным, с хорошо определенным чувством себя. Способность хорошо понимать различные явления, устанавливать реальные цели и выполнять их выразится в появлении в ваших мандалах желтого цвета. Желтый покажет, что вы готовы учиться чему-то новому, выйти в мир с энергией и желанием сделать что-то новое. С другой стороны, желтый в ваших мандалах может быть показателем того, что вы ищете изменений ради изменений, и что вы, может быть, нуждаетесь в балансе, который могут принести спокойные, тихие размышления. Возможно, вы нуждаетесь в восстановлении сил, которое может дать время, проведенное с несколькими близкими друзьями.

Вы можете обнаружить, что желтый в мандале представляет для вас драгоценный металл – золото. Что это значит? Золото намекает на богатство. Чаще всего мандала говорит о том, что богатство сосредоточено в вашей душе, как золото, которое искали алхимики. Иногда ваше бессознательное использует образ золота, чтобы напомнить вам, что вы несете в себе отпечаток потенциальной внутренней целостности: архетип Самости.

ЗЕЛЕНЫЙ

Зеленый – это цвет природы, цветущих растений и воспоминаний о свежих чувствах. Зеленый напоминает нам о циклическом обновлении природы, умирающей, а потом возрождающейся

каждую весну, свежей и полной возможностей. Зеленый символизирует принцип естественного, здорового роста и способности питать растущие существа.

В традиции коренных американцев зеленый является цветом южного направления целительного колеса (Сторм, 1972). Южное направление учит невинности, близости к природе, доверию и пониманию своего сердца. Животное, ассоциирующееся с югом, мышь, - создание с тонкой проницательностью относительно близких вещей. Мудрость юга состоит в способности лелеять любимых, естественно принимая их.

Частый выбор зеленого цвета в качестве символа функции ощущений, объясняется тем, что он ассоциируется с природой, с реальностью. Согласно Якоби, «зеленый, цвет земной, осязаемой, ощутимой растительной жизни, представляет функцию ощущений» (1979:98). Юнг (1973b) так же считал, что в картинах анализируемых зеленый обычно представляет ощущения.

Св. Хильдегард приписывала зеленому большую важность. По ее мнению, он был символом энергии, которая делала человеческие дела «увлажненными» жизнью. Зеленый был выражением присутствия Бога в земных делах. В понимании Хильдегард, божественное содержало в себе и мужские, и женские качества. Ее выбор зеленого в качестве символа Бога схож с взглядом Келлог на зеленый как на представляющий гармонию архетипических родителей. Келлог пишет:

Мифологически /зеленый/ это объединение матери (голубой) и отца (желтый) ... Он может показывать способность заботиться как внутренне о себе самом, так и об окружающих. Зеленый может отмечать достижение той точки зрелости, когда человек отождествляется с материнским и отцовским сознанием и существованием, чтобы служить родителем самому себе (1977:124).

Сирло предполагает, что цветные рыцари европейской мифологии являются символом определенных стадий человеческого развития. Например, Зеленый Рыцарь, с которым столкнулся сэр Гавейн в английской истории «Сэр Гавейн и Зеленый Рыцарь», символизирует раннюю стадию развития. Согласно Сирло, «Зеленый Рыцарь – это оруженосец, новичок, присягнувший на вер-

ность рыцарству» (1962:162). Другими словами, ученик, ставший на путь просветления.

Венера, богиня красоты, возникла из зеленых вод. Зеленый напоминает о ней и обо всем красивом. Венера – тезка планеты, которая управляет астрологическими знаками Тельца и Весов. Венера дает человеку «любовь к красоте, дружелюбие... доверие и веру. Тем не менее, вместе со всеми этими добродетелями она может быть суетной, нерешительной, ее легко соблазнить, она не слишком сильна в преодолении трудностей» (Биррен, 1988:75).

Зеленый это цвет водяных, лесных нимф и фей (де Ври, 1976). Эти создания происходят из древних, обращенных к земле религий. Они представляют непостоянные, шаловливые силы, часто действующие наперекор авторитетам. Свободные духи, ведомые своими принципами, иногда становятся людьми вне закона, как Робин Гуд со своей веселой бандой, одетой в зеленое. В противоположность законодателям, зеленые создания служат более высокой власти в гармонии с законами природы.

Зеленый цвет приятен большинству людей. Гете объяснил чувство гармонии, передаваемое зеленым, тем, что этот цвет возникает из соединения противоположности белого и черного. Согласно Гете, голубой получается при освещении черного, а желтый при затемнении белого. Рассматриваемый с этой точки зрения, зеленый получается из смешения голубого, производного черного, и желтого, затемненного белого (Гете /1840/, 1970).

Иногда зеленый рассматривается как отрицательный символ. Кто-то может вспомнить, что змеиный яд зеленого цвета. Темные зеленые чащи в сказках – опасные места. Зеленый цвет гниющих растений становятся все более и более темным. Так же и на человеческом теле, проходящем через естественный процесс смерти и распада, появляются зеленые пятна. Существует выражение «позеленеть от злости».

Зеленый цвет часто появляется в мандалах людей помогающих профессий. Келлог находит, что зеленый в мандалах отражает «способность заботиться и защищать» (1977:124). Это относится как к способности заботиться о себе, так и о других. Тем не менее, большое количество зеленого в мандалах «может говорить о том, что человека слишком сильно контролируют внут-

ренные родительские ценности ценой подлинной автономии... о ригидности или тенденции слишком сильно заботиться, контролировать или защищать других людей» (там же).

В толковании мандал существуют особые значения для темных и светлых оттенков зеленого. Келлог считает, что темно-зеленый

указывает на угрожающие аспекты заботы и говорит о воспоминаниях о «темных лесах, где живут ведьмы». С точки зрения анализа это относится к пугающим аспектам лона, из которого мы все произошли... Средний по интенсивности зеленый и более светлые его оттенки говорят о положительном и гармоничном смешении активных и принимающих сил в душе, о росте и изобилии. Так же существуют примеры, когда использование яркого едкого зеленого с сильным желтым оттенком отражает суровое авторитарное суперэго и может отражать конфликт на предшествующих стадиях развития. (1978:78-77).

Лучше всего рассматривать зеленый цвет как символ Матери-природы. Эта таинственная фигура продолжает существовать в современном мышлении как след тех времен, когда люди поклонялись чуду жизни. Когда вы видите зеленый в своих мандалах, это может быть напоминанием о способности жизни творить, исцелять и обновлять саму себя. И, возможно, в осознании ее силы вы обнаружите присутствие божественного.

ОРАНЖЕВЫЙ

Оранжевый - это цвет полной луны, тыквы и осенних листьев. Гете пишет, что оранжевый «дает ощущение тепла и радости, так как он представляет оттенок сильного блеска огня и более мягкое сияние заходящего солнца» (/1840/ 1970:309). Оранжевый показывает энергию, на один шаг сместившуюся от своего первоначального источника. Если мы будем считать красный первоначальной энергией, тогда оранжевый будет энергией, сдержанной желтым - озарением, пониманием или размышлением. Оранжевый - это что-то вроде огня, помещенного в приемлемые рамки,

как например огонь, вокруг которого зимним вечером люди собрались послушать истории.

Оранжевый не является традиционным религиозным цветом на западе. Тем не менее, этот цвет имеет свой важный духовный символизм. Оранжевый ассоциируется с переживаниями Иова – углублением своего духовного понимания через неудачи, отказ и отчуждение от братьев. Оранжевый иногда является символом изгнания. В алхимическом тексте Сирло нашел ссылку на оранжевый:

мужчина и женщина оранжевого цвета на небесно-голубом фоне означают, что не нужно обращать свои надежды на этот мир, потому что оранжевый указывает на отчаяние, а голубой фон является знаком упования на небеса (1962:54)

В Индии преступников, сопровождаемых к месту казни, одевали в оранжевые одежды. Отшельники переняли этот цвет для того, чтобы показать, что они находятся вне обычного общества. Будда облачался в оранжевые одеяния для того, чтобы отметить свое отречение от жизни в царственной роскоши. До наших дней многие вступившие на путь аскетизма для достижения просветления следуют его примеру и одеваются в оранжевое.

С другой стороны, мы можем считать оранжевый энергией (красный), вложенной в отношения с отцом (желтый). Обычно задачей отца является обучение навыкам, необходимым для продвижения и функционирования в мире. То, что вначале было «его» идеями, становится «вашими», когда вы слышите знакомый голос в своей голове, говорящий что-то вроде «делай это правильно», «думай головой», или «вместе дело делается быстрее». Таким образом, оранжевый соотносится с самоутверждением, гордостью и амбициями. Заключение относительно наличия у человека силы или ее недостаточности можно сделать по использованию оранжевого в мандале.

Оранжевый в ваших мандалах может говорить об энергичных стремлениях, сильном ощущении своей идентичности и здоровой самоуверенности. С другой стороны, оранжевый может символизировать своевольное использование силы, враждебное отношение к власти или отсутствие самодисциплины. В своих

наблюдениях за использованием этого цвета в мандалах Келлог нашла, что

Большое количество оранжевого в мандалах отражает противоречивые чувства относительно возмужания и стремлений эго. В женской мандале оранжевый более всего имеет дело с ее отношением к мужчинам. Обычно он означает привязанность к отцу, и так же может быть отражением большого самолюбия, амбиций и тому подобного. (1977:124).

На моих семинарах по арт-терапии оранжевый обычно определяется участниками как наименее предпочтительный цвет. В мандалах, что я видела, оранжевый используется не слишком часто. Постоянство, с которым оранжевый отбрасывается, остается для меня загадкой. У меня есть некоторые мысли, никоим образом не окончательные, почему это происходит. Мне кажется, что многие из нас не любят оранжевый цвет, потому что мы чувствуем себя некомфортно с тем, что оранжевый иногда символизирует: власть.

Другой причиной, по которой оранжевый многим неприятен, может быть его отношение к энтропии. В цветовой анкете оранжевый наиболее часто выбирается как цвет, ассоциирующийся с осенью. Как сказал Гете, он так же относится к закату. Так как в нашей культуре предпочтение оказывается новизне и юности, для нас тяжело увидеть красоту в завершении чего-либо. Возможно, это и есть причина, почему нам сложно увидеть красоту оранжевого цвета.

ПУРПУРНЫЙ/ФИОЛЕТОВЫЙ

Пурпурный это королевский цвет, темно-вишневый цвет моря и фиалок на снегу. Так как фиолетовый краситель был редким и дорогим, он, естественно, стал прерогативой королей и богатых людей. Тем не менее, парадоксально, фиолетовый появляется в природе бесплатно в виде весенних цветов: фиалок, крокусов, ирисов. В этих милых цветах фиолетовый является знаком жизни, живущей ради самой себя, расцветающей везде.

Пурпурный получается при смешении синего и красного. Это самостоятельный цвет, но все же в нем остается что-то и от красного, и от синего. Это слияние энергии красного и спокойствия синего. Для Люшера пурпурный представлял идентификацию.

Такая идентификация является видом мистического объединения, высоким уровнем восприимчивой близости, ведущей к полному слиянию субъекта с объектом... В некотором смысле это магия, сон, волшебное состояние, в котором сбываются мечты – так, человек, предпочитающий фиолетовый (пурпурный), хочет получить «волшебные» взаимоотношения. Он не только хочет сам быть очарованным, но и очаровывать и восхищать окружающих, оказывать на них определенное влияние... Фиолетовый (пурпурный) может означать отождествление с интимным, эротически слиянием, или может вести к интуитивному и чувственному пониманию (1969:65-66).

Кроме всего прочего, пурпурный ассоциируется с королевской властью. «Рожденный в пурпуре» означает отпрыска королевского рода. Использование пурпурного как указания на власть перенесено и в христианскую церковь. В пурпур облачаются епископы.

Если мы вспомним, что голубой может символизировать духовность, станет более понятным использование пурпурного в духовном символизме. Тогда пурпурный становится энергией (красный), вложенной в духовность (синий). Это намекает на освящение и сублимацию личных стремлений в угоду духовности. С этой точки зрения мы можем понять выбор пурпурного как литургического цвета для Великого поста, времени аскетизма.

Пурпурные облачения высоких чинов христианской церкви соединяют в себе духовное и мирское значение цвета. Он говорит о посвящении себя духовности. В то же время пурпурный передает власть тех, кто управляет «по божественному праву». В этой связи Гете сделал противоречивое наблюдение, что епископский пурпурный «непрерывно вдохновляет кардинальский красный» (/1840/ 1970:313). Гете заключил, что пурпурный беспокоит и заставляет прилагать усилия.

В дохристианские времена выращивание винограда и производство вина были сферой покровительства греческого бога Диониса. Он появлялся одетым в королевский пурпур, держа в руке кубок с вином. Дионис был богом благородства, веселья, и экзотических энергий. Как покровитель созревания плодов, он ассоциировался с ежегодной смертью и возрождением растений. Греки считали его символом смерти и возрождения и в человеческой жизни.

Култ Диониса вовлекал в оргиастические весенние празднества, с обильными возлияниями. Эти ритуалы были в конце концов запрещены властями из-за их неумеренности. Роберт Джонсон (1987) писал, что запрещение культа Диониса является метафорой подавления чувств в западной душе. Когда пурпурный появляется в вашей мандале, возможно, он выражает возникновение функции чувств.

Священное использование вина является важной частью христианской традиции. Способность вина опьянять в каком-то смысле предлагает переживание Святого Духа. Сам по себе процесс виноделия служит мощной метафорой изменений. Раздавливание винограда для трансформации его в вино (дух) служит напоминанием кровавой жертвы Христа, его смерти и воскресения.

Пурпурный цвет так же может отмечать процесс личностного роста. Он может указывать на неугомонную движущую силу чего-то, что ищет свободы на новом уровне бытия. Келлог предполагает, что пурпурный говорит о психологическом объединении с матерью, которое переживает каждый до появления эго из материнской матрицы. Психологическое отделение от матери показывается появлением красного там, где раньше был пурпур. «Пурпурный предшествует очищению красного, который может символизировать освобождение энергии для осуществления личных целей» (1977:123).

Пурпурный может появиться вновь в мандалах после начального разделения когда, например, человек ищет временной передышки от независимости или достигает более глубоких слоев души в качестве источника вдохновения. Появление вновь в мандале пурпурного может возвещать о развитии истиной, бо-

лее личной духовности. С другой стороны, он так же может показывать возросшую необходимость в эмоциональной поддержке.

Пурпурный в мандалах говорит о живом воображении, что может быть полезно в творчестве. У тех, кому нравится пурпурный, есть способность вызвать восхищение и привлекать внимание. Это может дать человеку особое место внутри семьи или общества. Келлог выявила некоторые негативные связи с предпочтением пурпурного. Они включают «поглощенность самим собой и взгляд на себя как на находящегося вне или выше человеческого сообщества» (там же). Она находит, что для некоторых людей пурпурным символизируется чувство, что его преследуют, или паранойя.

Идиоматические выражения подчеркивают особую роль пурпурного. В небольших количествах пурпурный оживляет, восхищает и даже может улучшить вашу концентрацию на мандале. Когда его много, он ослепляет и может говорить о том, что вы эгоистичны, авторитарны или нереалистичны. Одно можно сказать с уверенностью: пурпурный незауряден.

ЛАВАНДОВЫЙ (БЛЕДНО-ЛИЛОВЫЙ)

Лавандовый цвет бледный, но интенсивный. Цвет назван по имени цветков растения лаванды, ценимого за свой запах со времен Древнего Рима, а может быть и раньше. Лавандовый ассоциируется с добродетелями, трудолюбием и осознанием (де Ври, 1976).

С другой стороны, он всегда связывался с недоверием и осторожностью. В астрологии лавандовый относится к планете Меркурий, чье влияние наделяет человека превосходной памятью и склонностью к науке и искусству. Бог Меркурий, посланец Олимпийских богов, считался управителем нервной системы, так как «нервы являются посланцами на биологическом уровне» (Сирло, 1962:198). То, что лавандовый ассоциируется с Меркурием, говорит, что он может быть каким-то образом связан с функционированием нервной системы.

Лавандовый получается путем добавления белого (духовности) к пурпурному (царственности). Его можно рассматривать как символ энергии в своем самом чистом состоянии одухотво-

ренности. Лавандовый так же может получиться из смешения светло-голубого (положительная мать) с розовым (плоть). Значения этих составляющих его цветов говорят, что лавандовый может означать нежное блаженство, такое, как описывает св. Тереза Авильская (1961).

Использование в мандале лавандового может показывать склонность к мистическим переживаниям. Он так же может возвещать духовное пробуждение, вызывающее психологическое возрождение. В переживании, с которым ассоциируется этот цвет, существует определенная ловушка. Т.к. в нем очень мало красного, лавандовый передает чувство оторванности от физического тела. На это нужно обратить особое внимание в тех ситуациях, когда лавандового в мандале очень много. Келлогг находит, что «большое количества этого цвета /лавандового/ показывает зависимость от фантазий и уход от реальности, - так сказать, попытку избежать воплощения» (1977:125).

Выбор лавандового может говорить о физиологических состояниях, вызывающих кислородное голодание. Келлогг сделала наблюдение, что он появляется в мандалах людей, страдающих респираторными заболеваниями. Согласно ей, иногда он так же появляется у людей, чье заболевание угрожает жизни, или он может представлять воспоминание об опыте рождения с кислородным голоданием. Тем не менее, она подчеркивает духовную природу лавандового:

Когда мы находим его /лавандовый/ в мандале, мы можем сказать с некоторой уверенностью, что мы имеем дело с очень мистической личностью, и использование этого цвета показывает положительное духовное развитие (там же).

РОЗОВЫЙ

Розовый это цвет плоти. Это смесь красного и белого. Белый (дух), наполненный красным (энергией), говорит о ясной невинности, как у здорового ребенка. Де Ври (1974) находит, что розовый традиционно относится к чувственности, эмоциям и молодости. Считая розовый цветом плоти, гностики использовали его как символ воскрешения (Сирло, 1962).

Розовый ассоциируется с физическим телом. В мандалах розовый часто показывает удовольствия и боль, связанные с жизнью в физическом теле. Келлог пишет, что «люди отождествляют ...розовые и телесные оттенки с тем нежными, чувствительными органами, мускулами и прочими тканями, которые больше всего реагируют на эмоциональный стресс» (1977:124). Она находит, что большое количество розового в мандале «может быть признанием уязвимости, страха разоблачения и нужды в заботе» (там же). Розовый могут выбирать люди, ощущающие симптомы заболевания или стресса, даже если сам человек эти симптомы не распознает. Например, Келлог находит, что женщины в период менструации часто обращаются к розовому.

На женщин их биологическое состояние влияет более сильно, и на подсознательном уровне они знают о том, что происходит с их телами; они могут использовать розовый во время менструации, даже если они не говорят о какой бы то ни было поглощенности своим телом. (там же).

Если в мандале появляется розовый, это может быть показателем того, что тело нуждается в некотором внимании.

Розовый – женственный цвет. В него одевают маленьких девочек. Долгое время считалось, что розовый подходит только молодым девушкам. Тем не менее, эта традиция в последнее время была подвергнута сомнению все большим количеством американских мужчин, одевающих розовые рубашки, свитера и галстуки. Возможно, это говорит об интеграции внутренней женственности современными мужчинами. Розовый в мандалах мужчин и женщин может относиться к юной женственности: ко внутреннему ребенку для женщины и к аниме для мужчины.

Розовый так же может рассматриваться как разрешение противостояния, символизируемого красным и белым. Красный и белый цвета представляют противоположности во многих культурах. Возьмем для примера традиции алхимии. В алхимическом символизме красный обозначает активный, мужской принцип. Белый – пассивный, женский. Выход за пределы этой противоположности символизируется браком. Осуществление такого брака отражается в смешении красного и белого, в результате чего получается розовый.

Работая с мандалами мисс Х., Юнг (1973b) выяснил, что для нее розовый обозначал функцию чувств. В ваших мандалах положительный полюс розового может относиться к вашей эмоциональной жизни, к принятию человеческого бытия, или наслаждению чувственностью плоти. Отрицательный полюс розового указывает на поглощенность телом, подавление нужд вашего внутреннего ребенка, или, возможно, физическое заболевание. Розовый в вашей мандале может направлять ваш взгляд на что-то новое в вашей жизни или на необходимость защитить себя.

ПЕРСИКОВЫЙ

Персиковый это цвет манго, мускусной дыни и персиков. Он вызывает воспоминание о чувственном удовольствии, когда мы впиваемся в спелый плод, наполняющий нас сладким соком, и быстро хватаем салфетку, чтобы вытереть капли сока в уголках рта. Этот цвет получается при смешении небольшого количества желтого (сознание) с розовым (тело). Персиковый, как и розовый, показывает чувственность. Тем не менее, это не чувственность ребенка. Напротив, это реакция зрелого взрослого: сексуальность.

Персиковый цвет происходит из Китая, где он ассоциируется с даосским сексуальным мистицизмом (Уолкер (Walker), 1988). Персиковый цвет символизирует женскую жизненную силу, творящую жизнь, а на более конкретном уровне он представляет женские гениталии. Персики из священного сада считались ингредиентом для божественного эликсира бессмертия. В Китае считают, что он помогает продлить жизнь и людям. «Символом долгожительства был старик, Шу Лу, которого рисовали с пальцем, игриво засевшим в мякоти персика, что раскрывало путь к его секретам продолжительной жизни» (Уолкер, 1988:4993).

В Европе персик так же служил символом вульвы, женского принципа и брака (де Ври, 1976). Персик является атрибутом деви Марии. В астрологии он ассоциируется с Венерой. Считалось, что она противодействует негативности Марса. Ясно, что персиковый – цвет женщины, воплощения сада удовольствия.

Когда персиковый появляется в вашей мандале, вы можете найти, что готовы к значимым сексуальным взаимоотношениям.

ям. Положительный полюс персикового связывается с расцветом женственности с возрастом, с сексуальной зрелостью или с воплощением производительных возможностей души. Отрицательные значения могут иметь отношение к компульсивному потаканию своим слабостям в сексе, или, возможно, к чрезмерной романтизации сексуальности и ее места в вашей жизни. По моему опыту, использование персикового в мандале обычно заявляет о присутствии женственной энергии, производимой скрытыми глубинами человеческого существа. Те, кому вы свободно дарите ее, получают букет богини.

ЦВЕТ ФУКСИИ

Цвет фуксии - это яркий фиолетово-красный. Он назван по имени цветка. Английское название цвета - «magenta» происходит от названия города Магенты в северной Италии, близ которого произошло сражение в том же - 1859 - году, что и был открыт этот краситель.

Этот цвет является относительно новым. По-видимому, он выражает жизненные силы, восхищение и неугомонность. Современные женщины часто выбирают одежду такого цвета, и это смелое и впечатляющее заявление о своей индивидуальности. Интересно то, что женское движение началось примерно тогда же, что и битва при Магенте, давшая английское название цвету.

На цвет фуксии можно посмотреть как на красный (энергия), с небольшим количеством синего (женственность). Таким образом, этот цвет символизирует утверждение освобождения энергии от традиционно женского, матриархат, или женскую форму энергии. Я наблюдала этот цвет в мандалах женщин, устанавливавших свою автономию, выяснявших свои склонности и расширявших свой взгляд на мир. Эти женщины действовали, основываясь на своей подлинной женской природе.

Существенно, что цвет фуксии был выбран для места богини Кали в чикагской выставке «Праздничный обед» (Чикаго, 1979). Эта замечательная коллекция выражает в женственном символизме праздничного обеда наследие женщин. Великолепная фарфоровая сервировка, скатерти и салфетки ручной работы и мерцающие столовые приборы чествовали выдающихся женщин,

многих из которых историки не распознали или не признали. Большинство мест были сервированы для определенных личностей. Тем не менее, прибор Кали чувствовал первичный источник энергии женственности. Она – водоворот природной силы, непрерывно создающая и уничтожающая энергия.

Цвет фуксии в вашей мандале может показывать вашу готовность начать обучение, или творческий проект или высказать свое собственное мнение. Положительное значение этого цвета включает в себя мотивацию, сфокусированность и живость. Цвет фуксии может сигнализировать и о наличии опасности в виде слишком большого количества энергии, что может привести к потере связи. В своем негативном аспекте цвет может представлять нетерпение, эгоизм или потерю концентрации из-за чрезмерной эмоциональности. Чаще всего я вижу цвет фуксии в мандалах, предвещающих приближение времени эффективности, когда человек выходит в мир как личность.

КОРИЧНЕВЫЙ

Коричневый напоминает о плодородной почве, о полях, сжатых и готовых к севу. Возможно, потому что пустые поля напоминают о чем-то, что было и ушло, некоторым людям коричневый говорит о самоотречении, печали и раскаянии. Де Ври (1976) упоминает, что некая «кареглазая девушка» часто появляется в балладах. Она рассталась со своим возлюбленным, после того, как тот устроил ей проверку, которую она выдержала. Как и эта девушка, коричневый цвет говорит о практической надежности.

Коричневый можно получить несколькими способами. Можно смешать красный и зеленый: красный либидо и зеленый контроля. В этом случае он может означать ощущение противоречия между импульсом сделать что-то и запретом на это действие. Коричневый так же может получиться из смешения оранжевого (стремления к автономии) и голубого (женственности). Эта комбинация может намекать на конфликтные отношения с матерью.

Люшер (1969) рассматривал коричневый как затемненный красный. Молчание активной жизненности красного для него говорило о пассивной восприимчивости, как например телесных

ощущений. Юнг (1973b) так же упоминает, что коричневый символизирует функцию ощущений в мандале своей клиентки мисс Х. Люшер, тем не менее, дает более определенное значение коричневого, хотя оно и не противоречит интерпретации Юнга.

Люшер пришел к выводу, что коричневый может быть показателем нужды в эмоциональной безопасности, ощущаемой в теле как симптомы дискомфорта. Он нашел, что люди, перемещенные во время Второй Мировой войны, часто помещали коричневый на одно из первых мест в цветовом тесте. Из этого он заключил, что «коричневый... показывает важность «корней»: домашнего очага, дома и собственного общества, общественной и семейной безопасности» (1969:68). Согласно Люшеру, предпочтение коричневого говорит о нужде в

облегчении некой ситуации, которая приносит чувство дискомфорта. /такой ситуацией может быть/ отсутствие безопасности, текущее физическое заболевание; это может быть атмосфера конфликта, или существование проблем, с которыми человек чувствует себя неспособным справиться (там же).

Мы не можем упускать из виду, что коричневый это так же цвет экскрементов. Фекалии – это отбросы и это влияет до некоторой степени на значения, ассоциируемые с коричневым цветом. Например, Келлог обнаружила, что использование коричневого, особенно помещенного в центр мандалы, часто значит, что «у человека очень низкая самооценка, он чувствует себя ничемным и грязным» (1977:124). Нужно помнить, тем не менее, что навоз – богатое удобрение, и что для алхимиков он был источником первичной материи, из которой они намеревались получить золото. Таким образом, именно то, что нами отвергается, может дать наиболее надежные качества.

Коричневый смешанный с красным, дает глубокий бордовый цвет, похожий на цвет высохшей крови. Келлог обнаружила особое значение, ассоциирующееся с этим цветом в мандалах. Она находит, что красный с оттенком коричневого открывает чувства, ассоциирующиеся с половой идентичностью. В мандалах мужчин этот цвет привлекает особое внимание:

области табу, такие как инцестуозные желания. В работе женщины может говорить об ощущении своей никчемности в качестве женщины, поглощенности своим телом и тяжелые случаи гинекологических заболеваний (1978:63).

Когда бордовый появляется в вашей мандале, возможно, это указание бессознательного на то, что старые раны могут все еще нуждаться в вашем внимании для своего исцеления.

Так как коричневый – это цвет вспаханного поля, он подходит для рисунков на осеннюю тему. Мандалы, нарисованные в конце года, в конце важного жизненного цикла, или незадолго до окончания процесса исцеления, обычно содержат коричневый. Когда коричневый появляется в ваших мандалах, вы можете захотеть рассмотреть его положительные значения, такие как связь с землей, плодородие и возможность новых начинаний. Т. к. коричневый получается при смешении нескольких цветов, он «может указывать на то, что энергия спрятана или связана» (Келлог, 1978:63). Вы можете также поразмышлять о том, что коричневый может указывать на неоправданно низкую самооценку, заблокированную энергию или потребность в большей безопасности.

БИРЮЗОВЫЙ

Бирюзовый назван так по цвету драгоценного камня. Это зеленовато-голубой цвет. Бирюза веками использовалась в целительстве. Она ассоциируется с богиней Изиз, которая носила титул Бирюзовая Леди (Де Ври, 1976). Иранцы верят, что этот камень оберегает от дурного глаза и приносит здоровье. Европейцы считали бирюзу прекрасным амулетом для езды на лошадях и одевали его для защиты всадника от падения или для смягчения падения, если оно все же случится (Уолкер, 1988).

Коренные американцы юго-запада использовали бирюзу для личных украшений, для подношения важным божествам и иногда размалывали его для рисунков из цветного песка (Баhti (Bahti), 1966). В мексиканских домах бирюзовым часто расписаны оконные рамы и дверные притолоки. Подобная традиция наблюдается и в восточных штатах, где велико африканское влия-

ние. Чувствуется, что бирюзовый останавливает нежелательное появление через эти отверстия призраков.

Что бы проиллюстрировать значение бирюзового в мандалах, Джоан Келлог (1983) рассказывает историю Бирюзовой Леди, основанную на традиции коренных американцев. Бирюзовая Леди – это почетное положение, присваиваемое женщине, страдающей от тяжелой потери. Ее семья могла быть уничтожена, или она могла потерять любимого сына, дочь или мужа. Ей необходима была определенная деятельность для того, чтобы перейти от ее прошлого состояния заботы о ком-то к новому положению хранительницы племени.

Такую женщину называли Бирюзовой Леди в течение двух лет. В ее обязанности входило наблюдение за соблюдением протокола во время визита гостей. На собраниях племени она следила за тем, чтобы старейшины занимали подходящие места, так, чтобы каждому было выказано подобающее уважение. Вся эта деятельность отвлекала внимание женщины от ее личной трагедии.

Роль Бирюзовой Леди указывала женщине место в племени. За этим занятием проходило время. Ее скорбь облегчалась. По окончании двухлетнего периода она передавала свою должность Бирюзовой Леди и вступала в новую жизнь.

В моей работе с мандалами использование бирюзового немного похоже на то, что вы становитесь Бирюзовой Леди. Часто бирюзовый появляется, когда вам необходимо исцеление, чтобы преуспеть в своей жизни. В качестве временной меры вы можете отдалиться от болезненных событий, подавить боль потери, которая может угрожать способности эго с ней справиться, и начать закрывать прошлое, так что бы не перебирать постоянно мысли о том, как все могло бы быть. Появление бирюзового в ваших мандалах может показывать, что психика контролирует поток воспоминаний, которые могут быть слишком болезненными.

Бирюзовый получается из голубого (позитивная мать) и зеленого (забота, контроль). Мы можем рассмотреть его как традиционное материнство (забота о других), перенаправленное на возросшую способность заботиться о самом себе. Если вы выбираете бирюзовый для своей мандалы, это может быть напомина-

нием о способности души к самоисцелению такими способами, которых мы не понимаем, или о которых не знаем. Те трудности, на которые обращает ваше внимание бирюзовый, могут состоять в сопротивлении эмоциям, которые могут возникнуть из более глубоких подсознательных образов.

СЕРЫЙ

Серый – нейтральный цвет. В природе серый ассоциируется с камнем, пеплом и туманом. Серый – цвет Великого Поста. Он традиционно связывается с искуплением – например, в библейской практике ношения власяницы и посыпанием головы пеплом во искупление. Сирло (1962) находит, что из-за ассоциаций с пеплом серый так же символизирует депрессию, инертность и безразличие. Седые волосы пожилых людей связывают серый с мудростью, самонаблюдение и релятивизмом (Де Ври, 1976).

Т.к. он является смесью белого и черного, серый говорит о балансе противоположностей. Равновесие, достигаемое серым, не включает в себя цвета спектра. В связи с тем, что цвета связываются с эмоциями, серый, как отсутствие цвета, говорит о недостаточной чувствительности. В психологии недостаток эмоций указывает на депрессию. Тем не менее, с точки зрения возраста и опыта, нейтральность серого может отражать спокойствие – человека больше не выводят из равновесия преходящие эмоции.

Келлог видела, что серый цвет в своих мандалах использовали героиновые наркоманы, чье злоупотребление наркотиками вызвало все проявления – как положительные, так и отрицательные – угасания. Она выяснила, что их наркомания была своего рода способом отгородиться от чувства вины, «связанного с безнадежностью и депрессией относительно их права на жизнь» (1978:70). Люди, не испытывающие наркотической зависимости, так же могут ощущать подобную экзистенциальную вину. Келлог считает, что корни таких чувств происходят из борьбы за выживание в течение внутриутробного периода. Они так же могут возникнуть у человека, которого «программируют принять ответственность за причинение матери сильной боли...» (там же).

В моей работе с мандалами я наблюдала, что серый цвет иногда символизирует камень. Камни веками почитаются как свя-

ценные объекты. Их считали божественными такие народы, как кельты, коренные американцы и японцы. Камни сами по себе связаны с символизмом мандалы. Во многих культурах их использовали для отделения священного пространства. Возможно, в вашей мандале серый цвет призывает вас почтить ваше собственное священное пространство.

Когда серый появляется в мандале, возможно вы обнаружили некое понимание парадокса человеческого бытия, некоторое представление о целостности или обнаружили почву под ногами в решении мучительной внутренней проблемы. Вы можете так же захотеть подумать о том, что вы некоторым образом не даёте волю вашим чувствам, испытывая сбивающую с толку вину за то, что вы такой, какой вы есть, или находитесь в естественном на данном этапе вашего жизненного путешествия подавленном состоянии.

Представленные здесь значения предлагаются для облегчения понимания цветов в ваших мандалах. Это подборка одного человека – меня, – и она отражает ограничения индивидуальной точки зрения. Здесь не даны многие из возможных значений. Пожалуйста, используйте эту главу в качестве инструмента для вашего собственного исследования цветов. Она ни в каком смысле не является окончательной относительно значения цвета в вашей собственной мандале.

При анализе мандал так же необходимо рассмотреть другое измерение значений – взаимодействие цветов. Совместный танец цветов может нести гармонию или диссонанс. Некоторым их комбинациям придает значение традиция. Другой способ понимания значений цветов, появляющихся вместе, предлагает психология. В следующей главе мы рассмотрим взаимоотношения между цветами и то, что они могут нам рассказать о нашей мандале.

Глава 4

СИСТЕМЫ ЦВЕТОВ

Так же как и у людей, у цветов существуют свои взаимоотношения. Сочетание некоторых цветов гармонично. Через мандалу они несут нам послание равновесия, мира или исцеления. Другие цвета конфликтуют между собой. Они говорят об энергии или о дисгармонии. Понимание взаимодействия цветов друг с другом поможет вам расшифровать их послания в мандале.

Некоторые взаимодействия могут наблюдаться в природе. Например, радуга всегда проявляет одну и ту же последовательность цветов: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий и фиолетовый. Радуга, почитаемая во многих традициях как знак божественного благословения, пробуждает чувство восхищения, предвкушения и радости. Цвета радуги яркие, но все же они напоминают нам, что буря где-то рядом.

Смена времен года демонстрирует нам другое семейство цветов. Пастельные розовые, лавандовые и желтые весенние оттенки созревают в богатые зеленые и золотые цвета лета. Осень приносит с собой темную земную палитру, за которой следуют зимние крайности – серый, белый, черный. Цвета всех сезонов вместе могут указывать на полный годовой цикл роста. Эти цвета также могут служить метафорой периодов человеческой жизни.

Деятельность древних людей, такая как гончарное дело, металлургия и производство вина, составила свое представление о цветах. Когда глина застывает, металл накаляется, а вино созревает, их цвета различаются. Цвета, наблюдаемые во время процесса, становятся важными вехами протекающей трансформации. Например, гончар знает, что горшок надо нагревать до тех пор, пока он не станет ярко-вишневым, чтобы быть уверенным, что он приобретет необходимую прочность и резонанс, когда остынет. Алхимики, мастера внутреннего мира, так же использовали цвета в качестве важных показателей.

Опыты художников по смешиванию цветов определяют родство некоторых оттенков. Например, художники обнаружили, что оранжевый цвет можно получить при смешении одинакового количества красного и желтого. Оранжевый является самостоятельным цветом, для глаза также имеют значение качества и красного, и желтого. Все три цвета – оранжевый, красный и желтый – говорят о тепле, энергии и жизненности.

Практический опыт художников и ремесленников передаетсся нам через традиционную систему цветового круга (цветная вкладка, рис.2). У людей, которые живут близко к природе, наблюдаемые ими вокруг природные цвета включены в систему философии, морали и поведения. Мы не так уж отличаемся от этих древних художников, ремесленников и философов. Мы откликаемся на те же самые природные сочетания цветов, которые руководили людьми в других местах в другие времена. Эти традиционные системы цветов могут быть полезны нам в нашей попытке понять роль цвета в мандале. Таким образом, в этой главе мы рассмотрим некоторые подходы к взаимоотношениям цветов, которые я нашла полезными в моей работе с мандалами.

Сначала мы изучим цветовой круг, который устанавливает первичные и вторичные взаимоотношения между цветами и способы, которыми соотносятся сезонные цвета в мандале. Затем последует краткое описание целительного колеса коренных американцев. В следующей части главы я расскажу, как цвета, ассоциирующиеся в кундалини-йогой, могут помочь вам понять вашу мандалу. Я опишу иерархию цветов Гете, выросшую из европейской традиции, и так же об алхимическом символизме цвета. В конце главы мы узнаем о некоторых наблюдениях Джона Келлог относительно значимых сочетаний цветов в мандалах.

Возможно, некоторые из этих цветовых систем окажутся для вас полезными так же как и для меня в работе с мандалами. Без сомнения, существуют другие возможности, которые не включены в мою работу просто потому, что я о них не знаю. Вы можете предпочесть их, если они окажутся для вас более подходящими. Системы, описанные здесь, предлагаются как намеки некоторых способов, какими цвета взаимодействуют в мандалах. Они нико-

им образом не являются единственным способом расшифровки значений цветов.

Цветовой круг был придуман европейскими художниками для облегчения достижения гармонии цвета в их работах. Это определенным образом расположенные по кругу красный, синий, желтый, зеленый, оранжевый и фиолетовый. Круг подразделен на два треугольника. В вершинах одного треугольника расположены по окружности красный, синий и желтый. Эти цвета могут смешиваться в различных количествах для получения разнообразия всех остальных цветов. Так как это основные строительные кирпичи, используемые художниками, они называются основными цветами.

Производные цвета получаются при смешении двух равных частей основных. Например, фиолетовый получается из красного и синего. Оранжевый – красного и желтого. Зеленый – синего и желтого. На цветовом круге производные цвета помещены между теми основными, от смешения которых они получаются. Производные цвета на окружности цветового круга соединяются линиями для получения второго треугольника.

В мандалах основные цвета отражают основные стремления человека. Красный выражает либидо или жизненную силу, необходимую для поддержания человеческой жизни. Синий относится к возможности формировать связи и заботиться. Желтый обозначает способность осознания. Появление этих цветов в серии мандал часто обращает наше внимание на функционирование этих первичных человеческих побуждений.

Рассматривая производные цвета в мандалах, мы говорим и о заключенных в них символических значениях первичных цветов, и о них самих, как самостоятельных цветах. То есть, фиолетовый рассматривается как красный и синий, а так же как фиолетовый сам по себе. При расшифровке значений производных цветов в мандалах, нужно собрать ассоциации для всех трех цветов: цвета самого по себе и обоих составляющих его основных цветах. Например, окончательное значение производного фиолетового будет объединением ассоциаций относительно красного, синего и фиолетового.

Давайте рассмотрим фиолетовый цвет по этой схеме расшифровки его значения в ваших мандалах. Мои ассоциации с фиолетовым могут быть такими: «царственность, авторитет и величественные горные вершины». Красный для меня говорит о «первичной энергии, стремлениях и гнев». Синий означает «спокойствие, справедливость и заботу». Когда фиолетовый появляется в моей мандале, его посланием может быть что-то вроде этого: «За моим отдаленным, авторитарным видом горит первичная энергия, ищущая выражения в связи». Или так: «Мое чувство индивидуальности появляется из спрятанного гнева и принятия роли заботы». Еще одна формулировка: «Я достигаю благородства через мою борьбу за улучшения сложных отношений с женщинами в моей жизни». Правильное утверждение будет определено моим ощущением насколько информация выглядит относящейся к моей текущей ситуации.

Цвета, которые находятся на цветовом круге друг против друга, называются дополнительными. Когда эти цвета находятся в мандале рядом, они создают живое впечатление. Для некоторых зрителей они даже могут показаться вибрирующими. Импрессионисты использовали этот оптический эффект для того, чтобы оживить свои картины. Дополнительными цветами являются пары красный – зеленый, желтый – фиолетовый и синий – оранжевый. Когда дополнительные цвета в мандале находятся рядом друг с другом, это может говорить о напряжении противоположностей. Например красный (энергия) может конкурировать с зеленым (контроль). Желтый (автономия) с фиолетовым (связь с матерью) может говорить о столкновении желания независимости и привычки полагаться на родителей. Синий (забота) рядом с оранжевым (стремление) может символизировать конфликт между желанием близости и стремлению к совершенству.

Взаимоотношения, установленные между цветами круга, становятся полезным руководством для понимания цветов нашей мандалы. Я нашла взгляд на значение основных цветов, из которых составляются производные, особенно полезным. Столкновение противоположных на цветовом круге цветов может дать нам ключ к пониманию конфликтов, которые мы испытываем. Мы должны помнить, что некоторые конфликты являются час-

тью жизни, и именно резкие цвета придают нашим мандалам жизненность, которая может быть приятной.

Наша жизнь не столь тесно переплетена с природными ритмами, как жизнь наших предков. Но несмотря на это, мы осознаем наше природное окружение. Оно влияет на наше понимание цветов, даже если мы часто не осознаем влияние природы. Доказательством нашей чувствительности к миру природы является сезонное эмоциональное расстройство, связываемое с нехваткой естественного света зимой.

Четыре времени года имеют свои цвета, которые отличают их одно от другого⁷. Прохождение по порядку цветов, относящихся к разным временам года, иногда может символизировать наш собственный процесс психологического роста. Проекты, мысли и взаимоотношения приходят и уходят в естественном ритме, который отражает смена времен года. Взгляд на цвета вашей мандалы с точки зрения времен года, которые они представляют, может быть другим способом понять ваш выбор цветов.

Весна ассоциируется с яркими, свежими пастельными цветами: желтым, розовым, лавандовым. Зеленый – цвет весны, особенно светлые его оттенки. Фиолетовый так же часто связывается с весной. Эти цвета в ваших мандалах могут указывать на что-то новое, нежное и полное возможностей в вашей жизни.

Летние оттенки включают в себя зеленый, золотисто-желтый, оранжевый, красный, персиковый и голубой. Летние цвета богатые, теплые и вибрирующие. Как будто они содержат каплю золотисто-желтого, цвета солнца, преобладающего в это время года. Когда в ваших мандалах появляются летние цвета, вы можете подумать, означают ли они исполнение, изобилие или зрелость чего-либо.

Осенние цвета, по общему соглашению, коричневый, оранжевый, золотой и бордовый. Эти цвета пробуждают чувства, связанные со сбором урожая: счастье, что плоды созрели и собраны, и грусть о том, что восхитительное время созревания прошло. Когда в вашей мандале вы находите осенние цвета, это может

⁷ Связь времен года с цветами основывается на результатах опроса 294 участников конференции по религии и психологии, проведенной «Journey into Wholeness» в течение 1988-89 гг.

означать что вы пожинаете плоды личностного роста. Эти цвета так же могут напоминать о том, что нужно уделить внимание процессу печали, который является естественной частью процесса ухода привычного образа жизни, окончания какого-то дела или выполнения обязательств.

Зимние цвета это черный, белый и серый. Эти цвета напоминают о прохладных зимних днях с серым небом, длинных темных ночах и ярком снеге. Зимние цвета в ваших мандалах могут говорить, что в вашем внутреннем цикле роста следует время отдыха. Даже если в мандалах зимние цвета выглядят холодными и бесстрастными, они несут послание о том, что приближение весны спрятано под зимними снегами.

Цвета были полезны при обучении во времена и в местах, где письменность была редкой. Естественные рисунки цветов в природе предоставили основу для организации понимания народных психологов. Желтый, зеленый, черный и белый часто использовались как части целительского колеса коренными американцами (Сторм, 1973). Возможно, древние коренные американские старейшины связывали четыре направления с четырьмя временами года и дали цветам времен года определить цвет направления.

Целительское колесо – это способ изучения жизни, морали и места человека в общине. Это круг с отмеченными на нем четырьмя направлениями, ориентированными как основные направления компаса. Каждому направлению приписывается свой цвет. Северу – белый, востоку – желтый, югу – зеленый, а западу – черный. Каждое направление имеет свои определенные качества, уроки, понимания и навыки.

Традиция коренных американцев придает различный взгляд на мир каждому направлению. Восток (желтый) – это направление вдохновения. Оно походит на весну, рассвет и поиск знаний в юности. Юг (зеленый) – место доверия и невинности. Это лето, полдень и производящее время в жизни. Запад (черный) – место самонаблюдения, как осень, послеобеденное время, или средний возраст, он передает естественную потребность пересмотра и отпускания. Север (белый) – место мудрости. Он говорит о

белых снегах зимы, длинных темных ночах в свете яркой луны и богатстве мудрости.

Согласно пути целительского колеса человек приходит в мир с пониманием всего лишь одного направления. Задача жизни – выучить уроки остальных направлений, овладеть каждым из них для роста и мудрости. Хеймейотс Сторм (Hyemteohsts Storm) объясняет, что

каждый, кто понимает всего одно из этих Четырех Великих Направлений, останется частичным человеком. Например, человек, обладающий только даром севера, будет мудрым. Но он будет холодным, бесчувственным человеком. А человек, живущий только востоком, будет иметь ясный взгляд орла с широкой перспективой, но он никогда не будет близок вещам. Этот человек будет чувствовать себя отделенным, высоко над жизнью и никогда не поймет и не поверит, что его что-то может задеть.

Мужчина или женщина, воспринимающие только запад, будут прокручивать одну и ту же мысль снова и снова, и всегда будут нерешительными. А если у человека есть только дар юга, он будет видеть все глазами мыши. Он будет слишком близок к земле и слишком близоруким, чтобы увидеть что-либо, кроме того, что находится прямо перед ним, касается его усов. (1973:6).

Уравновешивание четырех направлений во внутреннем мире это путь к целостности, к гармонии с природой. По словам Сторма:

После того, как каждый из нас изучил Начальный Дар, наше Первое Место целительского колеса, мы должны расти, ища понимания каждого из Четырех Великих Путей. Только таким способом мы можем стать наполненными, способные к балансу и решению в том, что мы делаем. (там же, 6-7).

Когда в вашей мандалах появляются белый, зеленый, желтый или черный, вы можете захотеть вспомнить уроки каждого из них, преподанные целительским колесом. Эти цвета могут быть

вратами в углубление в учение коренных американцев о четырех направлениях.

Сейчас давайте обратимся к другой системе взаимодействия цветов. Она основана на древней психологии Индии, где духовные и психологические знания переплетены непривычным для западных людей образом. Настолько древние, что их начало предшествует началу записанной истории, эти идеи, скорее всего, основаны на тщательном самонаблюдении. Интересно, что современные психологи сформулировали теорию иерархии человеческих потребностей похожую на традиционную индийскую. Для понимания роли цветов в этой теории мы должны коротко описать систему, известную как кундалини-йога, саму по себе.

В кундалини-йоге считается, что невидимая энергия течет по определенным каналам в теле. Особенно важен поток энергии, направленный от копчика к макушке. Считается, что на этом энергетическом канале расположены центральные точки, функция которых состоит в концентрации и трансформации энергии. Эти точки называются чакрами.

Каждая чакра имеет связанную с ней задачу развития. Когда задача выполнена, энергия кундалини течет более свободно вверх для выполнения задач следующей чакры. Всего существует семь чакр, расположенных в нескольких дюймах от позвоночника и на голове. Нижние чакры относятся к выживанию и основным нуждам. Верхние чакры – к духовному пробуждению. Человек не может полностью открыть верхние чакры, пока не очищены нижние.

Приписываемые каждой чакре цвета расположены в том же порядке, что и цвета спектра: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий и фиолетовый. Первая чакра в основании позвоночника связана с красным, «цветом крови и темной страсти» (Юнг, 1976b:11). Следующая чакра, в нескольких дюймах ниже пупка, оранжевая, «цвет рассвета или последних лучей солнца» (стр.11). Поднимаясь выше по позвоночнику, мы находим следующую чакру в области солнечного сплетения. Юнг описывает ее как «место, где восходит солнце» (стр.23). Ее цвет – желтый.

Цвет следующей чакры, расположенной рядом с сердцем, - зеленый. Поднявшись вверх на несколько дюймов, мы найдем пятую чакру в области горла. Ее цвет – голубой. Шестая чакра расположена на голове, в точке между и немного выше глаз. Ее цвет – синий. На макушке расположена верхняя чакра. Ее цвет – фиолетовый (его часто рисуют как лавандовый).

Мысли человека, работающего с энергией первой чакры относятся к базовым нуждам выживания и к здоровью тела. Это резонирует с опытом младенчества. Когда красный появляется в вашей мандале, лучше всего подумать, не хочет ли он сообщить вам что-то о вашем здоровье. Возможно, вам нужно более внимательно отнестись к какому-либо заболеванию. Другая возможность – то, что стресс, который вы испытываете, начинает угрожать вашему физическому здоровью. Я сделала наблюдение, что женщины во время менструации используют больше красного. Красный может также символизировать воспоминание о временах, когда ваши основные нужды безопасности не выполнялись.

Вторая чакра относится к развитию автономии. Ее цвет – оранжевый. Келлог (1978) предполагает, что наше переживание периода, когда мы учились ходить, относится к этой чакре. Наше чувство собственного достоинства, суждения относительно эффекта нашего воздействия на окружение и половая идентификация имеют отношения к этой фазе развития. Появление оранжевого в ваших мандалах может показывать продолжающееся беспокойство в этих областях или может возвещать переделку некоторых выборов, сделанных в гораздо более ранние периоды жизни.

Третья чакра расположена над пупком. Она связывается с самосознанием или с возникновением эго как точки отсчета. Цвет этой чакры – желтый. Беспокойства этой чакры связаны с воспоминаниями ребенка, покидающего дом и отправляющегося в школу. Она связана с независимостью и со способностью учиться, думать и планировать. Для человека, работающего с энергиями третьей чакры, важно эффективное взаимодействие с окружением. Желтый в ваших мандалах может открывать готовность учиться, начало осознания чего-либо, или желание приобрести

вашу собственную точку зрения. Желтый так же может относиться к воспоминаниям о ранних событиях, когда были приняты независимые действия.

Четвертая чакра, рядом с сердцем, связывается с заботой об окружающих. Ее цвет -зеленый. С этой чакрой связаны задачи подросткового периода и начала взрослой жизни. Они включают в себя ослабление бессознательных требований к родителям, способность заботиться о себе и об окружающих и готовность ко взаимоотношениям с другим человеком в близости сексуальных отношений. Зеленый в ваших мандалах может возвещать ваше становление как взрослого человека или пересмотр более раннего опыта, относящегося к этому периоду развития личности (ДиЛео, Гроф, Келлог, 1977).

Пятая чакра находится на шее. С этой чакрой связан голубой цвет. Способность любить без получения чего-либо взамен – связываемая с этой чакрой задача развития. Эта чакра так же связана с тем, что вы делитесь вашими дарами, талантами и способностями без ожидания награды. Пятая чакра относится к возросшему духовному осознанию, т.к. в традиции йоги именно эта чакра является вратами к возвращению, через которые индивидуум снова объединяется с большей самостью, Атманом. Голубой в ваших мандалах может говорить о пробуждении вашей духовной природы.

Духовное осознание углубляется в шестой чакре, расположенной немного выше и между глазами. Энергии этой чакры относятся к развитию интуиции, иногда называемой третьим глазом. Цвет ее синий. Задачей этой чакры является объединение ощущения вневременного порядка событий с конечностью нашего личного эго-сознания. Когда синий появляется в ваших мандалах, вы можете переживать осознание более глубокой реальности за событиями вашей жизни.

Седьмая чакра находится на макушке. Ее цвет – фиолетовый или лавандовый. В традиции йоги она ассоциируется со способностью выйти за пределы собственного отдельного существования и испытать мистическое объединение с космосом. Когда в вашей мандале появляется лавандовый, он может символизировать пиковые переживания в недавнем прошлом или ближайшем

будущем. Лавандовый так же может вызывать воспоминания о блаженном состоянии младенчества, куда мы возвращаемся для отдыха, исцеления и вдохновения.

Цветовая система чакр похожа на радугу. Некоторые из нас могут создать мандалу, включающую все эти цвета. В таких мандалах мы видим особое сияние. Келлог находит, что такие мандалы открывают сильное пробуждение, которое может быть исцеляющим. Она называет его «переживание радуги» (1977:125). Келлог писала, что «развивая и понимая символизм радуги, человек очень хорошо осознает дождь в его оплодотворяющем аспекте и дугу, как космическую вагину⁸... Радуга отмечает новое рождение в магических обстоятельствах» (1978:81). Когда вы создаете радужную мандалу, это выглядит так, как будто задействованы все семь чакр. Вы можете ощущать абсолютное переструктурирование ваших убеждений относительно себя самого и прошлого опыта. Радужная мандала может сопровождать чувство, что вы родились заново.

Цветовой круг и спектр дают нам полезные системы для понимания цветов. Однако существуют два важных цвета, которые не включены ни в одну из них. Это белый и черный. Некоторые художники говорят, что черный – это отсутствие цвета. Другие скажут, что он включает в себя все цвета. Тоже самое можно сказать и о белом. Каково значение черного и белого в ваших мандалах?

В некотором смысле черный и белый – дополнительные цвета. Присутствие одного подразумевает другой, как тьма напоминает о свете, своей противоположности. Черный и белый традиционно символизируют противостояние тьмы и света. Они – подходящая метафора и всех других противостояний.

Черный и белый, помещенные в ваших мандалах вместе могут показывать, что вы испытываете давление противоположностей. Мандалы, составленные только белым и черным, без других цветов, говорят о том, что вы смотрите на мир холодным, интеллектуальным взглядом. В общем, цвета представляют эмоции. Отсутствие цвета говорит о временном исчезновении эмо-

⁸ по-английски радуга – «rainbow», буквально – дождевая дуга – Д.О.

ций. Это может случиться, когда конфликты вызывают слишком сильные чувства и тело решает получить временную передышку.

Так же, как и многие мифы творения начинаются с выделения тьмы и света из хаоса, черно-белые мандалы могут отмечать для вас начало нового. Такие мандалы говорят об обнаженной простоте, положении, в котором все лишнее было удалено. Хотя ее достижение болезненно, эта простота необходима как высвобождение места для чего-то нового. Ваши черно-белые мандалы могут быть знаком, что хаос удалился и ваша душа созрела для посева семян, которые расцветут в обновленном вовлечении в жизнь.

Черный и белый цвета являются центральными в цветовой теории Гете. Его философский романтизм основан на классической традиции. Глубокая любовь Гете к природе сделала его внимательным наблюдателем цвета в природе. Он так же проводил лабораторные опыты для демонстрации своих идей о цветах в контролируемых условиях.

Цветовая теория Гете основывается на свойствах света и тьмы. Согласно Гете, все цвета находятся между противоположностями абсолютной тьмы (черного) и чистого света (белого). Он пишет, что «свет и тьма, яркость и затемненность, или в более общих выражениях, свет и его отсутствие, необходимы для получения цвета» (/1840/ 1970:LVI). Цвета естественно перетекают один в другой, когда меняется пропорции светлого и темного. Гете считал черный символом материи. Белый представлял для него дух. Согласно Гете, когда материя наполняется духом, она изменяется. Снисхождение света во тьму напоминало Гете процесс снисхождения духа в материю.

Когда свет добавляется к тьме, как солнце на восходе, черный сменяется голубым. Гете видел в переходе черного в голубой одухотворение материи. Напротив, когда дух нисходит в материю, его трансформация походит на получающийся при затемнении белого желтый. Для Гете голубой и желтый представляли тело и душу человека.

Зеленый получается при смешении одинакового количества голубого и желтого. Для Гете то, что при смешении одинакового количества голубого и желтого получается зеленый, было

подтверждением возможности достижения человеком, уравновесившим в себе тело и душу, состояния гармонии. Т.к. голубой и желтый получаются из черного и белого, зеленый так же представлял разрешение противоположностей, символизируемых тьмой и светом. Гете чувствовал, что положение зеленого в центре цветовой иерархии говорит об ощущении гармонии, передаваемой этим цветом.

Красный появляется, когда затемняется желтый и светлеет голубой. Углубление желтого в красный можно наблюдать в цветной жидкости, в которую добавляется все больше и больше желтого красителя. Гете пишет, что «самый интенсивный и чистый красный... получается когда объединяются две противоположности желто-красного и сине-красного» (/1840/ 1970: LVI-LVII).

Цветовая иерархия Гете помогает нам понять тесную связь голубого (материнство) и черного (основание бытия). Она так же показывает близость желтого (отец) и белого (бесформенная, бесцветная пустота). Когда вы видите в сериях мандал черный и белый, за которыми следуют голубой и желтый, это говорит об особом разрешении противоположностей. По теории Гете, это движение является шагом по направлению к центру, к гармонии. Голубой и желтый могут выражать понимание человеческих противоположностей с точки зрения мужского и женского. Формирование представления о противоположностях мужского/женского открывает нам возможности разрешения конфликта между ними через священное внутренний союз, результатом которого является обновленное единство, символизируемое зеленым цветом.

Цветовая теория Гете соотносит цвета с динамическими ритмами природы. Целостная система основана на представлении о двойственности природы, как это символизируют тьма и свет. Для Гете все или удалялось от состояния единства, или двигалось по направлению к этому состоянию.

Разделить единство, объединить разделенное – это и есть жизнь природы; это вечная систола и диастола, вечное сжатие и расширение, вдох и выдох мира, в котором мы все живем и движемся. (там же, 293-294).

Цветовая теория Гете может помочь вам увидеть динамику вашей собственной психической жизни, отраженной в мандалах, в то время как вы продвигаетесь от разделенности черного и белого, через голубой и желтый к единству зеленого и обратно к черному и белому.

Следующее сообщество цветов существовало до Гете. От системы, частью которой являются цвета, отказались в эпоху рационализма как от ненаучной. Ее значимость для современного человека была показана Юнгом. Это цветовой символизм алхимии.

Алхимия – это собрание формул и процедур, целью которых было создание бесценной субстанции из основного вещества. Такие действия, как нагрев, растворение и высушивание производились в плотно закупоренном сосуде. Юнг считал, что эти действия на самом деле были проекцией психологического опыта личностного роста, который он называл индивидуацией. Следовательно, алхимические труды нужно понимать как метафоры раскрытия души по направлению к целостности. По словам М.Эстер Хардинг (M.Esther Harding),

герметичный сосуд – это мы сами. В нем – множество разрозненных кусочков, составляющих психику, которые, собранные и сплавленные вместе, создают новое творение. В нем должно произойти объединение противоположностей, называемое алхимиками *coniunctio*, или союз. (1973:431).

В алхимических текстах упомянуто множество процессов. Эдвард Эдинджер (1990) выделил из них четыре особенно важных, если рассматривать алхимию как метафору психологического роста. Это *calcinatio* (нагревание), *solutio* (растворение), *coagulatio* (высушивание), *sublimatio* (выпаривание). Каждая стадия продвигает первичную материю от ее начальной точки через действия, управляемые каждым из четырех элементов: огнем, водой, землей и воздухом. Каждая операция символизирует внутреннюю психологическую трансформацию. С каждой процедурой ассоциируется определенный цвет. В соответствии цветов вашей мандалы цветам алхимических процессов вы можете увидеть ключ к пониманию того, какие энергии в данный момент формируют ваши внутренние переживания.

Цвет первичной материи, с которой начинается процесс, - неопределенный, темный. Первым шагом алхимической процедуры является ее прочное закупоривание в сосуде. Хардинг отмечает, что некоторые алхимические тексты говорят, что запечатывали сосуд вместе мужчины и женщина. Психологически это указывает на важность вовлечения и мужского, и женского аспекта личности в трансформационную работу. С этой парой ассоциируются красный (мужчина) и белый (женщина) цвета.

Красный и белый вместе в мандале могут отмечать совокупность алхимического сосуда, который, с точки зрения психологии может ощущаться как препятствие или фрустрация желаний. Запечатывание первичной материи в алхимическом сосуде – первый шаг к трансформации. Материя темнеет и становится черной. Эта стадия называется *nigredo*. С точки зрения личностного роста, это можно сравнить со столкновением лицом к лицу со своей темной стороной и, - необходимый, но неприятный шаг – принятием своей тени. Глядя на очень темную мандалу, вы можете подумать, не отражает ли тьма необходимую стадию индивидуации: время, когда эго чувствует себя раненным, самооценка низка, и нередко депрессии.

Calcinatio – следующий шаг в алхимической работе. Материал здесь накаляется докрасна. До того, как стать красной, темная первичная материя светлеет и становится лиловой. Некоторые источники описывают переливающиеся, как павлиний хвост, цвета, проявляющиеся по мере разогрева. Появление этих цветов в ваших мандалах говорит о трансформации психики через некое психологическое расплавление, приводимое в движение интенсивными, спрятанными эмоциями. Когда красный в вашей мандале имеет оттенок пламени, может быть, вашим выбором этого цвета руководит огонь трансформации вашей души.

Когда огонь затухает, все, что остается – это белый пепел, который алхимики называют «белая расщепленная земля». Этот пепел содержит в себе суть того, что было сожжено. В нем есть все, что необходимо для продолжения процесса очищения, описанного алхимиками. Белый в мандалах может означать, что эго пережило суровое испытание архетипическими энергиями бессознательного. Он может говорить о выходе из черной ночи

души в новый, неизведанный и неопробованный способ существования в мире.

Далее алхимики смешивают пепел с водой. Это – процесс, называемый *solutio*. То, что было твердым и неподдающимся изменениям, таким образом может с легкостью сплавляться с жидкой средой. Этот образ соотносится с возвращением на более ранний уровень функционирования. Временная регрессия может быть полезна для переопределения содержания сознательного. Когда в мандалах много голубого, цвета воды, – возможно, в душе происходит процесс *solutio*.

Для создания новой, очищенной субстанции из раствора алхимики использовали процесс, называемый *coagylatio*. Для этой работы они иногда использовали серу. Сера – желтого цвета и горюча, такие качества присущи солнцу. В психологическом символизме, как мы помним, солнце представляет сознание. Связывая два этих образа вместе, Юнг писал, что «сера представляет активную субстанцию солнца, или на психологическом языке, *фактор мотивации в сознании...*» (1976а:151).

Когда в ваших мандалах появляется желтый, это может быть показателем того, что динамика сознания, воля, активно вовлечена. То, что было нерешенным и запутанным в психике, может стать ясным, значительным и прочным. Эго, раненное и помраченное во время стадии *nigredo*, снова сияет как проводник расширившегося сознания.

Sublimatio – это процесс, при помощи которого твердая материя проходит через газообразную форму. Эдинджер предполагает, что эта операция является метафорой динамического движения между противоположностями. Когда человек переживает осознание своих противоположных аспектов снова и снова, в результате возникает некое ощущение центра. Эдинджер объясняет, что

повторяющийся цикл всех аспектов человеческого существования постепенно вызывает осознание трансперсонального центра, объединяющего конфликтующие факторы. Именно метания между противоположностями снова и снова в конце концов ведут к их примирению. (1990:143).

Пары противостоящих друг другу дополнительных цветов (красный/зеленый, оранжевый/фиолетовый, голубой/желтый, белый/черный) могут выражать это колебание между противоположностями. Появление этих пар цветов в ваших мандалах может свидетельствовать о том, что противоположные аспекты вашей психики вышли на поверхность сознания. Осознание противоречивости вашей природы дает возможность проявиться более полному разрешению конфликтов между аспектами вашей личности. Эти цвета в мандалах будут отражать изменение модели поведения, иногда превосходящее вашу способность к пониманию.

Завершением алхимических опусов является мистический союз противоположностей, *coniunctio*. Объединение дает жизнь долгожданному алхимическому сокровищу. Этот союз становится результатом успешной дифференциации противоположностей (дух/материя, сознательное/бессознательное, добро/зло). Противоположности могут воссоединиться, хотя при этом каждая продолжает свое уникальное существование, но, парадоксально, становится частью большего, нераздельного целого. Тогда как работа начинается с совместного запечатывания сосуда простыми мужчиной и женщиной, алхимик предвидит это окончательный воссоединение как брак королевской четы Хардинг описывает пару как жизненно важную для успешного завершения алхимического процесса:

...король, то есть, золото или дух, должен быть трижды очищен;... Она сама /королева, или тело/, также должна пройти через очищение, обычно представленное как умывание или купание, при котором она изменяется от черной земли, Нигредо, к белой земле, или серебру. Так, в другом тексте относительно брака или оплодотворения мы читаем: «Посей свое Золото в Белую Землю». (1973: 451-452).

Другими словами, мы должны уделять большое внимание нашей внутренней работе для того, чтобы получить в награду мистический внутренний союз.

На упомянутые в алхимических текстах цвета, ассоциирующиеся со священным союзом противоположностей, ссылаются Юнг (1976а, 1974), Хардинг (1973) и Эдинджер (1990). Оттенки

красного, красновато-желтого или пастельное слияние красного и белого в розовый указывает на *coniunctio*. Когда в вашей мандалах появляются эти цвета, вы можете пожинать плоды момента равновесия рядом с целостностью, трудно достижимого на ранних стадиях личностного роста и удерживающего напряжение противоположностей для расширения сознания. Это состояние молитвы. Оно никогда не длится долго, но, когда начнется новый цикл, мы сеем в первичную материю, с которой будем работать, воспоминание о нем.

Перед тем, как мы перейдем к следующей главе, которая расскажет о способах расшифровки форм, встречающихся в мандалах, я хочу поделиться с вами еще кое-какой информацией относительно цветов. Она основана на важных цветовых комбинациях, обнаруженных Джоан Келлог в ее клинической работе с мандалами. Хотя нам мандалы больше интересны в качестве инструмента для личностного роста, чем для клинической работы, наблюдения Келлог могут предоставить нам дополнительную информацию для изучения наших мандал. Когда вы видите подобные цветовые комбинации в ваших мандалах, вы можете захотеть просмотреть ее интерпретации и подумать, имеют ли они к вам отношение.

По Келлог (1978), черный и розовый вместе разоблачают негативные чувства относительно себя самого. Когда эти цвета появляются в ваших мандалах, это может быть сигналом для начала вмешательства, которое улучшит ваше здоровье и благополучие, как физическое, так и эмоциональное. Например, будет подходящим защититься от несчастных случаев, обновить поддерживающие связи между вами и теми, кого вы любите, разобрать и подвергнуть сомнению самоуничижительные мысли. Это сочетание цветов может появиться перед тем, как вы осознаете свою негативность и таким образом готовит вас к принятию мер, которые могут устранить ненужную боль.

Черный и красный в мандалах определяются Келлог как показатели депрессии и гнева, испытываемых одновременно. Эти два цвета вместе в мандале говорят о том, что чувства могут выражаться во взрывном поведении. Используя мандалу для собственного личностного роста, вы можете найти рисование удов-

летворительной заменой скверным настроениям, злым словам или наказывающему поведению, которое иначе может вылиться на окружающих.

Комбинация синего и красного в мандалах сигнализирует об определенном конфликте. Келлог связывает эти цвета с мифологической битвой с драконом, битвой, во время которой юный герой вызывает дракона на бой и достигает мастерства. Битва героя выражает универсальную борьбу за освобождение себя самого – сознания и идентичности – от родительской матрицы детства. Келлог наблюдает этот конфликт, выявленный в цветах мандал когда, на протяжении серий рисунков, фиолетовый замещался синим и красным, которые в свою очередь, заменялись желтым.

Красный и синий выделяются из начального темно-фиолетового, для того, чтобы стать противоположностями. Конфликт в конце концов разрешается, когда эго и самосознание рождаются в солнце самости, желтом. (1978:58).

Использование желтого и черного или синего в мандалах говорит об уязвимости к чрезмерному раздуванию эго, что сменяется низкой самооценкой. «Открытое положение держит эго под постоянной угрозой противоположности. Человек должен быть всем... или ничем» (там же, 75). Желтый с черным или синим может так же символизировать настроение, колеблющееся между чрезвычайным энтузиазмом и подавленностью. Когда эти цвета появляются в мандалах, вы можете подумать о необходимости серьезной внутренней работы по обнаружению вашего подлинного я и собственной законной силы.

Келлог находит, что сочетание в мандалах красного и зеленого может указывать на конфликт. Это тот случай, когда красный символизирует потребности, а зеленый означает родительский контроль, которой препятствует их выражению. Красный и зеленый для многих ассоциируются с Рождеством. Сильные, часто противоречивые эмоции, которые мы испытываем в этот праздничных период, кажется, относятся именно к этому сочетанию цветов. Эти цвета в мандалах могут быть сигналом того, что вы нуждаетесь в заботе о вашем внутреннем ребенке.

В этой главе я кратко описала различные системы взаимоотношений цветов. Это было попыткой показать, что у цветов в мандалах есть еще один слой значений, определяемый их взаимодействием друг с другом. Как и со значениями цветов, предложенными в предыдущей главе, со значениями взаимоотношений цветов нет точных и окончательных правил. Они лишь предоставляют руководство, которое может оказаться полезным для понимания значения ваших мандал. Подлинная проверка справедливости значения состоит в том, что оно питает ваш личностный рост. По мере разворачивания значения мандала у вас появляется возможность подтвердить свои идеи, особенно когда один и тот же цвет появляется снова и углубляется ваше понимание персонального цветового словаря.

Глава 5

ЧИСЛА И ФОРМЫ

Когда биолог фокусирует микроскоп на мире одноклеточной жизни, он обращает внимание на формы под его линзами. Их характерные очертания помогают ему определить растения и животных. Когда мы смотрим на наши мандалы, мы немного похожи на биолога: мы тоже пытаемся понять, изучая формы. С терпением и опытом мы можем начать обнаруживать значения форм, которые мы видим в наших мандалах.

Формы состоят из линий и цветов. (Для получения информации о цветах обратитесь к главам 3 и 4). Качество линий, которые вы рисуете, отражает мышечное напряжение вашего тела. Когда вы возбуждены, мышечное напряжение обычно бывает большим, это заставляет вас рисовать с нажимом, и линии получаются более толстыми. Вы рисуете бледные линии, когда вы чувствуете себя уставшими и слабыми от болезни или депрессии. Так же толщина линий зависит от средств, которыми вы пользуетесь. Чем мягче то, чем вы рисуете, тем более толстые линии у вас будут получаться.

В мандалах мы можем увидеть кривые линии, прямые линии или и те и другие. Чаще всего изогнутые линии рисуют женщины. Прямые более часто появляются в мандалах мужчин. Келлогг находит, что

Изогнутые линии обычно отражают иррациональный подход к жизни и эмоциональный способ справиться с ситуацией. Изогнутая линия очень показательна относительно женственности. С другой стороны, прямая линия обычно представляет рациональный путь решения проблем, что более показательно для мужской ориентации... (1977:125).

Различение между прямыми и изогнутыми линиями вносится и в формы. Например, форма треугольника состоит из прямых линий и таким образом говорит о «мужской» рациональности.

Цветок рисуется изогнутыми линиями и показывает «женскую» эмоциональность.

Линия вокруг мандалы часто отражает психологическую границу, которая разделяет человека и окружающую среду и других людей. Юнг замечает, что толстая линия здесь «указывает на укрепление или блокирование границ от окружения» (1973b:126). Бледная или отсутствие границ говорит об открытости окружающим, чувствительности к элементам окружения, или, возможно, о недифференцированном ощущении идентичности. Видимая, но не слишком толстая, эта линия обычно показывает хорошо определенное ощущения собственной идентичности, с ясно установленными психологическими границами между собой и окружающими.

Большинство мандал будут содержать несколько форм, а то и множество. Формы могут пересекаться или показывать слои, создающие впечатление глубины. Формы могут появляться в



Целительное колесо коренных американцев (по Стромму 1972:6)

беспорядке, или они могут создавать четкий рисунок. Обратите внимание на форму, появившуюся в центре вашей мандалы. Возможно, в этот период она будет для вас особенно важной. Говоря в общем, формы, появляющиеся в нижней половине, относятся к материалу бессознательного. То, что появляется в верхней половине, обычно символизирует материал, близкий к сознанию и, таким образом, более понятный. (обратитесь к стр.35 за информацией о расположении в мандалах). Разнообразие форм в мандалах неисчерпаемо. Не существует правильных или неправильных рисунков. Ваша мандала – это просто то, что происходит, когда вы заполняете круг цветами и формами.

Анализируя формы мандалы, вы должны так же рассматривать числа. Иногда ваше бессознательное может включить графическую форму числа в рисунок мандалы. Например, вы можете обнаружить закорючку, похожую на цифру девять. Тем не менее, чаще число будет аспектом других форм. У цветка может быть шесть лепестков, и таким образом, число шесть может быть важным в вашем символизме, так же как символ цветка сам по себе.

Подсчет количества форм в мандале может быть полезным для понимания ее значения. Вы можете обратить внимание на количество лучей у звезды, количество «розовых капель», или даже на количество цветов, которые вы интуитивно выбрали. Анализируя значение чисел, вы можете так же спросить себя, чем для вас была жизнь в том возрасте, который показывает это число.

Все линии, числа и формы, которые появляются в ваших мандалах, имеют свое значение. В определенное время они правильны, уместны и информативны для вас. Акт создания вашей мандалы и разглядывания этих форм может иметь глубокое значение. Вам может быть достаточно уже этого, и вы не захотите идти дальше. Тем не менее, вы можете найти, что изыскания в значениях символов мандалы может сделать ваш опыт еще более вознаграждающим.

Символические значения форм в мандалах часто становятся понятными при помощи простых техник ведения записей в дневнике, описанных в главе 2. Для дальнейшего понимания ва-

ших символов остаток этой главы посвящен описанию некоторых чисел и форм, часто встречающихся в мандалах. Я переплела традиционный символизм религии, психологии и мифологии. Чтение этой информации может помочь вам расширить значение ваших собственных символов.

ОДИН

Цифра один означает индивидуальность, единство и начало. Один символизирует начало процесса. Как единственный желудь, с которого начинается дерево, единица говорит о возможности стать чем-то гораздо большим. Единичные формы или рисунки в мандалах могут намекать на зарождающиеся возможности, распространяющиеся в душе.

Один – это первая цифра, поэтому она каким-то образом символизирует все числа. Т.к. единица может сказать и о себе, и о бесконечном количестве чисел, она является символом единства. Юнг считал один «единством, Единым, Всеединством, индивидуальностью и отсутствием индивидуальности – не числовым, но философским понятием, архетипом и качеством Бога, монады» (1965:287).

Цифра один говорит так же и о состоянии ума. Это такой образ мышления, при котором отсутствуют противоположности. Все переживается как целостное единство не разграниченное на отдельные вещи. Подобное интуитивное сознание описывается мистиками. Как ни странно это может звучать, каждый из нас испытывал подобные состояния.

С точки зрения психологии, переживание единства присуще всем нам в период младенчества (Юнг, 1976b). До выделения нашей идентичности из мира переживание окружающего мира было единым. По мере того, как человек взрослеет, функции мышления, чувств, ощущений и интуиции дифференцируются и становятся доступными сознанию. Состояние ума человека, сознанию которого доступна лишь одна из четырех функций, все еще очень близко к начальному уму. Как это описывает Юнг, это время, когда «человек все еще наивно участвует в своем окружении в состоянии некритичной бессознательности, подчиняясь явлениям таким, какие они есть» (цит. фон Франц, 1986:124).

Когда вы создаете мандалу, содержащую один символ, или, возможно, даже лишенную форм и закрашенную только цветом, вы, может быть, испытываете состояние сознания, похожее на описанное Юнгом. Оно напоминает ощущения, знакомые вам по самому раннему возрасту. Вы можете чувствовать себя пассивным, благословенным и любящим. Во взрослом возрасте вы можете определить это как трансперсональное состояние.

Цифра один может говорить и о совсем другом качестве. Оно может передавать суть индивидуальности. Утверждение, похожее на «Я – номер один», выражает высокий уровень самооценки, даже самомнение, что сильно отличается от мистического осознания реальности. Тем не менее, оно выражает истину, которую мы все знаем: каждый из нас – отдельная личность, единственная в своем роде. Один может быть символом уникальности личности, с ее или его уникальными возможностями того, кто мы есть и кем мы можем стать. Оно может символизировать всю личность.

Хорошо бы помнить, что все мандалы, будучи одиночным круговым рисунком, несут в себе значение «один». Т.к. число один выражает идею единства, целостности и индивидуальности, то, когда вы создаете свою мандалу, вы помещаете перед собой образ своего бытия. Это одна из причин, по которой рисование мандал может быть столь комфортным. Оно отражает факты и возможности вашего собственного существования, вашей неприкосновенности и целостности.

ДВА

Число два «разделяет, повторяет и порождает симметрию» (фон Франц, 1986:74). Герхард Дорн, алхимик, верил, что число два появилось во второй день творения, когда воды были отделены от земли. Еще до времен Дорна, во времена Пифагора, число два символизировало материю (фон Франц, 1986).

Разделение на воду и землю – шаг прочь от первичного единства, характеризующего начало. Два – это символ этого первого шага дифференциации, выход из единства и к противоположностям. Для многих это движение от гармонии к борьбе. Таким

образом, согласно Дорну, два ассоциировалось с «началом всего беспорядка, разногласий и борьбы» (цит. фон Франц, 1986:90).

Два так же связывается с Евой – согласно Библии, она была создана второй. Со временем два стало относится к «двуполостности всего, или к дуализму» (Сирло, 1962:222). Два так же символизирует соединение полов и брак. Более широко, два может говорить о гармоничном разрешении столкновения противоположностей или состояние равновесия противоположных сил.

Некоторые источники считают два тенью, и используют это число для предположения о втором, меньшем аспекте личности, который, тем не менее, имеет с ней тесную связь. Идея отраженного образа так же ассоциируется с двойкой. Множество народных сказок основаны на теме близнецов, разделенный при рождении и живущих в совершенно различных условиях, чтобы позже воссоединиться. Другие рассказы, такие как история Люцифера, падшего ангела, ставшего дьяволом, говорят об отказе, разделении и удалении в темноту какой-то части нас.

В мандалах вы можете обнаружить число два, связанное с образом архетипа тени. Тем не менее, когда появляются две похожие формы, они говорят кое о чем другом. Юнг сделал наблюдение, что парный мотив «показывает сознательную реализацию, т.к. содержание бессознательно выходит на поверхность, разделенное одновременно на две части, сознательную и бессознательную. (1973b:86). Например, два одинаковых цветка, двойные фигуры людей или геометрические формы могут символизировать содержание, поднимающееся из бессознательного. Выяснение того, что означают рисунки через личные ассоциации, могут помочь нам понять информацию, приходящую к нам.

Два так же относится к человеческому телу. Множество органов и частей нашего тела – парные. Мы смотрим на мир двумя глазами. Мы ухватываем его двумя руками, хотя иногда мы и обнаруживаем, что правая рука не знает, что творит левая. Наша двойственная природа распространяется даже на функционирование мозга.

Кроме того, число два является неотъемлемой частью взаимоотношений. Любящие составляют пары. Ритуал бракосочетание трансформирует любовников в мужа и жену. С началом роди-

тельской роли новое существование представлено связью между матерью и ребенком. Два говорит об интимности.

В своей работе с четырьмя функциями, Юнг заметил определенное состояние сознания у людей, две функции которых были доступны сознанию, тогда как две другие оставались бессознательными. Оно характеризуется «дуализмом в восприятии мира и бога, [из которого] возникали напряжения, сомнения и критика Бога, жизни, природы и самого человека» (цит. фон Франц, 1986:125).

Два выглядит как выпадение из единства и передает состояние напряжение, разделения и конфликта. Если мы посмотрим на два как на священный союз противоположностей, оно станет целительной связью, возвещающей возвращение гармонии. Мандала может нести и то, и другое послание. Используйте ассоциации, чтобы помочь себе определить, какое из них отражает ваши текущие переживания.

ТРИ

Три говорит о жизненной силе, энергии и движении. Фон Франц считает, что три «связано с принципами интеллектуального и физического движения» (1986:101). Согласно китайской традиции, три и все последующие нечетные числа разделяют энергетическое качество ян, мужского принципа. Сказки часто основаны на трех неожиданных приключениях, которые ускоряют ход событий.

В общем смысле, можно сказать, что число три символизирует динамический процесс. Жизненность трех становится результатом разрешения тупика двойственности, символизируемого двумя, через создание чего-то нового. Согласно Пифагору, число три представляет завершенность. Он считал, что три представляет начало, середину и окончание.

Три является важным показателем стадий жизни семьи и ее членов. Три может символизировать единство семьи, появляющееся с рождением ребенка. Три так же может представлять стремление личности установить границы своей идентичности по отношению к родителям. Мы часто думаем о толчке к независимости как о типичном на детской и подростковой фазах раз-

вития. Тем не менее, тройственность может стать значимой в ваших мандалах, всегда, когда возникает энергия, побуждающая независимое мышление или действия.

Когда три из четырех функций выделяются из бессознательного и становятся доступными сознанию, человек испытывает определенное состояние сознания. Юнг пишет, что это состояние сознания «указывает на инсайты, пробуждение сознания и открытия единства на более высоком уровне» (цит. Фон Франц, 1986:128). В другой своей работе Юнг заявляет, что «три говорит о преобладании способности к формированию и восприятию идей и воли» (Юнг, 1974:276). Фон Франц объясняет, что сознание, прообразом которого является тройственность, имеет в себе элементы сознания эго. То есть, то, что мы можем узнать, относится к интеллекту и основано на «чисто воображаемой точке зрения на мир» (фон Франц, 1986:128). Это определяется тем фактом, что, тогда как три из четырех функций доступны сознательному эго, четвертая остается окутанной таинственным подсознательным. Мудрость законченной точки зрения приходит из контакта с подсознанием через четвертую функцию.

С самых древних времен число три было наделено священными качествами. Например, Бог в христианстве един в трех лицах. Другие религии так же включают в себя тройственность божественного. Культы языческих богинь задолго до христианства обычно проявлялись в трех определенных формах: девственница, мать и старуха. Символом богинь был треугольник. В язычестве три было числом женственности.

Упоминание трех темных дней или трех ночей в подземном мире часто появляется в священной литературе, мифах и сказках. Христос был погребен в течение трех дней, Иона на тот же срок попал в желудок кита. Еще одна тема – богиня луны отдыхает три ночи в течение новолуния. Подобные истории содержатся в легендах народов от юга тихоокеанского региона до Британских островов.

Юнг описывает мотив трех дней или ночей как обычное выражение в истории о героях - «ночное заключение» (1976b:331). Это инкубационный период, когда герой трансформируется. Это метафора столкновения с бессознательным, которое пугает, но так

же позволяет измениться. Такие истории предоставляют структуру, которая помогает человеку понять его или ее опыт взаимодействия с бессознательным через четвертую, недифференцированную функцию, которая все еще спрятана.

Когда ваша мандала характеризуется тройственностью, вы можете переживать подъем жизненных сил, восхищение и тягу к независимости. Вы можете выражать некий аспект вашей духовности или системы верований. Три может объявлять о начале героического путешествия во тьму, чтобы столкнуться там с обучением или мудростью через сны, истории или удивительные открытия о самом себе.

ЧЕТЫРЕ

Четыре говорит о балансе, целостности и завершенности. Четыре устанавливает границы, определяет пределы и организует пространство. Календарный год разделен на четыре периода. Мы ориентированы в пространстве относительно четырех направлений. Мы измеряем земельные участки и располагаем города соотносясь с квадратом, у которого четыре стороны.

Четвертичность существует в природе в цветах, кристаллах и четырехлапых созданиях. Изучая природу, греки выявили четыре элемента (земля, воздух, огонь и вода), из которых, как они полагали, составлены все вещи. Парацельс, христианский алхимик, установил тождество состоящей из четырех частей психики и естественного порядка, установленного более ранними мыслителями (Юнг, 1983). Юнг подтвердил интуитивные догадки Парацельса своими собственными клиническими исследованиями, обнаружив четыре функции, при помощи которых мозг обрабатывает информацию.

Прямая логика квадрата олицетворяет рациональность, которую некоторые ассоциируют с мужественностью. Тем не менее, четыре традиционно представляет женственность, как начало всего. Китайцы связывают четыре с инь – темной, влажной, принимающей женственностью. Европейские алхимики так же считали четыре числом женственности. Полный алхимический процесс выражался аксиомой Марии, математическим выражением $3+1$, или четырьмя (Юнг, 1983:151).



Рис.1 Цветок моря, мандала, нарисованная женщиной средних лет.



Рис.2 Цветовой круг.



Рис.3 Мандала Дебби, нарисованная в период принятия важного решения.



Рис.4 Первая мандала Ниты Сью, предвещающая усиление конфликта.



Рис.5 Во второй мандале Ниты Сью цветок, запечатанный в черной коробке, намекает на процесс внутренней трансформации.



Рис.6 Слишком сильный нажим привел к тому, что бумага в центре мандалы, нарисованной Нитой Сью, порвалась. Этим деструктивным актом сопровождался ее прорыв к новым способам существования.



Рис.7 Следующая мандала Ниты Сью показывает переформирование границ эго в новую форму, символизируемую «глазом», который означает «Я».



Рис.8 Этот рисунок Ниты Сью – радужная мандала, показывающая, сколь значительной была реорганизация ее психической энергии.

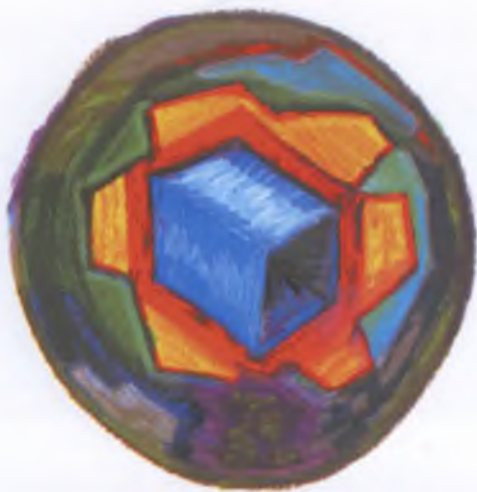


Рис.9 Последняя в серии мандала Ниты Сью показывает консолидацию ее внутренней работы.



Рис.10 Первая мандала Мерилин отражает наличие большого количества энергии.



Рис.11 Вторая мандала нарисована Мерилин, чтобы сдержать эту энергию.



Рис.12 Первые мандалы Лори с деревьями представляли собой безжизненные силуэты, освещенные луной.



Рис.13 Дерево в этой мандале, нарисованной Лори, пытается заполнить пространство внутри круга.



Рис.14 Огромная волна, нависшая над маленькой лодочкой и грозящая ее затопить, символизирует столкновение Лори со смертью.



Рис.15 Лори использовала мандалы для позитивной визуализации в течение курса облучения при лечении от рака.



Рис.16 Последняя мандала Лори с деревьями отражает ее воскрешение от состояния, близкого к смерти.

Некоторые культуры считают ритмы, в которых проявляется вселенная, четырехкратными. Священный звук «ОМ», «мать мантр», считается индийцами источником творения. Когда он пропевается, звучат звуки «А», «О», «У», и беззвучный вдох. Таким образом, все вместе состоит из четырех элементов. Таким же образом мы можем увидеть, что четыре является и качеством времени: прошлое, настоящее и будущее завершаются статичным пространством, в котором происходят изменения (Юнг, 1979).

Кажется, что четверичность часто использовали в символах, которые пытаются определить взаимоотношения с реальностью, превышающей пределы человеческого понимания (фон Франц, 1986). Оно используется в священных картинах, архитектуре и мифологии, говоря о взаимосвязанной работе вселенной. Буддистские храмы окружены квадратными стенами с четырьмя воротами. Считается, что подобное расположение отражает божественный порядок космоса. Целительное колесо коренных американцев, которое также создавалось как отражение вселенной, разделено на четыре направления. В египетской мифологии четыре сына Гора были колоннами, поддерживающими небеса. Четыре евангелиста в христианстве повторяют более ранние библейские темы, такие как четыре херувима, поднявшие небесный свод, в видении Иезекиля.

Четыре часто встречается в символизме личных мандал. Если мы согласимся с Юнгом в том, что психика имеет четырехкратную структуру, тогда это число может представлять активность всех четырех функций. Процесс, при помощи которого достигается такое состояние, делает возможным взаимоотношения функции, которая спрятана в подсознании (наименее развитой), с теми, которые находятся в сознании (три более дифференцированные функции). Одна из функций остается и всегда будет оставаться в сфере бессознательного, тогда как три другие будут доступны сознанию.

Когда установлена связь между сознанием и бессознательным, человек переживает новое состояние сознания. Согласно фон Франц, «наши умственные процессы более не вращаются вокруг интеллектуального теоретизирования, но становятся

участниками творческого приключения - 'осуществления акта бытия'» (1986:131). Состояние более глубокого осознания похоже на то, как «наблюдатель чувствует себя участником на уровне мышления и *существует*» (там же, 128).

Четвертичность возникает в наших мандалах, когда наша идентичность тесно переплетается с моделями архетипа Самости. Это может случиться, когда мы чувствуем себя сильными, героями и нас просто разрывает энергия. Как ни странно, влияние Самости может быть наиболее видимым в переходные моменты, когда мы чувствуем опустошенность из-за того, что привычное функционирование нашего эго нарушено или подвергнуто сомнению. В подобные периоды четвертичная структура Самости сияет через наши мандалы, отражая свои функции матрицы и хранителя эго. Самость играет роль моста к новому способу существования, иногда награждая нас восхитительными мандалами, когда мы особенно нуждаемся в поддержке для дальнейшего продвижения.

Тем не менее, по ту сторону психологической целостности, число четыре может говорить об интуитивной попытке человека узнать свое место в космосе. Юнг (1973b) рассматривал мандалы с числом четыре как естественную попытку части души установить символическую структуру, при помощи которой может быть достигнуто понимание окончательной реальности. Создание мандалы устанавливает для человека психический эквивалент космоса, естественным элементом которого он является. Согласно фон Франц (1986), ритмическая конфигурация числа четыре играет особую роль в этом процессе.

Когда вы создаете мандалы с рисунками четвертичности, ваша рука управляется необходимостью ощущения баланса, гармонии и порядка. При помощи расположения четырех диаметральных противоположности могут быть совмещены в модели целостности. Это отражает внутренний процесс, через который ваша душа раскрывает, исцеляет и создает себя заново в своем стремлении к целостности, созданном архетипом Самости. С мандалами, содержащими четыре, вы интуитивно достигаете понимания самого себя, вселенной и вашего места в ней через древний символизм.

Относительно числа четыре вы можете так же захотеть просмотреть главы, посвященные кресту (стр.120) и квадрату (стр.134).

ПЯТЬ

Пять – это число естественной целостности. Оно часто встречается в природе – количество лепестков цветка, плавников у рыб или сегментов сердцевины яблока. Пять относится так же и к физической реальности тела. На каждой руке у нас по пять пальцев, так же как и на каждой ноге. Когда мы стоим прямо на земле, расставив ноги и разведя руки в стороны, у нас пять вершин – руки, ноги и голова.

Такая поза, прочно основанная на земле и достигающая максимального распространения, одно из традиционных значений числа пять. Она говорит о человеке, направленном наружу и вовлеченным в реальность. Как говорит Юнг, «пять – это число «естественного» человека, постольку поскольку он состоит из туловища с пятью конечностями» (1973b:89). В контексте христианства пять естественного человека становится сознательной уязвимостью Бога, становящегося человеком: Христу было нанесено пять ран.

Т.к. пять часто можно видеть у растений, оно ассоциируется так же с цветением весны. Согласно Сирло, пять «означает органическую полноту жизни в противоположность ригидности смерти» (1962:225). Более широко пять так же может символизировать здоровье, любовь и сексуальность.

В Китае число пять – символ целостности, соответствующий европейскому пониманию числа четыре. Как объясняет фон Франц, пять представляет «центрированное четыре /рис. стр. 101/» (1986:120). Для китайцев число пять означает элемент земли, которая несет на себе и сосредоточивает в себе все сущее «в центре начала бытия» (там же, 123). Похожая идея относительно числа пять находится в средневековой естественной философии запада. Это идея *квинтэссенции*, имеющей отношение к философскому камню. Согласно фон Франц, «квинтэссенция добавляется к первым четырем как пятый элемент, но представляет

наиболее чистый из них, духовно представляемое единство четырех элементов» (там же, 120-121).

Мандалы, характеризующиеся пятью, могут открывать ваше активное вовлечение в реальный мир, воплощение в жизнь вашего личного взгляда на реальность. Ощущение миссии может вдохновлять вас на активный, энергичный подход к достижению целей. Ваше стремление будет регулироваться ясным чувством ваших возможностей того, что может быть сделано и как работать внутри существующих социальных структур для выполнения этого. Когда вы видите пять объектов или пятиричный рисунок в ваших мандалах, вы можете рассмотреть, относится ли значение к органической полноте вашего тела, к вашей способности ухватиться за что-то или к вашему искреннему желанию отдать миру частичку себя.

ШЕСТЬ

Шесть – число творчества, совершенства и равновесия. Библейская история о творении описывает шестой день как день, когда Бог создал мужчину и женщину и сказал им: «Плодитесь и размножайтесь» (Бытие 1:28). Греки так же считали число шесть «наиболее подходящим для произведения потомства» (Юнг, 1983:266). В своей философии чисел они считали важным, что шесть получается из двух и трех, т.к. они придают числам качества пола. Два – женственности, а три – мужественности, и таким образом шесть представляло сексуальное объединение мужского и женского. Как объясняет Юнг, «число шесть означает творение и эволюцию, как *coniunctio* двух и трех (четного и нечетного = мужского и женского)» (1973b:88).

Шесть, в силу того, что оно символизирует объединение противоположных полов, может представлять целостность. Эта идея прекрасно проиллюстрирована в Шри Янтре, мандале, являющейся священной частью индуизма. Она состоит из взаимопроникающих треугольников. Треугольники, направленные своей вершиной вниз, представляют женский принимающий принцип, тогда как те, что направлены вверх – мужской, активный. Каждой парой треугольников образуется шестиконечная

звезда. Для индуистов Шри Янтра представляет взаимосвязанность всех форм жизни.

Число шесть так же имеет древнюю традицию в женском символизме. Пифагорейцы говорили о шести как о «Матери». Для китайцев шесть так же было женским числом, наделенным пассивными принимающими качествами инь. Шесть использовалось в священных представлениях как сексуальность богини Афродиты. Уолкер предполагает, что именно в связи с сексуальным аспектом женской божественности, в христианстве шесть стало «числом греха» (1988:68).

Шесть так же может представлять завершение творческого цикла, как библейский шестой день Творения. Как цветок, раскрывшийся настолько полно, насколько это вообще возможно, или плод на пике своей зрелости, шесть может относиться к прекращению роста, активности или творческого импульса. Оно говорит о паузе, которая следует за завершением акта творения. Этот момент богат красотой, гармонией и завершенностью, хотя внутри себя он содержит предзнаменование разложения.

Когда шесть появляется в ваших мандалах, вы можете находиться в завершающей стадии какого-то проекта, который требовал большого количества вашего времени и энергии. Возможно, вы переживаете паузу, во время которой вы можете насладиться чувствами удовлетворения, законченности и даже гордости. Ваши достижения так же могут быть эмоционального плана. Вы можете ощущать внутри себя кристаллизацию множества элементов в гармоничный рисунок, так что вы отвечаете на него на физическом, ментальном и духовном уровне. Шесть в ваших мандалах может отмечать достижение целей, замедление творческой активности или углубление чувства духовности.

СЕМЬ

Семь – корень числового мистицизма древности. Семь планет почитались как боги, и число семь везде внушает благоговение. Семь цветов составляют радугу, которая считалась мостом от богов на землю. Для того, чтобы отмечать время, была установлена семидневная неделя, и каждому богу был приписан определенный ее день. Когда-то даже считалось, что наша гамма, со-

стоящая из семи нот, происходит от семи планет-богов, и, таким образом, является отражением небесной гармонии.

Семь ассоциируется со способами ориентации и определения цели в священном пространстве. В традиции коренных американцев существует семь направлений. В дополнение к обычным четырем – север, юг, восток, запад – они включают направления вверх, вниз и центр, или сам человек. Коренные американцы обращаются к каждому направлению, организуя пространство для ритуалов. Это необходимое начало для соблюдения любого из них.

В древней литературе число семь обозначает завершение цикла времен. Библейская история творения рассказывает нам, что Бог закончил работу и отдыхал от своих трудов на седьмой день, и что он благословил седьмой день, так как тот отмечал завершение его работы. В другой истории друзья Иова пришли утешить его и они «сидели с ним на земле семь дней и семь ночей» (Иов, 2:13).

Число семь появляется во многих других контекстах иудео-христианской традиции. Чтобы выразить свое смирение, Иаков поклонился своему брату семь раз. Кроме того, существуют упоминания семи даров Святого Духа, семи смертных грехов и семи радостей и семи печалей Девы. Частое появление числа семь говорит об его нуминозности в европейской культуре. Эта традиция имеет свое продолжение в примете, что семь – счастливое число.

Древние язычники чтили число семь, так как оно составляет целое из трех и четырех. В божественной традиции число три представляет женственность, т.к. оно связано с треугольником, символом первичной божественной матери. Число четыре считалось мужским. Отсюда, семь представляет объединение мужского и женского, священную целостность.

Алхимическая традиция так же отводит числу семь важное место. Работа по трансформации первичной материи во что-то бесценное проходила в семь фаз (Юнг, 1983). Тайная химическая процедура, описанная алхимиками, проходила вместе с их собственной внутренней работой, через которой алхимики стремились перейти от невежества к просветлению. Тогда семь

может представлять последнюю стадию этого трудного процесса трансформации. Согласно Юнгу, «"семь" означает самую высокую стадию просветления и, таким образом, является тайной целью всех желаний» (1974:137).

Когда семь появляется в наших мандалах, возможно, мы резонируем с древней священной традицией, которая делала это число особым. Возможно, мы можем захотеть обратить внимание на естественные ритмы времени и воздать им честь, с почтением вспоминая о наших предках, для которых святым был каждый день. Семь так же может говорить о завершении определенной фазы нашей жизни, о деле, пришедшем к своему разрешению или о исполнившемся желании. Так же числом семь может быть подчеркнут баланс мужского и женского аспекта в нас. Число семь переносит свое божественное прошлое в наши мандалы, где оно приносит удачу на пути поиска самого себя.

ВОСЕМЬ

Восемь – это число стабильности, гармонии и возрождения. В христианской традиции восемь ассоциируется с воскресением, т.к. Христос воскрес из могилы на восьмой день после того, как вошел в Иерусалим. Крещение считается возрождением, которое напоминает о воскрешении Христа. В средние века восемь было символом воды крещения. Фергюсон (1961) отмечает, что многие купели для крещения включают в себя символизм воскрешения – восьмиугольные формы.

Графическая форма числа восемь намекает на значения, имеющие мало отношения к исчислению. Например, число восемь напоминает знак бесконечность и может показывать безграничное спиральное движение космоса. В силу своей формы, восемь напоминает переплетенных змей кадуцея, символа врачевания (Сирло, 1962). Оно может, как кадуцей, отмечать сбалансированность противоположных сил. Своей двойной формой восемь так же говорит о тесно связанной паре, такой как любовники, мать и дитя, жена и муж.

Восемь так же проявляется в колесе с восемью спицами, древнем символе солнца как божественного управителя бесконечных изменений (Сирло, 1962). Когда колесо поворачивается, одна его

половина идет вниз, другая – вверх. Точка на ободке колеса иногда поднимается вверх, иногда идет вниз, и всегда движется от одного преходящего состояния к другому. Тогда, колесо, вероятно, символизирует противоположности, танцующие вместе создавая трансформацию в жизни человека. Число восемь может указывать на неумолимое вращение колеса жизни.

Юнг считал восемь числом целостности, так как оно кратно четырем, преимущественный символ Самости. В мандалах своих клиентов Юнг наблюдал, что четвертичный рисунок обычно распространяется в рисунки из восьми или более элементов: «четвертичность в центре мандалы часто становится 8, 16, 32 или больше, распространяясь к периферии рисунка» (1974:279).

Восемь в вашей мандале отражает сильное влияние архетипа Самости, которая предоставляет центральную точку фокусировки вашей внутренней жизни, но ее рисунки лежат вне нашей способности к пониманию. Удивление внезапного изменения – это и дар Самости, и трансцендентная гармония. Вы можете обнаружить, что восемь в ваших мандалах представляет совершенно сбалансированную организацию пар противоположностей, идей, или людей, которая предвещает важные изменения в вашей жизни.

ДЕВЯТЬ

Девять представляет группу ангелов, внимательный синтез и загадку человеческого существования. Юнг пишет, что в древних традициях девять представляет «сообщество богов» (1974:139). Библия упоминает девять ангельских чинов. В средневековом христианстве числом девять символизировался наиболее таинственный элемент Троицы, Святой Дух. Девять – традиционный символ благожелательных духовных сущностей.

В европейской эзотерической философии девять символизировало космологию, основывавшуюся на трех планах бытия. Те, кто верил в эти тайные мистические идеи, считали, что вселенная и все ее создания существуют на физическом, интеллектуальном или духовном уровнях. Девять считалось полным образом этих трех миров. Хотя каждый план был уникален и отделен от других, в определенных условиях элементы из различных

уровней могли быть смешаны с удивительными результатами. Считалось, что подобное смещение особенно действенно при приготовлении исцеляющих снадобий. Повторная дистилляция и смешивание увеличивали действенность лекарств еще больше. Смешивание элементов трех уровней три раза было самым действенным. Согласно Сирло, «в целительских ритуалах [девять] – символическое число в особенности, так как оно представляет тройной синтез, т.е. размещение на каждом плане телесного, интеллектуального и духовного» (1962:223).

В нашей системе исчисления девять – последнее. После числовой ряд возвращается к объединяющей единице в числе десять. Оно говорит о дифференциации, которая предшествует новому и более истинному единству. Прогрессивный цикл дифференциации и упрощения, ассоциирующийся с десяткой, зафиксирован с старой сказке, упоминаемой Юнгом. Это рассказ о спрятанном сокровище. Согласно Юнгу, «сказано, что сокровищу... требуется девять лет, девять месяцев и девять ночей, чтобы появиться на поверхности, и если оно не будет найдено в последнюю ночь, то погружается в недра, чтобы начать все сначала» (1974:158).

Символизм, связываемый с числом девять, выражает мистические реальности человеческого существования. Мы все – создания разных уровней. Мы – физические существа, которые думают и у которых есть душа. Девять в наших мандалах может говорить о том, что мы существуем в более целостной реальности, когда все – физическое, умственное и духовное – интегрировано. Число девять символизировало истину в мистической древнееврейской традиции. Возможно, оно появляется в наших мандалах, чтобы напомнить нам о нашей собственной истинной природе.

Девять в мандалах может сигнализировать о возможности синтеза в вашей жизни. Оно может возвещать присутствие положительных духовных энергий, которые укрепят ваше стремление к личностному росту. Девять может быть напоминанием о необходимости уравнивания физического, умственного и духовного аспекта нашего существования. Девять – это трижды три, и вы также можете посчитать это число веским повторением послания, содержащегося в числе три. Хотя девять мо-

жет быть сложным рисунком в мандалах, оно появляется, чтобы отразить состояние энергии, возбуждения и возможностей, порожденных духовностью.

ДЕСЯТЬ

Десять традиционно считается числом безупречности, морали и реализма. В европейском мистицизме десять – символ возвращения к единству. В иудаизме десять символизирует Бога, который, считается, включает в себя десять взаимно переплетающихся божественных качеств. Обычно для того, чтобы начать иудейскую религиозную службу, необходимо присутствие десяти старейшин.

Иудо-христианская традиция содержит хорошо известный моральный кодекс, называемый Десятью заповедями. Эти заповеди продолжают служить многим людям идеалом, относительно которого они строят свое поведение. Они столь хорошо знакомы каждому, что число десять само по себе может символизировать моральный кодекс. Лишнее подтверждение этому – факт, что традиционно десять представляет безупречность.

Число десять так же укоренено в недуховных традициях. У нас десять пальцев, которыми мы касаемся, удерживаем и ласкаем. Десять является основой системы счисления, при помощи которой мы считаем и вычисляем. Математика очень абстрактна, но все же кажется вероятным предположение, что давным-давно она началась с подсчета пальцев. Десять может символизировать наши замечательные пальцы и то, что они дают нам возможность двумя руками держаться за реальность. В своем написании десять иногда символизирует брак (Сирло, 1962). Ноль намекает на женскую сексуальность, тогда как единица – напоминает мужественность. Пара этих двух форм в числе десять – наглядное представление того, что мужское и женское тесно взаимосвязано. Число десять может показать баланс между противоположными полами.

Десять в ваших мандалах может говорить о вашей приверженности традиционным нормам морали или восстании против них. Оно может отражать активный подход к жизненным реалиям или намекать на старейшин, которые поддерживают то,

что вы делаете. Десять может подчеркивать ваши взаимоотношения с противоположным полом. Число десять в ваших мандалах может показывать духовное вдохновение, чувство равновесия или практический подход к жизни.

ОДИННАДЦАТЬ

Одиннадцать – это символ перехода, конфликта и необходимости поиска равновесия. Так как одиннадцать больше десяти, а десять традиционно означает безупречность, некоторые считают, что одиннадцать представляет излишество (Сирло, 1962). Т.к. оно происходит из десяти, это ведет к тому, что одиннадцать ассоциируется с изменениями, риском и даже мученичеством. О нем можно думать как о символе разрушения статической безупречности.

В еврейской мистической традиции Каббалы считается, что бытие произошло из десяти эманаций из Одного, или Бога. Десять эманаций составляют мир и четыре мира последовательно разворачиваются один из другого, чтобы в конце концов проявился мир, который мы знаем. В точке перехода из одного мира в другой существует одиннадцатая, невидимая эманация, называемая Даат, или Знание. Божественный Дух проходит сквозь Даат, когда он покидает один мир и порождает следующий. Поэтому одиннадцать управляет смертью и возрождением.

У китайцев другой взгляд на одиннадцать. Согласно фон Франц, у них одиннадцать «не считается количественным значением суммы одного и десяти. Скорее, оно отмечает единство десяти» (1986:65). В качестве символа целостности китайцы используют число одиннадцать для представления Дао, священного образа жизни. Китайское понятие Дао сложно перевести на английский. Юнг предположил, что подходящим переводом может быть «жить осознанно, или путь осознания» (1983:20). Далее он объясняет:

Если мы посчитаем Дао методом или способом осознания, при помощи которого можно объединить то, что разделено, возможно, мы приблизимся к психологическому значению этой идеи... тем не менее, без сомнения, реализация противоположности спрятана в бессознательном... и

означает объединение вновь с бессознательными законами нашего бытия; и цель этого объединения – обретение осознанной жизни или, в терминах китайской традиции, реализации Дао (там же, 21).

Европейская традиция рассматривает одиннадцать в качестве знака разногласий, смерти и возрождения. Китайская – как символическую модель образа жизни. Эти точки зрения кажутся взаимоисключающими, но возможно, они таковыми не являются. Вынесение своих противоположных аспектов на свет сознания порождает раскол. Юнг описал это как «жестокий и агонизирующий процесс трансформации» (там же, 107). Возможно, число одиннадцать в ваших мандалах отражает конфликт, находящийся в важном переходе в процессе, который продвигает вас к более полной реализации того, кем вы являетесь на самом деле.

ДВЕНАДЦАТЬ

Двенадцать символизирует космический порядок, подвиги Геракла и спасение. Оно связано со знаками Зодиака и числом месяцев в году. Иногда двенадцать представляет завершение временного цикла. Оно появляется в мифах, снах и сказках. Двенадцать так же является частью символизма различных религиозных групп. Юнг отождествляет двенадцать с процессом роста, который он называет индивидуацией.

Двенадцать весьма заметно в греческой мифологии. Число богов Олимпа – двенадцать, не включая их правителя, Зевса. Необходимо упомянуть историю греческого героя Геракла из-за появления в ней числа двенадцать. Во искупление убийства тех, кого он любил, из-за временного помешательства, Геракл должен был провести двенадцать лет в услужении царя Эврисфея. Эврисфей потребовал от Геракла выполнения двенадцати невозможных дел для того, чтобы тот смог обрести свободу. В конце концов Геракл преуспел в этом, иногда не без божественного вмешательства.

Двенадцать подвигов Геракла иногда связывают с двенадцатью знаками Зодиака (Грейвз, 1981). Завершение двенадцатого подвига освободило Геракла от его рабства и закрыло определенную главу его жизни. Точно так же год, состоящий из двенадцати

месяцев, отмечает определенную фазу в нашей жизни. Завершение года дает нам возможность оглянуться, пересмотреть и оценить наш опыт.

Двенадцать является интегральной частью таких религий, как иудаизм, христианство и буддизм. Евреи прослеживают свое происхождение от двенадцати сыновей патриарха Иакова. Потомки сыновей Иакова сформировали двенадцать родов Израиля. Двенадцать драгоценных камней украшают нагрудник высшего духовного чина, а в жизнеописании Моисея выделяется двенадцать особых эпизодов.

Христиане используют двенадцать в качестве символа того, кто принял веру. Оно так же представляет апостолов – тех, кого выбрал Христос в качестве первых христиан. Иногда значение двенадцати распространяется на всех, кто был крещен, на всю христианскую церковь (Фергюсон, 1961). Двенадцать напоминает о Рождестве, которое традиционно празднуется в течение двенадцати дней, с 25 декабря до 6 января, Крещения.

Буддизм включает идею гороскопа из двенадцати месяцев в свою систему верований. Круг гороскопа представлен в качестве лотоса с двенадцатью лепестками. Каждый лепесток, представляющий месяц, назван по имени животного. Качества животного соотносятся с качествами времени года. Буддисты так же верят, что годы группируются в двенадцатилетние циклы, соответствующие порядку Зодиака. Каждый год имеет качества, связываемые с символическим животным года.

Двенадцать появляется во множестве сказок, обычно как количество персонажей какой-либо группы. Например, двенадцать добрых фей пришли предложить свои дары в сказке о Спящей Красавице. В сказке братья Гримм «Двенадцать братьев» (1944) принцы были освобождены от заклятья, превратившего их в воронов, благодаря непоколебимой верности их сестры. В «Двенадцати охотниках» (братья Гримм, 1944) принцесса и ее слуги замаскировались для того, чтобы быть ближе к любимому принцессе, который был обручен с другой. В конце концов любящие объединились. В каждой сказке группа из двенадцати героев кажется метафорой течения времени, которое должно быть пережито, пока что-то новое не войдет в жизнь.

Юнг столкнулся с числом двенадцать в снах и рисунках людей, с которыми он работал. В анализе мисс Х. число двенадцать появилось как сверкающие ленты, окружающие земной шар в ранних мандалах. По ее словам они означали «высшую или поворотную точку в процессе развития» (цит. Юнг, 1973b:22). Для нее оказалось, что двенадцать представляет интенсификацию процесса индивидуации. В другом месте Юнг писал, что «число двенадцать – символ времени, с дополнительным значением двенадцати подвигов, которые должны быть выполнены для бессознательного, прежде чем человек сможет получить свободу» (1973a:119).

Под «двенадцатью подвигами» понимается тяжелый труд на пути к индивидуации. В другой своей работе Юнг (1979) связал число двенадцать с целостностью – целью, к которой нас ведет индивидуация.

Двенадцать в ваших мандалах имеет отношение к вращающемуся колесу Зодиака, и привлекает внимание к течению времени и завершению цикла. Например, вы можете увидеть рисунки двенадцати в ваших мандалах, когда вы завершаете проект, заканчиваете отношения или закрываете незаконченное дело из прошлого. Двенадцать так же может представлять те продиктованные таинственным архетипом Самости вызовы, которые вам предстоит принять. Двенадцать в мандалах говорит о завершении, целостности и бесконечном движении по спирали роста.

ТРИНАДЦАТЬ

Тринадцать ассоциируется с неверностью, предательством и несчастливym концом, потому что таково было число персонажей, присутствовавших на Последней Трапезе. Тринадцатая фея из «Спящей Красавицы» - та, что наложила проклятие на юную принцессу. На шабаше обычно присутствуют тринадцать ведьм.

Число тринадцать так же может иметь и позитивное значение. Фактически, некоторые считают, что его связь с несчастьем происходит из искажения его нуминозных качеств. Например, могущественных Олимпийских богов греческой мифологии – тринадцать. Количество первых христиан, Иисуса и двенадцати

апостолов, - тринадцать. Жизни двенадцати изменил Христос, тринадцатый член группы.

Тринадцать может отмечать как начало, так и окончание. Т.к. двенадцать связывается с завершением цикла, тринадцать – на один больше – указывает на начало следующего. Иногда сложно отличить окончание от начала. Иногда мы одновременно переживаем и окончание, и начало. Мы запутываемся. Противоречивость, окружающая начало и окончание чего бы то ни было, может быть источником традиционной идеи о несчастьях числа тринадцать (Сирло, 1962).

Когда вы видите тринадцать в ваших мандалах, возможно послание, которое оно несет – то, что вы продвинулись в новую фазу вашей жизни. Тринадцать так же может говорить о том, что груз прошлого препятствует новому направлению вашей жизни, особенно когда вы не закрыли то, что происходило раньше. Тринадцать в ваших мандалах может быть указанием на усиление могущественного процесса внутри вас и необходимости быть готовыми к освобождению энергии после периода, который выглядит как время несчастий, тяжелой работы и замешательства.

ЖИВОТНЫЕ

Животные часто символизируют инстинктивные, внерациональные или бессознательные аспекты нашего бытия. Согласно Сирло, появление животных в снах «выражает все еще недифференцированную и не рационализированную энергию, которой воля (в смысле контроля инстинктов) еще не овладела» (1962:13).

Юнг рассматривал животный символизм как «визуализацию бессознательного я» (1979:145). Чем более примитивно животное, тем более глубокий слой подсознания оно представляет. Содержание глубоких слоев подсознания сложнее ассимилировать, потому что они сильнее удалены от обычного сознания. Другими словами, собака может символизировать подсознательные энергии, более легкие для интеграции в сознание, чем змея, «холоднокровное», нечеловеческое содержание и тенденции и абстрактно-интеллектуальной, и конкретно-животной природы: словом, нечеловеческие качества человека» (Юнг, 1979:187).

Создание правильного отношения к бессознательному – жизненно важно в воспитании сознания. Разделение должно быть сделано с тем, чтобы эго больше не контролировалось просто инстинктами. Как пишет Юнг, «человек становится человеческим путем овладения своей животной инстинктивностью» (1976b:262). В идеале к бессознательному должно быть развито уважительное отношение, так, чтобы эго были доступны творчество, смысл и коллективная мудрость. Согласно Юнгу, способ, которым проявляются животные в наших снах и рисунках, показывает наше отношение к бессознательному:

Если [наше отношение] негативно по отношению к бессознательному, животные будут напуганы; если позитивно – они появятся как сказочные или легендарные «животные-помощники». (1976b:181).

Некоторые культуры используют идентификацию с животным как способ интегрировать бессознательное. Традиции коренных американцев поощряют молодых людей обнаруживать через сны животное, которое будет духовным проводником и спутником в их контактах с миром духа, который мы можем назвать бессознательным. Молодые люди получают имя, которое подчеркивает их особую связь с этим животным. Это так же помогает им интегрировать качества животного в свою идентичность.

Символизм, ассоциирующийся с животными, традиционно основан на их природных качествах. Львы известны своей красотой и боевым духом. Царь зверей является «обладателем силы и мужского принципа» (Сирло, 1962:181). Волк, свирепый защитник своей стаи, символизирует доблесть и верность. В традиции коренных американцев волк считается первопроходцем, по тропам которого следуют остальные животные.

Бык является символом женственности, т.к. его рога напоминают серп луны. Он связывался с лунной богиней в культе Крита. Парадоксально, но бык так же был символом мужских небесных божеств, таких как Тор: его рев ассоциировался с громом. Медведь считается лунным животным из-за того, что периодически впадает в зимнюю спячку, что напоминает исчезновение

луны во время новолуния. Медведь так же символизирует алхимическую фазу *nigredo* точку начала процесса. Медведь означает инстинкты и опасные аспекты бессознательного.

Слоны – долгожители, умные животные, и возможно именно поэтому они символизируют умеренность, мудрость и вечность. Сирло утверждает, что слоны так же говорят о силе и власти либидо (1962:92).

В противоположность похвальным качествам слона, осел в египетской мифологии считается символом неправильного поведения. В «Золотом осле» Апулея (цит. Юнгом, 1983:183) герой наказан за свою беспутную жизнь тем, что превращен в осла. В конце концов он спасается от своей незавидной участи, воспользовавшись возможностью освобождения богиней Изидой.

Ягненок – значительный в христианстве символ, представляющий Христа. Его качества – кротость, чистота и невинность. Другой уровень значения – неоправданная жертва. Сирло находит интересное сопоставление значения между ягненком и львом в средневековом символизме относительно Христа. При входе в романскую церковь он нашел надпись: «Я – смерть смерти. Меня зовут ягненком, и я силен как лев» (1962:168).

Рыба так же символизирует Христа, но это не относится к ее качествам. Это связано с тем, что пять греческих букв, составляющих слово «рыба» (*ichthys*), являются первыми буквами словосочетания «Спаситель, Сын Божий Иисус Христос». Рыба, утка и лягушка, хоть и сильно отличаются друг от друга, все являются водными животными. Их близость к воде связывает их с идеей «первичных вод». Поэтому эти три животных могут символизировать «возникновение вещей и силы возрождения» (стр.10).

Лошадь работает в согласии с наездником и является символом правильно направленных инстинктов. Дикая, необъезженная лошадь имеет противоположное значение необузданных инстинктов. В легендах лошади часто ясновидящие и дают своим хозяевам своевременные предупреждения (Сирло, 1962:145). Из всех животных собаки наиболее близко связаны с человеком. Их тесное вовлечение в наши жизни определяет их символизм как верных помощников и спутников. Тем не менее, собака иногда может нести противоположное значение животности: напри-

мер, Мефистофель впервые предстал перед Фаустом в образе собаки.

Воображаемые животные состоят из частей нескольких разных животных, или к обычным животным добавляются несвойственные им части. Сфинкс, единорог, феникс, дракон и пегас – примеры. В легендах эти создания являются сверхъестественными сопровождающими божеств. Согласно Сирло, такие животные «говорят об интенсивной трансформации и так же о целеустремленном развитии в направлении новых форм» (стр.10).

Боги часто предстают перед нами частично животными. Трое из четырех сыновей Гора имеют облик человека со звериной головой: обезьяна, шакал и сокол. У индийского бога Ганеши – голова слона и тело человека. Фавны, наполовину люди, наполовину козлы, – духи леса, связанные с богиней Дианой. Эти сущности персонифицируют сложную задачу человека – интеграцию животных инстинктов и божественного сознания.

В ваших мандалах животный символизм может быть способом войти в контакт с частью вашей души, которая ведет глубже человеческой реальности. Через почтение и осознание животных аспектов вашей собственной природы вы можете развить отношения с наиболее глубокими инстинктами, которые управляют поведением животных и присущи человеческим существам как вечный источник мудрости.

ПТИЦЫ

Птицы – древний символ человеческой души, элемента воздуха и процесса трансформации. В египетских иероглифах птица с человеческой головой означала душу, или идею того, что душа покидает тело после смерти (Сирло, 1962). В раннем христианском искусстве птица использовалась в качестве символа «крылатой души» (Фергюсон, 1961:12). В противоположность этим значениям птицы приносят молнию, войну и смерть.

Птицы стали означать духовное, противоположность материального. Юнг (1976b) говорил, что птицы могут представлять духов, ангелов или сверхъестественную помощь. Иногда в древнем мире птицы рассматривались как посланники. Римля-

не рассматривали птиц как дарителей знамений и просветлений. В мирском смысле птицы могут представлять полет мысли, особенно фантазии и интуитивные идеи (Юнг, 1974).

Определенные виды птиц имеют особое значение. Орел разделяет со львом качества смелости, силы и благородства. Коренные американцы чтут его как источник мудрости из-за его дара ясновидения. Считается, что орел летает выше всех остальных птиц и его близость к солнцу наделяет его сущностью света. Т.к. свет является метафорой духа, орел стал символом духовности.

Сирло обращает внимание на то, что орел не является символом мира. «С дальнего Востока до северной Европы орел является птицей, связанной с богами силы и войны» (1962:87). Так же считается, что он выражает мужской принцип, т.к. он идентифицируется с солнцем. «Мужская» деятельность солнца, оплодотворяющего «женскую» природу, делает орла еще и символом отца.

Сова является противоположностью орла. Это ночная птица, символизирующая тьму, смерть и знание. Она ассоциируется с такими богинями мудрости, как Афина, Минерва и Лилит. Эта связь с богинями так же отражена в месте, которое занимает сова в традиции Хеллоуина. Согласно Барбаре Уолкер, ведьмы – это отзвуки традиции мудрой богини-старухи. Она указывает, что латинские и итальянские названия мудрой женщины или ведьмы так же означают сову (1988:404).

Голубь – важный символ иудо-христианской традиции. Это символ чистоты и мира. Голубь, посланный Ноем, вернулся с оливковой ветвью. Это было знаком того, что потоп отступил и Бог заключил мир с человечеством. Во времена Иисуса голуби использовались как жертвоприношения в иудейских церковных ритуалах очищения, следовавших за рождением ребенка.

В христианском искусстве голубь часто выступал символом Святого Духа, одного из аспектов Божественной Троицы. Символическое значение голубя может быть прослежено в отрывке Библии, описывающем крещение Христа: «И свидетельствовавал Иоанн, говоря: я видел Духа, сходящего с неба, как голубя, и пребывающего на Нем» (Иоанн, 1:32). Как говорится в отрывке,

спускающийся голубь может символизировать духовное посвящение.

В верованиях некоторых народов птицы священны. Индусы времен Вед рисовали солнце в форме огромной птицы: орла или лебедя. Коренные американцы персонифицировали молнию и гром как великую Птицу-гром, источник творчества и исцеления. Павлин был священным символом Юноны, королевы небес, и символизировал обожествление римских принцесс.

Мифы и сказки Европы наполнены подобными птицам созданиями. У кельтских женщин считалось, что когда-то у всех были крылья. Северные Валькирии одевались в одеяния из перьев, принадлежащие богине Фрейе. Одежда и ритуальные предметы шаманов Сибири напоминают полет птицы как символ духовности. Выражение «узнать язык птиц» было частой метафорой мистического просветления (Уолкер, 1988:396).

Хотя одиночная птица может быть божественным посланником, или даже самим божеством, птичья стая может нести с собой негативный смысл. Это касается эзотерического закона, что множественность является шагом от единства, которое считается божественным. Греческая мифология дает нам пример стаи птиц в Стимфалийских топях. Эти докучливые птицы изводили своих жертв, отравляли посевы, а затем отступали в болота, слишком сырые, чтобы по ним идти, и слишком сухие, чтобы плыть на лодке. Шестой подвиг Геракла состоял в том, чтобы избавить болота от этих птиц.

Стая птиц может говорить о негативности, злых желаниях или даже об опасности. Здесь можно вспомнить угрожающее присутствие птиц в триллере Альфреда Хичкока «Птицы». С другой стороны, несколько птиц могут представлять собой положительную силу. Пионеры Солт Лейк Сити, Юта, воздвигли памятник в честь стаи птиц, которая спасла их урожай от нападения саранчи. Они верили, что птиц им послало небо.

Птицы являются важным алхимическим символом «сил в процессе активации» (Сирло, 1962:26-27). Их точное расположение дает более точную информацию. В воображении алхимиком птица,

парящая в небесах, выражает улетучивание или сублимацию, а ее устремление вниз выражает выпадение в осадок и конденсацию; эти два символических движения объединяются, чтобы образовать фигуру, выражающую дистилляцию (там же, 26).

Птицы в вашей мандале говорят об активизации ваших умственных способностей. Они также отражают неуловимые духовные процессы. Птицы, летящие вверх, могут быть связаны с освобожденными и вынесенными на свет идеями. Планирующие вниз – могут говорить о том, что что-то в вас стало более прочным или приемлемым. Птицы, летящие вверх и вниз или кругами, могут говорить об усовершенствовании осознания, знаний или принесении самоосознания на более высокий уровень.

БАБОЧКА

Бабочка является символом трансформации из-за своего особенного жизненного цикла. Он рождается как простая гусеница, затем вступает в дремлющую фазу куколки, и в конце концов возникает одно из самых красивых созданий в природе. В христианской традиции три стадии ее жизни соотносятся с жизнью, смертью и воскрешением. Бабочка олицетворяет воскресшего Христа, и в более общем смысле, воскрешение всех людей (Фергюсон, 1961).

Однако, духовные ассоциации с бабочкой не ограничены христианством. Греки использовали слово «псише», связывая его и с «душой», и с «бабочкой». Они верили, что человеческие души становятся бабочками, пока ищут нового воплощения. Европейские поэты использовали более скромную сестру бабочки – мотылька – в качестве метафоры души. Так же, как мотылька привлекает свет, так и душу привлекает образ Бога.

Когда вы видите бабочку в вашей мандале, вы можете найти, что это утверждение силы духа для продолжения сотворения себя самого заново (Юнг, 1976b). Так же она может отражать ваш выход из темной ночи души. Бабочка может быть предвестником впечатляющего сдвига к новому образу жизни. Бабочки в ваших мандалах отражают вашу красоту, духовность и самообновление.

КРУГ

Круг замыкает пространство. То, что находится внутри круга, защищено, усилено и ограничено. Круг напоминает форму матрифокальной деревни, древних священных мест и бесконечность форм в природе. Круг говорит о движении: вращение планет, волнение вод и спиральных шагах церемонии, богослужения и игры.

Солнце всегда изображается как круг. Форма полной луны также напоминает круг. Время само по себе может символизироваться кругом, особенно кругом, который передает движение, таким как Уроборос гностиков – змея, кусающая себя за хвост. Круг – широко распространенный символ вечности, линия, у которой нет ни конца, ни начала – представляет время, у которого нет ни конца, ни начала. Это делает круг подходящим символом Бога. Согласно Фергюсону, «[Круг] представляет не только совершенство Бога, но и бесконечность Того, «Кто был в начале, есть сейчас и будет всегда, мир без конца» (1961:153).

Китайский символ небес – диск с пустым кругом в центре. Пустой центр означает путь к трансцендентности. Пустой круг в центре мандалы похож на неподвижную центральную точку колеса. Этот мотив напоминает идею, известную в западной алхимии как «окно в вечность» (фон Франц, 1986:260). Согласно фон Франц, этот символ представляет переживание Самости. Он освобождает человека от точки зрения, ограниченной временем и пространством. Она пишет, что «через это «окно» человек прикасается к вечному в нем самом, а в то же время вечное может проникнуть в его ограниченный временем мир в форме синхроничности» (там же, 261).

Мы рисуем мандалы в форме круга. Юнг связывает круг мандалы с «защищающим кругом» или «заколдованным кругом» бесчисленных народных сказок. «Очевидная цель рисования магической линии вокруг центра, храм, или *temenos* (священное пространство), самого сокровенного в личности, - предотвращение «утечки» или защита внутреннего понимания против смущающего влияния внешнего окружения» (1983:24). Т.к. круг содержит и организует все, что помещено внутрь его, мандалы ведут нас к пониманию и переживанию единства в нашем внутреннем разнообразии.



Человек, микрокосм (по Сирло, 1962:88)

Через ритуально действие [рисование круга] внимание и интерес возвращаются к внутреннему, священному пространству, которое является источником и целью души и содержит единство жизни и сознания (там же, 25).

Более маленькие круги внутри мандалы могут защищать, хранить или освобождать некоторые ваши аспекты. Иногда круги накладываются друг на друга, создавая миндалевидную форму, которая называется *mandorla*. В религиозных картинах эта форма окружает Христа и Деву Марию, когда они стоят на границе между земной и небесной реальностью. Вы можете нарисовать *mandorla*, когда вы испытываете состояние благоговения. Мандала с пустым центром говорит о том, что вы открыты для изменений, восприимчивы к трансперсональному или склонны к переживаниям, которые попирают законы логики. Круги в ваших мандалах могут напомнить вам о потоке жизни, текущие спирали которого ограничены во времени и пространстве.

КРЕСТ

Крест – это пресечение вертикальной и горизонтальной линий. Он напоминает форму человеческого тела, стоящую в совершенном равновесии, ноги вместе, руки вытянуты в стороны. Крес-

том отмечаются особые места. Так же он символизирует состояние ума.

Вертикальное положение креста связано с другими вертикальными символами, такими как дерево, гора и лестница. Эти символы говорят о связи между землей и небом, традиционно ассоциирующимся с богами. Вертикальная связь считается путем, связывающим духовный мир с обычной реальностью земли. Она также является точкой, отмечающей место на земле, где сверхъестественное существует бок о бок с мирским. Такая вертикально-горизонтальная связь иногда называется «осью мира». Сирло пишет, что «...крест олицетворяет «мировую ось». Помещенный в мистическом Центре Мироздания, он становится мостом или лестницей, при помощи которых душа может достичь Бога» (1962:65).

Крест тесно связан с символом дерева. Средневековая христианская живопись изображала крест как живое дерево, иногда с цветами, плодами или шипами. По легенде, крест, на котором умер Христос, был вытесан из Райского дерева, росшего в саду Эдема. Христианский крест имеет значение Древа жизни, потому что через жертву, символизируемую крестом, может человек получить вечную жизнь.

В других религиях и традициях так же можно обнаружить крест. Друиды так связывали ветки на священном дереве, чтобы оно выглядело как живой крест. Пересечение дорог считалось священным местом для приверженцев европейских религий поклонения богиням. Они были местами ритуальных жертвоприношений Гекате, богине подземного мира. Хотя христианские священники порицали ее как королеву ведьм, она почиталась как божество безопасного прохождения и оставалась важной связью с более ранними мировыми религиями. Фактически, Геката была столько важна для простого народа, что в десятом веке н.э. церковными властями были предприняты особые меры по устранению ее культа. Женщину наказывали наложением трехлетнего поста, если ее признавали виновной в посвящении своего ребенка на перекрестке Матери Земле (Уолкер, 1988).

Возможно, наиболее важное значение креста – это соединение оппозиций. Четкое соединение вертикали и горизонтали в



Мандала Шри Янтра.

кресте делает его подходящим символом объединения духовного (вертикаль) и материального феноменального мира (горизонталь). Крест может символизировать множество других пар противоположностей, как например: свет/тьма, сознание/бессознательное, жизнь/смерть. Юнг видел в кресте символ уравнивания оппозиций в целостном человеке.

Крест, или любая другая тяжелая ноша, которую несет герой, это *он сам*, или даже *самость*, его целостность, состоящая из Бога и животного – не просто эмпирический человек, но вся совокупность его бытия, уходящая корнями в животную природу, простирающаяся через просто человечность в направлении божественного. Его целостность накладывает на него громадное напряжение противоположностей внутри него, как и в кресте, являющемся его наиболее точным символом (1976b:303).

Крест выражает жизненные трудности, с их «перекрестками возможностей и невозможностей, создания и разрушения» (Сирло, 1962:68). Крест ассоциируется с человеческой задачей

достижения сознания через попытку познать свою темную, потайную сторону. Задача выделить себя из мира безусловных инстинктов символизируется героической победой над драконом. Нас не должно удивлять, что меч героя – еще одна версия креста.

Небольшой сдвиг креста от вертикали дает Х. Как во фразе «Х отмечает точку», эта фигура также отмечает точку в пространстве, единственную позицию или точку зрения. Паломники, посещающие могилу колдуньи традиции вуду Мари Лаво (Marie Laveau) в Новом Орлеане, вырезают Х на том месте, где стоят, когда произносят свою просьбу. Древняя традиция указывать на яд черепом со скрещенными костями придает кресту значение энтропии, распада и потери. Св.Андрей был распят на таком кресте. Однако, на Х можно посмотреть и по-другому. Сирло отмечает, что в эзотерической традиции Х так же может представлять «объединение Верхнего и Нижнего миров» (1962:66).

Если вы представите крест вращающимся вокруг своего центра, вы поймете происхождение свастики. Этот древний символ был широко известен задолго до того, как его взяли на вооружение немецкие нацисты. Свастика является символом солнца и его движение по небу (Сирло, 19662). Четыре одинаковых колена создают уравновешенный рисунок, который Юнг (1973b) идентифицировал как символ целостности. Свастика – динамический символ, связанный с проявлением идеального через расширение сознания.

В ваших мандалах кресты с тем, что относится к ним, или объекты, находящиеся в его основании могут показывать время жертвы. Кресты, повернутые в форме Х, могут говорить об окончании какого-либо цикла. Эти фигуры несут послание, что вы вынуждены сдаться привычному способу жизни. Они возвещают время, когда эго вынуждено пережить период проверки, темную ночь души.

Когда вы видите крест в вашей мандале, это может быть ключом к тому, что вы сражаетесь в битве героя и выделяете области сознания, которые до этого момента были темными и неизвестными. Вы можете прилагать усилия для принятия решения или начинать какое-то новое предприятие. Возможно, крест говорит о том, что вы находитесь в стадии интеграции нового цен-

тра эго (Келлог, 1977). Когда крест появляется в вашей мандале, вы можете захотеть рассмотреть возможность того, что вы более или менее успешно уравниваете противоположности, являющиеся частью человеческой природы.

Вы так же можете захотеть просмотреть параграфы, касающиеся цифры четыре (стр.98), квадрата (стр.134) и дерева (стр.138).

КАПЛИ

Капли дождя увлажняют землю, питают созревающие растения, наполняют озера и ручьи и помогают расти урожаю. Неудивительно, что в мифологии дождь связывается с плодородием (Юнг, 1976b). Китайцы в своем искусстве использовали дождь как символ мужественности. В греческой мифологии девственности Данаэ забеременела, когда Зевс овладел ей, превратившись в золотой дождь.

Дождь низвергается с небес. Это и отсутствие минералов делает дождевую воду настолько чистой, какой не бывает простая вода. Таким образом, в некоторых традициях дождевая вода используется в очистительных ритуалах. Дождевые капли могут символизировать очищение. Устрашающая реальность двадцатого века придала дождю новое значение. Смертоносные дожди, следующие за ядерным взрывом, кислотные дожди, являющиеся результатом загрязнения окружающей среды – все это примеры дождя, прямо противоположного росту и жизни.

Дождевые капли связаны с человеческими слезами – про них говорят «капают, как дождь». Слезы могут быть вызваны печалью, разочарованием, гневом, радостью или облегчением. Слезы могут быть освобождением от эмоций, слишком сильных, чтобы держать их в себе. Как дождь очищения, слезы могут смыть обиду и гнев и подготовить место для прощения.

Кровь так же может течь каплями. Серьезная травма ведет к кровоточащей ране. Упоминание искупительных кровавых жертв очень древнее. Ритуалы жертвоприношения, такие как причастие, включают символизм крови. Иногда мы упускаем из виду тот факт, что тела всех женщин созданы так, чтобы каждый месяц приносить в жертву свою кровь. В традиции коренных американцев «лунное время» женщины почитается и при-

знается лучшим духовным даром, приносящим пользу всему сообществу.

Когда вы видите капли в ваших мандалах, вы можете спросить сами себя: «Что мне нужно оплакать?». Вы так же можете рассмотреть возможность того, что вы были оплодотворены и что в вас были посеяны новые семена, которые материализуются в будущем как вдохновение, новый проект, или даже ребенок. Черные капли могут говорить о том, что в вашем окружении существует что-то, что вы находите вредным для полного использования ваших возможностей. Когда капли красные, пурпурные или коричневые, вы можете найти, что вы каким-то образом приносите жертву. Когда ваша мандала содержит формы, похожие на капли дождя или крови, возможно вы являетесь свидетелем знаков естественного внутреннего процесса очищения.

ГЛАЗ

Глаз – это орган зрения, и поэтому он связывается с возможностью видеть – как буквальной, так и метафорической, в смысле «понимать». Глаз так же может символизировать сверхъестественную способность видеть, или ясновидение. Он так же используется для представления всемогущего, всевидящего, всегда присутствующего взгляда Бога. Библия содержит множество духовных ссылок на глаз Бога, как например: «Потому что очи Господа [обращены] к праведным и уши Его к молитве их» (1-е Петра 3:12).

В египетской традиции глаз является священным атрибутом богов Гора, Тота и Ра. Тем не менее, первоначальным Всевидящим Оком и Матерью Истины была богиня Маат. Ее имя происходит из глагола «видеть». Согласно Уолкер, «от слова Маа образовано и имя богини, и иероглиф, обозначающий глаз» (1988:308).

В индийской культуре глаз так же ассоциируется с женственностью. Здесь он олицетворяет женские гениталии. На эту связь указывал Юнг, ссылаясь на миф об Индре: «Индра был наказан за распутство йони [вульвой] во все тело, но затем был прощен, и боги заменили позорную йони на глаза» (1976b:268).

Глаза в необычных местах на теле – так же традиционный способ показать ясновидение. «Третий глаз», помещенный над

и между обычными двумя, является символом «сверхчеловеческого или божественного» (Сирло, 1962:95). Можно видеть фантастических существ, таких, как греческий полубог Аргус, изображаемых с глазами на руках, крыльях, теле и других частях. Сирло подчеркивает, что значение глаза связано с частью тела, где он помещается. Например, глаз, расположенный на руке будет обозначать «ясновидящее действие» (там же).

Юнг пишет, что глаз – «это прототип мандалы».

Наша мандала так же «глаз», структура которого символизирует центр порядка в бессознательном. Глаз – это полая сфера, черная внутри, наполненная полужидкой субстанцией, стекловидным телом. Глядя на него снаружи, можно увидеть круглую, цветную поверхность, радужную оболочку, с темным центром, из которого сияет золотой свет (1973b:52-53).

Таким образом, глаз, как и мандала, содержит следующие элементы: круглая форма с центральной точкой, которая говорит о свете, спрятанном внутри тьмы.

Большое количество глаз в вашей мандале может иметь как позитивное, так и негативное значение. Множество глаз может быть символом бессознательного с его сверхъестественным способом сбора информации отовсюду. Глаза могут нести с собой послание обратить внимание на то, что «видит» бессознательное. В другой стороны, глаза в вашей мандале могут выражать чувство, что за вами следят. Вы можете подвергнуть сомнению то, что видят эти глаза в вас и проверить эту информацию относительно реальности.

Единственный глаз в вашей мандале может служить символом «Я» или эго. Глядя на рисунок глаза можно обнаружить информацию относительно взаимоотношений вашего эго с архетипом Самости. Глаз может сигнализировать об усилившейся способности получать информацию сверхъестественного значения или предлагать вам рассмотреть то, что связано с женщинами или вашей собственной женской идентификацией. Он так же может быть и символом Самости, архетипического основания мандалы самой по себе.

ЦВЕТЫ

Расцветающие цветы объявляют о возвращении весны. Поэтому цветок стал символом самой по себе весны, преходящей природы жизни и красоты и вечного обновления жизни. С древних времен цветы дарились в знак любви, преподносились на церемониях в честь достижений и использовались в брачных церемониях. Цветы были последним даром в ритуалах погребения.

Цветок – это круг с лепестками, исходящими из центра, отмеченного контрастным цветом. Из-за своей формы и фокуса в центре цветы являются природной мандалой. Некоторые мистики используют их как объект созерцания. Это кажется оправданным, потому что, согласно Сирло, цветок – это «образ «Центра», и, следовательно, архетипический образ души» (1962:104).

Алхимики считали цветы символами работы солнца, чья сила производит искомое ими золото. Согласно алхимикам, цветы имеют множество значений, которые зависят от цвета. Например красные цветы говорят о животной жизненной силе, крови и страсти. Оранжевые и желтые цветы подчеркивают символизм солнца в цветке. Голубые цветы являются символом невозможного и намекают на связь души с Богом или «мистическим Центром» (там же, 105). Очевидно, алхимический символизм помог Юнгу интерпретировать значения голубого «цветка-души» в мандалах мисс Х (1973b:54).

Цветы символизируют вагину, которая питает божественного ребенка в религиозных традициях Индии, Китая и Европы. Юнг (1973b) указывает, что Будда и другие индийские божества часто рисуются на цветках лотоса. Золотой цветок китайского мистицизма описывается как «алтарь, на котором происходят жизнь и сознание» (Юнг, 1983:23). В европейской традиции о Сыне Божиим иногда говорится, что он пребывает в цветке. В христианской молитве, процитированной Юнгом (1973b:79), Дева Мария сравнивается с розой:

О, венок из роз, твой цвет заставляет человека рыдать
от радости.
О, солнце роза, твое горение заставляет человека любить.
О, сын солнца,

Дитя-роза,
Солнечный луч.
Цветок Креста, чистое цветущее Лоно
Над всеми цветущими и горящими,
Святая Роза,
Мария.

Цветы в вашей мандале могут быть предвестниками весны, говорящими об ускорении цикла вашего личностного роста. Они могут отмечать лоно, в котором божественный ребенок, ваше собственное бытие, рождается внутри вас. Цветы так же могут сигнализировать о выполнении цели или задачи, которая требовала от вас большого внимания. Изучая цветы вашей мандалы, отметьте, сколько их, какого они цвета и сколько у них лепестков. Включение в интерпретацию этой информации поможет вам понять значение ваших цветов. Вы можете захотеть рассмотреть возможность того, что цветы открывают работу вашей души, процесс роста, разворачивающийся через ваши отношения с архетипом Самости.

РУКИ

Нашими руками мы держим, творим и поддерживаем связь с окружающими. При помощи рук мы делаем что-то. Руки выделяют человека и, вместе с мозгом, делают возможными овладение навыками, при помощи которых была построена цивилизация. Со времен Египта, создателя одной из самых замечательных культур, рука олицетворяла проявление, действие и сельское хозяйство (Сирло, 1962:130).

Рука передает значение через свои жесты. В европейской эзотерической доктрине, как и в индуистской практике йоги, положение руки и пальцев передает определенное символическое значение. В христианском символизме поднятая рука с ладонью наружу имеет значение благословения. Простертые руки с ладонями, поднятыми вверх, означают мольбу. Крепко сжатые – показывают неповиновение. Рукопожатие говорит о «мужском братстве» (там же, 131), или единстве в браке. В ранней христи-

анской живописи рука с указующим перстом считалась символом Бога.

На каждой руке у нас по пять пальцев. Поэтому неудивительно, что символизм руки (рук) связан с числами пять и десять. Пять – это любовь, здоровье и человечность, тогда как десять традиционно символизирует единство или безупречность (Сирло, 1962). Рука так же может олицетворять все тело, так как у тела пять конечностей (руки, ноги и голова). По мнению Юнга, рука так же может говорить о воспроизводстве (1976b).

Правая рука традиционно означает рациональные, сознательные, логические, «мужские» качества. Левая – связывается с эмоциональными, бессознательными, интуитивными и «женскими» качествами. Достаточно интересно то, что эти народные традиции подтверждаются современной теорией мозговых полушарий. Левое полушарие, орган логического мышления, контролирует правую сторону тела. Правое полушарие, место целостного восприятия, управляет левой половиной тела.

Руками мы можем удерживать различные предметы. Появление рук в вашей мандале может сигнализировать о вашей готовности справиться с жизнью. Рука может символизировать вашу способность влиять на окружение, брать на себя активную роль во взаимоотношениях или начать новое дело или проект. Когда руки появляются в вашей мандале, вы должны рассмотреть значения чисел пять и десять. Вы можете захотеть вспомнить, что здоровье вашего тела может символизироваться рукой. Когда рука в вашей мандале указывает на что-то указательным пальцем, обратите особое внимание на ту область, на которую указывает палец. Она может содержать важное послание для вас. В общем смысле, появление руки может показать вашу готовность сдвинуть свой образ жизни от «бытия» к «действию». Когда руки появляются в вашей мандале, вы можете переживать чувство жизни, желание действовать и справедливую уверенность в ваших способностях.

СЕРДЦЕ

Сердце – это символ любви. Чаще всего оно символизирует любовь между людьми. Тем не менее, сердце так же может пред-

ставлять духовную страсть. В мистической доктрине сердце символизирует любовь как источник просветления и счастья. Эта духовная любовь иногда представляется в христианской живописи как сердце, объятые пламенем. И в личном, и в духовном символизме любви сердце, пронзенное стрелой может представлять преданность, несмотря на тяжелые условия.

Некоторые считают сердце центром бытия и «истинным местом интеллекта» (Сирло, 1962:135). Египтяне после смерти оставляли сердце нетронутым, потому что считалось, что оно необходимо для загробной жизни человека. Сердце так же ассоциируется с храбростью, печалью и радостью. В эзотерических трудах сердце связано с солнцем. Для алхимиков сердца было символом солнца внутри человека, так же, как золото считалось образом солнца на земле (Юнг, 1983).

Существует бесчисленное количество речевых оборотов, в которых упоминается сердце. Мы побуждаем людей «мужаться»⁹, «понять суть дела»¹⁰, или не быть «жестокосердным». Мы описываем человека, говоря, что у него «сердце льва», или «он не умеет скрывать свои чувства»¹¹. Мы говорим, что у люди говорили «от сердца к сердцу». Наши сердца «взрываются от радости», «разрываются от тоски». Все эти выражения показывают, насколько древней является идея того, что сердце – это центр эмоций, понимания и воли.

Сердце, появляющееся в ваших мандалах, может показывать вопрос взаимоотношений. Оно так же может быть напоминанием, что нужно сосредоточиться на том, что действительно важно в той или иной ситуации. Сердца могут говорить о ранах и страданиях, особенно если они пурпурного цвета, разбиты или пронзены стрелой. Если вы видите раненое сердце в вашей мандале, может быть, стоит проверить физическое здоровье вашего сердца. Сердца говорят о том, что ваши эмоции возбуждены. Когда вы видите сердца в ваших мандалах, весьма вероятно, что вы испытываете такое состояние, как любовь.

⁹ дословный перевод английского оборота «to take heart» - держать сердце. – Д.О.

¹⁰ англ. «get to the heart of matter» - понять сердце вопроса. – Д.О.

¹¹ англ. «wearing his heart on his sleeve» - прицепить сердце к рукаву. – Д.О.

БЕСКОНЕЧНОСТЬ

Бесконечность символизирует бесконечное время, пространство и числовой ряд. Она намекает на гипотетическое окончание пространства, переходящего от известного к неизвестному. Идея бесконечности является мостом от рационального мышления к неизвестным, возможно не поддающимся изучению, реальностям. При помощи своего символа бесконечность может быть перемещена к конечной шкале математического исчисления.

Математический знак бесконечности представляет собой двойную петлю. Он получается из переплетения круга, движущегося по часовой стрелке, и круга, движущегося против часовой. Хотя он унаследован из арабской числовой системы, все же истинным источником математических правил, на которых основана бесконечность, является Индия (Уолкер, 1988). Согласно индийской традиции, движение по часовой стрелке правой половины знака бесконечности связывается с мужским, солнечным принципом. Движение против часовой стрелки левой половины соотносится с женским, лунным принципом.

Знак бесконечности представляет гармоничный союз двух противоположных принципов. Хотя бесконечность показывает разделение на две противоположности, она не изображает конфликтующую пару. Две петли созданы и объединены одной линией. Это утверждение уравнивающего порядка, который является основанием множественности обычной реальности. По словам одного математика, бесконечность обуславливает «абсолютную упорядоченность, который не изобретена, но обнаружена» (цит. Сирло, 1988:83).

Знак бесконечности в вашей мандале может показывать желание связи с Бесконечностью, или Богом. Он так же может выражать попытку уравновесить противоположности. Иногда знак бесконечности отражает наш опыт в отношениях, внутри которых противоположности могут быть спроецированы и интегрированы. Таким образом, позитивная связь с другим человеческим существом, таким как друг, любовник или терапевт, может быть отмечена знаком бесконечности в вашей мандале. Для меня эффективным личным ритуалом для расслабления, фокусиров-

ки и концентрации стало рисование нескольких знаков бесконечности в кругу мандалы.

МОЛНИЯ

Молния – это вспышка света с небес, которая иногда может поджечь что-нибудь или даже убить. Ее пугающие динамические качества заставили древних людей приписать молнию как качество богам. Греческий бог Зевс был вооружен молниями, которыми он, как копьем, поражал врагов. Северный бог Тор метал громадный молот, столь же яркий и смертоносный, как молния. Когда он катился на своей колеснице, гремел гром.

Молния стала символом побуждающей силы духовной реальности богов, изменяющей землю и ее смертных. Согласно персидской мифологии, Небесный отец оплодотворил Мать-Камень молниями и она родила спасителя Митру. Среди китайцев считается, что великий Желтый Император был зачат королевской наложницей от вспышки молнии (Уолкер, 1988). В верованиях ранних народов молния сравнивалась с «созидающей маной, силой исцеления и оплодотворения» (Юнг, 1974:105).

Вспышка света молнии так же стала символом мгновенного инсайта, характерной черты интуиции (Юнг, 1973b). Для средневековых алхимиков молния был символом «внезапного прорыва или озарения» (Юнг, 1983:317). Некоторые верят, что молния представляет приобретение мудрости. Например, могущественная Птица-гром индейцев навахо, источник молний и грома, так же приносит дар просветления. Молния так же может отмечать начало нового цикла, совсем как весенние грозы отмечают начало нового сезона роста. Юнг описывает абсолютно черную мандалу женщины в глубокой депрессии. Предвестником ее излечения, закончившегося выходом из депрессии, была черная мандала, пронзенная в центре молнией. Молния возвестила восход нового дня для нее. Юнг охарактеризовал эту молнию как символ энергий души, которые «просветляют, оживляют, оплодотворяют, трансформируют и исцеляют» (1973b:30).

Молния в вашей мандале говорит об активации энергий внутри вас, которые до этого могли дремать. Увеличение ваших интуитивных сил может быть указано молнией. Она так же может

символизировать мощное духовное пробуждение. Когда вы видите молнию в вашей мандале, подумайте, переживаете ли вы волнующие изменения, пугающие откровения, вдохновение или глубокое исцеление.

РАДУГА

Радуга – это естественное сияющее проявление цвета. Она мерцает на покрытом грозовыми тучами небе после проливного дождя. Тихая красота радуги после драмы грозы, молнии и дождя – зрелище, поднимающее настроение. Оно говорит о возвращении солнца.

Радуга была символом особой связи между богами и человеком с самых древних времен. В библейской истории о Ное и ковчеге радуга была дана как залог обещания Бога никогда больше не насылать потопа для уничтожения человечества. Греки называли богиню радуги Ирис. Она была посланницей богов и обеспечивала связь между богами и смертными. В мистической опере Вагнера *Das Rheingold* радуга служит мостом между землей и Валгаллой, небесной крепостью богов.

Радугу составляют семь цветов: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий и фиолетовый. Семь цветов радуги иногда замещают другие мистические семерки. Семь планет древней астрономии, боги, связанные с этими планетами и дни недели, посвященные этим богам – каждый ассоциируется с определенным цветом. Если вы пристально посмотрите на кожу, волосы и любую другую органику в ярком солнечном свете, то увидите цвета радуги. Этот факт привел некоторых древних людей к заключению о том, что радуга является основой всего.

Народная примета говорит, что там, где кончается радуга, можно найти горшочек с золотом. Тем не менее, как мы, без сомнения, знаем из собственного опыта, в обычном смысле невозможно найти такое место. Поиск радужного золота похож на поиски Грааля, или на попытки алхимиков найти философский камень. Радуга, как Грааль или сокровища алхимиков, является символом того, что имеет огромную ценность, но не может быть найдено обычными способами.

Радуга, возможно из-за своей связи с дождем, дающим жизнь, означает плодородие. Форма «дуги» в радуге намекает на космическое лоно (Келлог, 1978). Таким образом, радуга представляет священное объединение мужского и женского принципов, архетипических родителей. Мы находим этот символизм в мифе сотворения австралийских аборигенов. В их верованиях Мать Радужная Змея создала мир и дала жизнь всем его людям (Уолкер, 1988). Индейцы юго-востока Америки смотрят на бога радуги как на благосклонного хранителя, дарующего исцеление.

Юнг (1973b) нашел, что алхимики считали цвета радуги символом павлина. Золото, которое искали алхимики, происходило из павлиньих яиц. В алхимической процедуре цвета радуги отмечали важные изменения. Они предшествовали появлению золота. Согласно Юнгу, метафорический язык алхимиков описывает процесс становления истинного я человека. Он предположил, что появление радужных цветов в мандалах связано с целостностью, целью индивидуации.

Келлог описывает мандалы, в которых присутствуют все цвета радуги, как показатели «радужного опыта» (1977:124). Это возрождение человека, вызванное глубоким переупорядочиванием души. Она утверждает, что мандалы радужного опыта характеризуются «использованием множества цветов в фрагментированном, раздробленном рисунке», и предполагает, что «радужный опыт можно рассматривать как первый шаг в процессе, при котором необходима дезинтеграция старого я для того, чтобы добиться новой интеграции» (там же, 125). Келлог (1978) находит, что мандалы радужного опыта указывают на эдипальные конфликты и предлагают возможность разрешить их. Когда вы создаете мандалу радужного опыта, вам может потребоваться дополнительная эмоциональная поддержка от ваших друзей и тех, кого вы любите, с тем, чтобы помочь вам почувствовать твердую почву под ногами.

Когда радуги появляются в ваших мандалах, вы можете праздновать радость того, что вы прошли через темные времена. Возможно, исцелились какие-то раны вашего внутреннего ребенка. Радуга может говорить о том, что число семь имеет для вас особенное значение. Радуги в ваших мандалах могут быть похо-

жи на дар воодушевления от богов. Радужный опыт может быть способом, которым ваша душа высвобождает могучие энергии исцеления.

СПИРАЛЬ

Вселенная расположена по спирали. Когда мы выдыхаем дым, он закручивается в спираль. Вода, когда мы ее размешиваем, движется так же. Те же силы, что придают форму воздуху и воде, в соединении с гравитацией создают атомы, солнечные системы и галактики. Спираль отражает это упорядоченное движение как малых, так и больших объектов в нашей вселенной. Она является символом кругового движения по направлению к центру и прочь от него.

Спиральное расположение космоса «и структурирует, и отражает наше сознание» (Пюрс (Purce), 1974:8). Этот порядок выражается спиральными мотивами в древних пещерах, подобных тем, что были найдены в Англии, Ирландии и Франции. Для древних людей спираль могла символизировать движение луны, растительную жизнь или круговые танцы исцеления и колдовства. Считается, что спиральные фигуры могут использоваться для внушения состояния экстаза (Сирло, 1962).

Человеческие фигурки нарисованы двигающимися вокруг по направлению к центру, который так же является Центром, в котором пребывает Бог. Ритуальное хождение по кругу при приближении к священным местам практикуется приверженцами различных религий. Японские паломники поднимаются по горе Фудзи по спирали. Мусульмане ходят вокруг святынь в Мекке. Почти так же христиане нараспев произносят молитвы, проследивая спиральные лабиринты на полу готических соборов.

Побуждение ходить вокруг чего-то священного так же формирует и внутреннюю работу души. Юнг сделал наблюдение, что цикл роста души сам по себе представляет собой спираль. Он пишет: «Мы вряд ли можем отделаться от чувства, что бессознательные процессы движутся по спирали вокруг центра, постепенно приближаясь, тогда как характеристики центра становятся все более и более определенными» (1974:29). Юнг ссылается



Уроборос — змея, кусающая себя за хвост.

на процесс индивидуации, через которые эго занимает подходящую позицию как объект, вращающийся вокруг Самости, истинного центра личности. Трансформация, которая приносит эту переориентацию, метафорически описала в процессе химического преобразования в алхимическом символизме, когда «... спираль акцентирует внимание на центре, и, следовательно, на матке, синониме, часто используемом для обозначения алхимического сосуда...» (там же, 254).

Извилистый рисунок спирали напоминает форму змеи. Иногда он несет в себе мощный символ, ассоциирующийся со змеей. По словам Юнга, «извивающаяся линия... является аналогом исцеляющей змеи Эскулапа» (там же). Юнг так же находит, что спираль напоминает тантрический символ жизненной силы. Индусы представляют эту энергию как змею кундалини, обвившую тремя с половиной витками основание позвоночника. Пробуждение этой воображаемой змеи высвобождает тонкую энергию тела и начинает процесс, кульминирующий в объединении чистой космической энергии (Шакти) и чистого сознания (Шивы). Спираль, таким образом, служит символом обновления жизни через контакт с божественной, творческой и исцеляющей энергией глубочайших слоев души.

Спирали в вашей мандале могут показывать ваши «спиральные тенденции», которые являются «стремлением и ростом по направлению к целостности» (Пюрс, 1974:9). Они могут указывать на ускорение энергии. Спирали могут сопровождать поток образов бессознательного в форме сверхъестественного знания,

озарения и вдохновения относительно природы реальности. Спирали в вашей мандале могут принести вам шаманский вызов: перевести ваше знание в форму, которая может быть полезна для окружающих.

Спирали в вашей мандале могут закручиваться как по часовой стрелке, так и против. Направление по часовой стреле часто показывают что-то, что движется в сознание или проявление чего-то (Юнг, 1974). Спирали, закручивающиеся против часовой стрелки, говорят о движении энергии назад к центру, или к бессознательному. Когда вы видите спирали в ваших мандалах, возможно вы чувствуете гармонию с космическими ритмами, которые помогают вам понять ваше место во вселенной. Создание спиралей может выражать течение вашей психической энергии, отражающей вселенную.

КВАДРАТ

Квадрат дает впечатление твердости, стабильности и баланса. Через свои четыре равные стороны квадрат выражает число четыре. Он говорит о балансе четырех равных, но разных элементов. Мы редко можем наблюдать квадрат в природе. Обычно он является продуктом человеческих усилий – для того, чтобы быть аккуратным, он должен быть тщательно измерен и соответственно расположен. Возможно, по этой причине на Западе квадрат является символом рационального мышления, человеческих достижений, земного существования и поведения, направленного на достижение целей. Например, в египетских иероглифах квадрат представляет достижение, тогда как квадратная спираль олицетворяет «конструктивную, материализованную энергию» (Сирло, 1962).

На востоке существуют несколько другие культурные ассоциации с квадратом. В Китае черный квадрат символизирует землю с ее женским качеством инь. В Индии квадрат имеет значение *падма*, или лотос, и связывается с архетипической женской *йони* (Юнг, 1974). Литургия тибетских мандал использует квадрат для обозначения дворца или святилища. Он определяет священное место, где помещается символ божества. В этих культурах квад-

рат представляет материю и символизирует принцип, которые управляет воплощением духа в материи.

Помещенный в круг квадрат, который затем снова заключается в круг, является алхимическим знаком, связывающим вместе символ небес, круг, и символ земли, квадрат (Сирло, 1962). Он представляет попытку уравновесить противоположности при помощи синтеза, таким образом иногда получив новое из диаметральных противоположностей. Юнг говорит нам, что помещенный в круг квадрат является символом алхимической работы, описанной как разрушение «... первоначального хаотичного единства на четыре элемента и затем [собрание] их вновь в более высокое единство» (1974:198). С точки зрения Юнга, круг представляет единство, а квадрат – четыре элемента.

Юнг (1973b) упоминает круг, помещенный в квадрат, как фигуру, которую он наиболее часто наблюдал в мандалах своих пациентов. Он рассматривал его как доказательство динамизма Самости, той сверхъестественной архетипической силы природы, которая регулирует гармонию психической жизни человека. Юнг видел, что мандала, и все ее формы, характеризующиеся четвертичностью, рождаются в попытках души уравновесить вечно соперничающие возможности, предлагаемые четырьмя функциями мышления, чувств, ощущений и интуиции.

Келлог (1977) предполагает, что форма квадрата в мандалах может представлять окружающий мир человека, людей и ситуации, которые его составляют. Когда квадрат заполняет круг, Келлог находит, что мандала приобретает особое значение. Она символизирует консолидацию энергии, необходимой для усиления эго. Мандала такой формы может показывать результат установления личной идентичности и освобождения от зависимости от родителей. Келлог предполагает, что мандалы такой формы показывают, что

символически, человек находится в контакте с материнской и отцовской силой внутри себя. Он может начать включать в себя прямые линии как сознательную способность планировать... человек более не чувствует, что им кто-то управляет, а достигает центра активности. Он связывает вместе и принимающую, и активную части себя (1978:119).

Рациональность, приземленность и твердая опора в реальности символизируются прямыми сторонами квадрата. Тогда как внешний круг мандалы говорит о психологических границах человека, присутствие квадрата внутри круга мандалы говорит о качествах, символизируемых квадратом, как о включенных в психику. Это может включать в себя ясное мышление, готовность к учебе и стремление к достижениям. Подобные мандалы появляются в том время, когда мы тесно связаны с Самостью, часто под маской архетипических родителей. Когда вы видите квадраты в ваших мандалах, и когда вы вписываете квадрат в круг, вы получаете дар повышения энергии, которая может быть выведена в сознание. При этом ваша самооценка улучшается и вы в состоянии предпринять поистине героические усилия.

ЗВЕЗДА

Звезды сияют на темном ночном небе и помогают страннику попасть домой. Для тех, кто знает их рисунки, они представляют величественные процессии фантастических созданий, божеств и архаичной утвари. Древние считали звезды символом небесной благосклонности и указаний. Именно звезда привела мудрецов в Вифлеем и указала место, где находилось Божественное Дитя.

Персы почитали утреннюю звезду как проявление богини Инанны, Королевы Небес. Мы можем найти звезды и в христианском символизме. Дева коронована звездами. «Стелла Марис», или Звезда Моря – один из титулов Девы. Христос так же символизируется сияющим небесным телом: сначала как ребенок, чье рождение было отмечено появлением звезды, а позже, когда он говорит о себе «Я есмь корень и потомок Давида, звезда светлая и утренняя» (Откровения, 22:16).

Восходящая звезда ассоциируется с чем-то, что приходит в жизнь, как, например, рождение выдающегося человека. В Библии звезда ассоциируется с появлением иудейского Мессии. Падающая звезда говорит о том, что небесное или духовное приходит на землю и влияет на материальное существование. Согласно легенде чероки (Айвахо, 1987), Звездная Женщина выпала из своего жилища в созвездии Плеяд. Ее появление на земле пробудило спящих созданий, которые затем стали людьми.



Китайский символ небес (по Сирло, 1962, рис. XVI).

Звезды так же связывают с душой. Согласно древним греческим философам душа не полностью находится в теле. Часть ее возвышается над человеком как звезда. Звезда души создает для человека вдохновение, творчество и энтузиазм. Похожая идея была выдвинута алхимиком Парацельсом. Он верил, что «истинный человек – это звезда в нас. Звезда желает продвинуть человека по направлению к великой мудрости» (цит. Юнг, 1983:131).

Юнг часто видел звезды в мандалах своих пациентов. Обычно они помещались в центре и имели четыре, восемь или двенадцать лучей. В работе одного мужчины Юнг идентифицировал четырехконечную звезду как символ Самости, «появляющейся как звезда из хаоса» (там же, 1973b:90-91). Звезда представляет «трансцендентную совокупность» (там же, 98), которая подчиняет беспорядок.

Пятиконечная звезда может быть основана на естественных формах растений, как цветы и плоды, которые считаются атрибутами богинь. Например, сердцевина яблока похожа на звезду. Пятиконечная звезда появляется в египетских иероглифах, где она означала «восхождение к месту возникновения» (Сирло, 1962:295). Это может относиться к Нут, богине ночного неба. Перевернутая пятиконечная звезда, с другой стороны, символизировала разрушение, демонические силы или оккультизм.

Келлог (1977) видит в пятиконечной звезде форму, которая напоминает человека, твердо стоящего на двух ногах. Она соглашается с Юнгом, который рассматривал пятиконечную звезду как символ «материального и телесного человека» (1973b:89). Их работы предполагают, что пятиконечная звезда в мандале вызывает устойчивое чувство идентичности. Келлог находит, что звезда так же может предоставить информацию о взаимодействии человека с материальным миром. Согласно ей, появление звезд в мандалах говорит о способности принести вдохновение в реальность.

Звезда, которая заполняет пространство вашей мандалы, передает чувство собственного достоинства, идентичность, миссию и готовность к достижениям. Несколько маленьких звезд говорит о возможностях, завершении целей или производительности. Конечно, у звезд может быть сколько угодно лучей. Изучая звезды в ваших мандалах, сосчитайте количество лучей. Число и его символизм может быть рассмотрен, когда вы интерпретируете значение. Звезда объявляет вашу идентичность как отдельного существа. Во вселенной вы уникальны. Звезды в мандале так же могут напоминать вам, что вы – создание с душой. Вы должны укрепить особую связь с вашей истинной внутренней Самостью и прожить судьбу, принадлежащую только вам.

ДЕРЕВО

Дерево – это символ жизни, вечного изобилия и самообновления. Одно время деревья считались священными. На вершине месопотамских зиггуратов возвышалось живое дерево, дар Инанне, богине плодородия. Друиды почитали своих богов как священные рощи. Те же деревья считались предсказателями, чьи голоса могут интерпретировать только мудрецы или жрицы, живущие под их ветвями (Уолкер, 1988). Библия упоминает Девору, мудрую женщину, жившую и творившую суд под деревом, носившим ее имя (Судьи, 4:5).

На Древе Жизни в Эдемском саду вырос плод, дававший осознание добра и зла. Его созревание ввело первую пару в мир дuality. Традиционно считается, что крест, на котором был распят Иисус, был вырублен из этого дерева. В средневековой

христианской живописи крест иногда показан как живое дерево, цветущее и дающее плоды, как в первичном саду.

Стремление вверх веток деревьев уравновешивается простирающимися вниз корнями. Это делает дерево подходящим символом связи между разными уровнями реальности – нижний мир подсознания, средний мир земли и обычного сознания и верхний мир небес или трансперсонального сознания. Мистическое мировое дерево северных традиций, Иггдрасил (Yggdrasil), является примером дерева, которое создает и поддерживает жизнь, через свою связь с различными уровнями бытия. Мистическое дерево Каббалы так же растет через несколько уровней, когда эманации спускаются для творения мира, и в конце концов, поднимаются тем же самым путем, завершая творение.

Такой символ, как дерево, связывающий различные уровни реальности, называется *axis mundi*, или мировой осью. Другие символы мировой оси – крест, лестница, ступенька и гора. Мировые оси указывают на мистический центр вселенной. Они являются мостом или лестницей, через которую душа достигает Бога (Сирло, 1962). Дерево, таким образом, может быть символом связи с Богом.

Юнг рассматривал символ дерева как представляющий архетип Самости. Самость может считаться образом Бога, существующим внутри каждого человека. Он пишет, что «если мандала может быть описана как символ самости в разрезе, то дерево тогда будет представлять вертикальный разрез: Самость, изображенная в процессе роста» (1983:253). Юнг чувствовал, что дерево символизирует стремление в каждом из нас к росту и реализации внутреннего образа целостности, отражающего совершенство Бога.

У дерева богатый символизм. Наиболее частые ассоциации с ним перечислены Юнгом:

...рост, жизнь, разворачивание формы в физическом и духовном смысле, развитие, рост снизу вверх и сверху вниз, материнский аспект (защита, тень, приют, созревание фруктов, источник жизни, твердость, постоянство, прочные корни, но так же «укорененность в одном месте»), возраст, личность, и, в конце концов, смерть и возрождение (1983:272).

Когда вы видите дерево в вашей мандале, знайте, что это образ вас самих, так же как и символ Самости. Дерево, которое вы нарисовали, может включать указания на «забытые» несправедливости в сломанных ветвях или дуплах в стволе (Хаммер, 1975). Ваша способность позитивно взаимодействовать с окружающими может быть показана широкой кроной. Дерево без листьев может показывать, что вы находитесь в спящей фазе, когда, как дерево зимой, жизненная энергия не видна, спрятанная глубоко в корневой системе.

Женщины-матери часто рисуют деревья с плодами ли цветами. Если дерево в вашей мандале выбивается за границы круга, вы можете чувствовать стремление вырасти за пределы знакомых границ идентичности, которые вы сами для себя установили. Когда показаны корни вашего дерева, вы можете чувствовать себя в небезопасности, ощущать потерю корней или уязвимость. Вы так же можете испытывать проблемы с ногами. Нарисованное вами дерево отражает вас целиком: физический, эмоциональный и духовный аспект того, кем вы являетесь.

ТРЕУГОЛЬНИК

Треугольник – символ динамизма, указатель направления и атрибут богов, как женских, так и мужских. Он связан с числом три. В христианстве треугольник является символом Троицы, т.к., как и Троица, три его одинаковых части соединены в одно целое. Более общее духовное значение найдено в направленном вверх треугольнике Юнгом (1974). Для него это символ устремлений вселенной, которые сходятся в точке единства.

Треугольник, направленный вниз, является символом женственности, так как напоминает женскую лобковую область. В индийской традиции он называется *йони янтра* и является религиозным символом, представляющим женский принцип, как источник всего. Уравновешивающий мужской принцип представлен треугольником, направленным вверх. В Индии для медитации используются прекрасные мандалы, основанные на взаимном переплетении треугольников, направленных вверх и вниз.

Похожую форму, называемую Печать Соломона и любимую средневековыми мистиками, мы находим в европейском символизме. Шестиконечная звезда, как и йони янтры, образована пересечением двух треугольников. Для алхимиков треугольник, направленный вверх, символизировал огонь (либидо, жизненная сила, дух, ян), тогда как треугольник, направленный вниз, символизировал воду (бессознательное, возможное, естественного человека, инь). В метафорическом языке этих философов соединение огня и воды производит человеческую душу (целостного человека). Соломонова печать представляет и это слияние, и душу саму по себе (Сирло, 1962).

Поэт Йетс (Yeats) (как описывает Пюрс, 1974), представил медитацию, основанную на идеях алхимиков. Он визуализировал две конические спирали, закручивающиеся вверх и вниз через тело и встречающиеся в области сердца. Нижняя спираль представляет огонь, верхняя – воду. Встреча и переплетение этих двух спиралей в сердце было проводником для удовлетворения мистического стремления к объединению духа и материи. Это символизируется шестиконечной печатью Соломона, которая в индуистской традиции является символом сердечной чакры.

В иудейской традиции шестиконечная звезда имеет большое значение как Звезда Давида и символ иудейской религии. Иудейская мистическая традиция считает, что звезда представляет мистическую пару в тесном объятии на земле обетованной. Уолкер (1988) утверждает, что эта идея, возможно, возникла под влиянием индуистской религии.

Шестиконечная Соломонова печать в мандале может быть показателем того, что вы успешно соединили противоположные силы и создали новый синтез. С точки зрения Келлог (1977), этот символ говорит о совершенном балансе между энергиями, символизируемыми треугольниками, направленными вверх и вниз. Когда вы видите шестиконечную звезду в вашей мандале, возможно вы недавно завершили какую-то большую часть работы. Возможно, вы испытываете чувство гармонии, завершенности и удовлетворения.

Треугольник, направленный вверх, в мандалах обычно возвещает о появлении чего-то нового, возрождении или взрыве

творчества. Келлог находит, что треугольник в центре мандалы связан с вдохновением, тогда как треугольник, чья вершина находится близко к центру мандалы, отражает уверенность в себе. Треугольник так же может символизировать содержание бессознательного, выталкиваемое в сознание (Юнг, 1973b). Выяснить, что конкретно выходит на свет, иногда можно через ассоциации с цветом треугольника.

Треугольники, направленные вниз, видимо, показывают идеи, которые были высвобождены из сознания. Они так же могут отражать окончание, или время перемен, которое следует за завершением чего-либо. Согласно Келлог, они представляют «тягу к земле или смерти и разрушению» (1977:126). Они говорят о временах, когда ваше осознание жизни, смерти и возрождения увеличивается через опыт потери. В древние времена этим циклом управляли темные богини, такие как Геката, Кали или Тиамат.

Треугольники являются указателями направлений в мандалах. Они указывают не только направление вверх или вниз, но и к центру или наружу. Один или больше треугольников, указывающих наружу в мандале, могут говорить о присутствии агрессивной энергии или ощущении, что вы нуждаетесь в самозащите (Юнг, 1973b). Один или более треугольников, указывающих на центр, могут отражать внутреннюю агрессию, направленную на себя же.

Вы должны тщательно рассмотреть другие символы вашей мандалы, на которые указывают треугольники. При помощи треугольника ваше бессознательное может подсказывать вам, что нужно обратить на что-то особое внимание. Ассоциации с символом, подчеркнутым треугольником, могут помочь вам выяснить, что для вас по-настоящему важно. С этим знанием вы можете установить приоритеты, связанные с глубочайшими указаниями вашей души.

Треугольники в ваших мандалах представляют изменения. Они направляют наше внимание на вечный баланс поднимающихся и опускающихся энергий. Треугольник может показать вам, что необходимо знать, чтобы оставаться на этом уровне. Треугольники могут указать вам на вашу связь с душой глубоко в сердце.

ПАУТИНА

Паутина – архетипический символ ткачества, которое воплощает формы. Паучиха в своей паутине многими народами считалась воплощением богини. Греки считали ее Арахн, богиней прядения. Считалось, что у нее есть сила растянуть судьбу человека.

Легенды коренных американцев рассказывают о Женщине-паучихе, создательнице вселенной. Ее работа началась с прядения двух нитей, которые она протянула с севера на юг и с востока на запад. По мере того, как она пряла, дни принимали свою форму. Ночью она распускала то, что напярля днем. Такое же место занимает паучиха в индийской культуре. Она рассматривается как символ Майи, ткачихи, которая создает иллюзорную реальность нашего мира чувств.

В нашей культуре с паучихой связаны некоторые дурные ассоциации. Она олицетворяет негативные аспекты женственности, которая обольщает, пожирает, разрушает. Хотя ее прекрасная паутина – источник подлинного изумления и восхищения. Согласно Роберту Джонсону, паучиха, сидящая в своей паутине может быть рассмотрена как мандала, символизирующая материнский комплекс.

Паучиха в своей паутине (как часто это снится людям!) – это рудиментарная мандала, которая представляет источник энергии, из которой развивается мандала. Форма паучихи похожа на мандалу, т.к. она представляет собой круг с лапками, расположенными симметрично. А паутина, конечно же, является мандалой сама по себе.

Обратной стороной этой энергетической системы является то, что мандала всегда женская (хотя она может содержать мужские элементы), и отношение человека к женственности является решающим в вопросе, существует ли система патологии (жертва паука) или начинается процесс исцеления (паутина). может ли появиться в мандале паук-самец? Они меньшего размера и погибают после спаривания. Таким образом, любой паук, которого мы видим, является самкой, и, следовательно, великим символом источника энергии мандалы. Развертывание материнского комплекса (паучиха в своем ядовитом аспекте) в исцеляю-

щую форму мандалы – очень большая часть духовного развития человека. Для мужчины сделать это сложнее, чем для женщины, но является общей задачей для них обоих. (личная беседа, 1990).

Келлог так же связывает паутину в мандалах с переживанием женственности. Она находит, что она символизирует тесную связь с матерью как основу для нового роста. Это может вызывать воспоминания реального опыта до рождения, или может быть связано с началом нового цикла личностного роста. Если паутина в вашей мандале целая и хорошо прикреплена к кругу мандалы, это означает, что в вашей последней инициативе необходимые задачи были решены. Келлог считает, что порванная паутина может быть символическим переживанием пренатального существования, когда жизнь была под угрозой по причине «недостаточной воли к борьбе» (1978:91), или неблагоприятным условиям в матке. Она находит, что опасный опыт на ранних этапах жизни может быть связан даже с наркоманией в более позднем возрасте. Наркоманы, утверждает она, могут «насыщать сами себя лекарствами для того, чтобы удерживать подобные воспоминания вне сознания» (там же).

Когда вы видите паутину в вашей мандале, возможно вы пересматриваете какие-то из ваших детских воспоминаний. Вы можете так же закладывать основу для нового цикла роста. Символизм паучихи в ее паутине связывается с первичными актами творения и разрушения; как объясняет Сирло, «паучихи, в их непреклонном ткачестве и убийстве – созидании и разрушении – символизируют постоянную смену сил, от которых зависит стабильность вселенной» (1962:290).

Ритмы паука так же могут говорить о продолжающейся смерти и возрождении эго, в то время как оно проходит через бесконечные трансформации, которыми управляет Самость, таинственный центр паутины жизни.

Глава 6

БОЛЬШОЙ КРУГ ФОРМ МАНДАЛЫ

Всему свое время, и время всякой вещи под небом.

Екклесиаст, 3:1

Времена года показывают нам цикл роста: посадка семени, рост растения, его созревание, жатва, за которой следует молотба, и возврат семени в землю, чтобы дать начало новому циклу. Переживание времен года ведет нас к тому, что мы замечаем циклы: повторяющуюся модель. Сезонные ритмы придают форму нашим мыслям, предоставляя модель того, как вещи приходят в мир и как они уходят.

Например, информация о положении солнца и других небесных тел в зависимости от времени года выражена в зодиаке. Переплетение этих планетарных циклов разработано в астрологии, философии, которая придает смысл жизни во многих культурах по всему миру. Китайский *И-цзин* – другая древняя система для оценки естественного циклического течения событий. Чтение *И-цзина* дает возможность человеку соотнести свои действия с природными ритмами и жить с ними в гармонии.

Чем похожи эти системы? Они иллюстрируют общий процесс, посредством которого первичная энергия принимает форму, растет для завершения в воплощении, затем отпускает воплощение и возвращается к источнику, из которого она вышла. Они выражают в более точных терминах простые, но значительные уроки, которые мы получаем через наблюдение от зернышка растения на поле. Вполне естественно рассмотреть в свете подобных моделей и стадии человеческой жизни.

Природными циклами формируются не только наши мысли, но и наша внутренняя жизнь, будучи частью природы, сама по себе упорядочена и смоделирована, даже если иногда она не ощущается таковой. Например, рассмотрим ежедневный цикл функционирования нашего сознания. Когда мы спим, мы бессозна-

тельны. Когда мы просыпаемся, наше сознание возвращается, и с ним возвращается наше чувство собственной идентичности. К полудню мы, вероятнее всего, находимся в нашей лучшей форме: мы подвижны, мыслим ясно и хорошо справляемся со своими делами. Во второй половине дня мы чувствуем себя усталыми и сонными. К вечеру мы ощущаем краткий прилив энергии, наше чувство вкуса и запаха и чувствительность к звуку возрастает. Поздно вечером уровень нашей энергии падает и мы снова готовы сдать сну. Это естественный цикл, который повторяется каждый день.

Мы так же испытываем циклы большей продолжительности, некоторое из которых длится всю нашу жизнь. Таким циклом является индивидуация. Она продвигает нас из простой целостности детства к гораздо более сложной и комплексной дифференциации. Через взрослый период мы стремимся достичь полноты, уравновешенности и гармонии во всей полноте того, кем мы являемся на самом деле. По мере того, как время нашей жизни завершается, мы подходим к очень простой, вибрирующей полноте, которая подводит итог предшествующей запутанности. Архетип Самости управляет естественным циклом индивидуации.

Внутри процесса индивидуации мы находим динамические взаимоотношения между Самостью и эго, которые демонстрируют естественный ритм смены близости и разделения. Тесная связь между эго и Самостью открывается, когда мандалы рисуют маленькие дети. Их мандалы отражают тот факт, что эго развивается в структуре Самости. По мере того, как мы становимся молодыми людьми, эго отделяется от архетипических структур Самости. Мы встречаемся с Самостью вновь в середине жизни, обычно испытывая настоящую потребность реализовать наши неиспользованные возможности, прожить непрожитые жизни и завершить модели, ею предписанные.

Внутри этой большой модели взаимоотношений между эго и Самостью, существует множество отдельных приближений и удалений. Как взрослые, мы можем осознать Самость во времена кризисов или переходных периодов, когда его образ появляется в наших снах, рисунках или в обычных дневных встречах. Это

происходит потому что Самость не только олицетворяет центр и вместилище души, но и, как объясняет Эдинджер (1987), Самость так же служит поручителем эго. Она стоит позади эго, где бы оно ни было, и поддерживает структуру эго в то время, когда его функционирование нарушено или осложнено.

Самость присутствует с нами всегда, осознаем мы это или нет. Взаимоотношения между эго и Самостью продолжаются в течение всей нашей жизни. Фактически, здоровая связь между ними очень важна, если человек хочет быть полноценно функционирующей личностью. Именно эта связь выковывается в процессе индивидуации.

Эдинджер осмыслил танец между эго и Самостью как спираль, по которой эго приближается к Самости, а затем удаляется от нее на позицию разделенности. Во время разделенности между эго и Самостью, человек часто чувствует себя подавленным и отчужденным. Когда это тесно связано с Самостью, человек может испытывать чувство силы и наполненности. В течение жизни человек много раз переходит от одной позиции к другой и бесчисленное количество раз попадает в промежутки между ними.

Эдинджер иллюстрирует ритмические взаимоотношения между Самостью и эго при помощи круга. На его вершине мы находим тесную связь между эго и Самостью, как первоначальную целостность, испытываемую детьми. Продвигаясь по часовой стрелке на правую сторону, эго отделяется от Самости. Связь становится более удаленной до тех пор, пока мы не находим эго переживающим отчуждение от Самости. Эта точка отмечает начало нового приближения эго к Самости. Продвигаясь по часовой стрелке по левой части круга, мы замечаем, что воссоединение с Самостью переживается, ведет в конце концов к идентификации эго с Самостью и новому переживанию раздувания эго. Затем цикл повторяется.

Наша внутренняя жизнь выражается через образы, которые мы видим в сновидениях, воображении, рисунках. Архетип Самости, как мы знаем, часто отражается в мандале. Связываются ли какие-либо определенные формы мандалы с индивидуацией? Если да, то можем ли мы определить мандалы, которые предоставляют нам информацию относительно взаимоотноше-

ний между эго и Самостью? Работы Юнга, фон Франц, Хардинга и Келлог предлагают нам некоторые интересные ответы на эти вопросы.

Юнг часто видел мандалы, выражающие индивидуацию, в рисунках своих пациентов. Он составил следующий список рисунков, которые он наблюдал:

1. *круговые, сферические или яйцеобразные формы.*
2. *Круг становится цветком (розой, лотосом) или колесом.*
3. *В центре помещаются солнце, звезда или крест, обычно с четырьмя, восьмью или двенадцатью лучами.*
4. *Круги, сферы и крестообразные фигуры часто представлены во вращении (свастика).*
5. *Круг образован змеей, обвившейся вокруг центра, как кругом (Уроборос), так и спиралью (Орфическое яйцо).*
6. *Помещение в круг квадрата или наоборот.*
7. *Мотивы замка, города или внутреннего двора (теменос), круглые или квадратные.*
8. *Глаз (зрачок и радужная оболочка).*
9. *Кроме четверок (и кратных им), так же имеются тройки и пятерки... (1973b:77).*

Юнг не упоминает определенного порядка, по которому формы перетекают друг в друга. Они просто говорили ему, что процесс индивидуации начался.

Фон Франц разделяет мандалы таким образом, что бы предположить, что мотивы могут циклично повторяться. Она объясняет, что

мандала служит целям сохранения – а именно, восстановления ранее существовавшего порядка. Но так же она служит творческой цели выражения и формирования того, что еще не существует, чего-то нового и уникального... этот процесс напоминает восходящую спираль, которая растет вверх, но в то же время возвращается снова и снова в одну точку (цит. Юнг, 1964:225).

Фон Франц описывает циклическую природу процесса, производящего мандалу, но она не упоминает определенных рисун-

ков, ассоциирующихся со стадиями роста. Хардинг, тем не менее, выделяет три формы мандалы и связывает их с успешными шагами в процессе индивидуации.

Она определяет эти мотивы как «круг», «мандала» и «герметичный сосуд». Круг говорит о полноте души. Мандала, согласно определению Хардинг, это круг, который включает в себя квадрат, крест или треугольник и представляет особую функцию согласования противоположностей. Герметичный сосуд может олицетворяться кастрюлей, яйцом, символом матки, котлом, потиром, или любым другим вместилищем фундаментальной трансформации. Хардинг заявляет, что «хотя эти символы сильно отличаются относительно формы и порядка появления в течение анализа разных людей, они все же приблизительно соответствуют стадиям процесса развития» (1973:323). Она предполагает, что, в то время как в опыте и мандалах разных людей существуют различия, процесс индивидуации, который лежит в основе множества этих форм, отражается универсальной моделью.

Обычно мандалы, которые видят аналитики, нарисованы их клиентами без всяких на то указаний. Клиент ощущает непреодолимую тягу к рисованию круговых рисунков. Такие мандалы появляются чаще всего когда человек проходит через какой-либо кризис. Это подавлено или находится в состоянии изменения во время переориентации, и привычный способ функционирования для человека более невозможен. Когда организация эго человека временно нарушена, создание мандал может быть смягчающим переживанием. Желание рисовать мандалы кажется открывающим организующую способность архетипа Самости, особенно в ее функции поручителя эго.

Нет необходимости дожидаться кризиса, чтобы рисовать мандалы. Тем не менее, мы должны поддерживать наши продолжающиеся в течение жизни взаимоотношения с архетипом Самости. Нам необходимо установить и поддерживать подходящую связь с этим первичным источником энергии внутри нас. Рисуя мандалы, мы можем позволить энергиям архетипической Самости подходящим образом обогащать и влиять на наше сознательное существование. Мандалы помогают нам получить информацию

от архетипической души через такие визуальные образы, которые могут быть интегрированы.

Как арт-терапевт, Джоан Келлог была первой, кто начал использовать мандалы для личностного роста. Для того, чтобы определить формы мандал, она проанализировала и проинтерпретировала тысячи образцов в течение семидесятых годов. Поначалу ее попытки найти упорядоченную модель, лежащую в основе личных вариаций, были безуспешными. Затем последовал прорыв, пришедший во сне: она увидела маленького человечка, уставившегося на нее в то время как она медленно шла по кругу, рисуя на песке палочкой. Вспыхнувшее озарение привело ее к созданию архетипических стадий Большого Круга мандалы (личная беседа, 1983).

Большой Круг состоит из двенадцати прототипических форм мандалы, которые отражают «спиральный путь психологического развития» (Келлог и ДиЛео, 1982:38). Каждая форма представляет определенную стадию продолжительного пути личностного роста. Двенадцать стадий заключают в себе разворачивающийся цикл, который мы проживаем не один, а множество раз. Мандалы Большого Круга отражают динамичные взаимоотношения между эго и Самостью.

Мандалы редко точно соответствуют единственной прототипической форме. Чаще в них появляются комбинации этих форм. Тем не менее, определение тех, что более всего подходят именно для нас, помогает понять положение эго во взаимоотношениях с Самостью. Это знание может позволить нам сделать выбор, который связывает нашу энергию с показанным процессом психологического роста.

Для того, чтобы лучше понять Большой Круг, давайте проследим каждую из двенадцати стадий на примере знакомых действий. Испечем пирог (адаптировано из Келлог, 1986). Процесс начинается первой стадией в нижней части круга. Здесь наша хозяйка спит глубоким сном без сновидений. На второй стадии она спит уже не так глубоко. Ей снится приятный сон: вишни, яблоки, что-то ароматное, все это переплетается без какой-либо определенной формы.

На третьей стадии она просыпается, и у нее появляется смутное, неопределенное, но однако непреодолимое желание что-то начать, - она не знает, что. На четвертой стадии хозяйка навещает свою мать и выясняет, как та печет шоколадные пирожные с орехами. Это очень весело, но на пятой стадии она в возбуждении уезжает, наполненная надеждой и сомнениями, для того, чтобы сделать что-то по-своему. На шестой стадии она понимает, что то, чего она хочет – это печь пироги, и таким образом, она хочет стать кондитером. Начинается ее образование. Она овладевает навыками и становится личностью, отделяющей свои собственные ценности, мысли и желания от того, что хотят ее мать и отец.

Наконец, на седьмой стадии, ее обучение закончено. У нее есть навыки, инструменты и ингредиенты, которые ей нужны для того, чтобы начать работать кондитером. На восьмой стадии она на самом деле делает это, печет пироги. Она воплощает в реальность то, что началось как сон на второй стадии.

С девятой стадией работа закончена. Появляется удовлетворение от завершенного дела. Но даже тогда, когда она наслаждается успехом, она понимает, что ее пирог не вечен. На десятой стадии удовольствие постепенно гаснет, и наш кондитер потеряна и не знает, что она будет делать дальше.

На одиннадцатой стадии у нее появляется мудрость для понимания, что то, что нужно сделать – это разрезать пирог, поделиться им с друзьями, и съесть его. Таким образом она получает обогащение от всего процесса и берет суть этого опыта с собой в двенадцатую стадию. На двенадцатой стадии она удовлетворенно вспоминает все события предыдущих стадий. Ей хочется спать. Вскоре она снова уснет, увидит другой сон и начнется новый цикл Большого Круга.

Как вы можете видеть из этого примера, каждая стадия имеет свои собственные задачи или вызовы. Она характеризуется определенным качеством сознания и определенными чувствами. Каждая стадия имеет свою точку зрения или перспективу относительно реальности. Когда мы обнаруживаем, что вернулись на ту или иную стадию, мы резонируем со всем ее предыдущим опытом. У нас есть возможность проработать и переосмыслить

прошлый опыт в свете текущего, и связать прошлое и настоящее в гармоничный узор.

Возьмем для примера нашу хозяйку. Возможно, когда она закончила школу в первый раз, процесс ее роста не был завершен настолько, чтобы ее отъезд из дома был полностью успешен. Когда она возвращается в школу позже на шестой стадии, чтобы изучить кулинарию, она вспоминает свой более ранний опыт. У нее есть возможность по-другому посмотреть на воспоминания того времени, так как она живет в настоящем. Она может закончить неоконченные дела и увидеть свой более ранний опыт в свете нового понимания, которое у нее есть в настоящем.

Пример приготовления пирога иллюстрирует двенадцать стадий Большого Круга. Большой Круг, как и понимание Эдинджер взаимоотношений между эго и Самостью, является схемой для описания длительной циклической модели личностного роста. Сравнивая два этих подхода, мы можем обнаружить, что место отчуждения эго и Самости в системе Эдинджер похоже на первую стадию Большого Круга Келлог. Идентичность эго и Самости на схеме Эдинджер можно сравнить с седьмой стадией системы Келлог. Другие стадии Большого Круга будут находиться между этими двумя положениями схемы Эдинджер.

Теперь, когда я представила идею Большого Круга, давайте обсудим каждую его стадию более детально. Я опишу тот опыт, который связывается с каждой стадией, задачи развития, качество сознания и чувства, с ней ассоциирующиеся. Словесное описание каждой стадии будет сопровождаться различными иллюстрациями форм мандал, которые Келлог определила как типичные для этой стадии. По мере того, как вы будете изучать Большой Круг, пожалуйста, помните, что ваши собственные мандалы редко будут точно соответствовать иллюстрациям. В ваших мандалах вы можете обнаружить характеристики нескольких стадий. Скорее всего, ваш опыт будет чем-то похож на каждую стадию, о которой напоминает ваша мандала.

СТАДИЯ ПЕРВАЯ: ПУСТОТА

Пустота – это воспоминания нашего самого раннего детства, воспоминания, записанные на клеточном уровне до нашего рожде-

ния. Эта стадия восстанавливает память об опыте, предшествующем разделению реальности на противоположности. С точки зрения мифологии, первая стадия представляет тот момент, когда тьма и свет, добро и зло, мужское и женское были разделены в мире. Она отмечает начало двойственности, окрашивающей человеческое существование.

Мистики возвращаются в это состояние сознания и затем продвигаются за пределы форм и категорий ума, достигая трансцендентного качества отсутствия двойственности, которая, с точки зрения психологии, напоминает состояние зародыша в матке. Состояние бесформенности и неразделенности, которое предшествует первой стадии, можно пережить в краткие моменты пикового опыта, когда мы движемся от окончания цикла Большого круга к первой стадии. Келлог называет эту стадию «белая пустота». Она представляет связь между Богом и сознанием. Переживая белую пустоту, человек чувствует «спасение, освобождение, радость, свободу, примирение, любовь и экстаз» (Келлог и ДиЛео, 1982:40). Белая пустота показывается мандалами, которые содержат блестящие белые области, часто в центре мандалы.

Иногда начало этой стадии переживается как падение во тьму. Говоря метафорически, это та точка, в которой сознание входит в материю. Эта стадия сравнима с темной первичной материей, с которой алхимики начинают свою работу. Келлог и ДиЛео описывают эту стадию как «темная пустота». Это «трансперсональное состояние неведения, тьмы, замешательства, отчуждения, боли, агонии, подавленности и сжатия, в которое попадает сознание, создавая материю» (там же). Первая стадия моторными функциями, умственными процессами и подавленными эмоциями некоторым образом напоминает сон. Мы чувствуем угнетенность. Мы становимся невнимательными. Жизнь ощущается как сон наяву и мы чувствуем себя лунатиками.

в этой фазе можно ощущать себя до некоторой степени комфортно, обладая верой в первичный порядок, но все же часто переживать ее довольно трудно. Взгляд на мир на этой стадии может чем-то напоминать взгляд рыбы: снизу вверх из-под воды на имеющие мало смысла формы на поверхности. Задачи этой ста-

дии – ждать, поддерживать веру, доверять процессу, быть терпеливыми.

Мандалы, которые создаются во время прохождения этой стадии, могут быть темными или полностью черными. Иногда это просто круг, оставленный белым, или цвет очень бледный. В мандалах очень мало форм, или их нет вовсе. Частично это происходит потому, что когда мы переживаем Пустоту, рисовать трудно.

Первая стадия активизирует воспоминания о внутриутробном периоде. Если наша ранняя жизнь в матке была ненадежной, или потому что нам трудно было расти, или среда в матке не была поддерживающей, то, когда мы вновь переживаем Пустоту, мы можем создавать определенные рисунки. Наша мандала может походить на паутину, черно-белую или сине-желтую. Паутина напоминает связь плода со стенками матки.

Интересно заметить, что паучиха играет важную роль в мифах творения Индии и многих племен коренных американцев. Как уже говорилось, она дает миру воплощение при помощи своего искусного, ритмичного ткачества. Роберт Джонсон указал на то, что паучиха и ее паутина представляют энергетический источник, из которого возникают мандалы. Когда мы создаем мандалу-паутину, возможно, мы возвращаемся для исцеления какого-то прошлого опыта и заново воссоздаем наш взгляд на реальность по мере того, как начинаем путешествие по Большому Кругу.

Пустота – это первичное начало нашего цикла роста. Это наш шаг из духа в материю, начало процесса, посредством которого мы уравниваем противоположности нашей человеческой природы. Странно, но иногда наши мандалы на этой стадии напоминают холодные, удаленные пространства арктических снегов. Столь многое происходит вдали от взглядов.

СТАДИЯ ВТОРАЯ: БЛАЖЕНСТВО

Вторая стадия называется Блаженство. Эта стадия соотносится с внутриутробным опытом как состоянием блаженного единства и вмещения всего. Сознание здесь размытое, сонное; ясное ощущение границ эго отсутствует. Как дитя в матке, мы не забо-

тимся о том, что есть мы, а что другие. Имеют значение только приятные переживания. На этой стадии существуют бесконечные возможности, но это время приостановления действий, пассивности и сновидческого состояния сознания.

Эта перспектива в какой-то мере безлична, непривязана и отмечена пассивным наслаждением миром и его удовольствиями. Мы идентифицируемся с питающими космическими ритмами вселенной в качестве *participation mystique*. Келлог находит, что подобный опыт на этой стадии усиливает веру в постоянное божество, «которое очень реально и комфортным образом населяет в равной мере все пространство» (1978:93). Тем не менее, если внутриутробный опыт человека не был положительным, возвращение к этой стадии может быть неприятным.

Блаженство характеризуется образами воды, «воды, которая оплодотворяет, очищает и растворяет» (там же). Мифологически эта стадия может быть описана как пролитая божественная сперма, в форме золотых капель солнечного света, на пассивные голубые воды первобытной женственности. Блаженство так же может символизироваться Уроборосом, легендарным змеем, который сам себя порождает и уничтожает.

Задача здесь начать различение между бесконечным количеством возможностей. Мы должны сфокусироваться на единственной, отбросив все остальные. Иногда это вызывает печаль, и мы скорбим, что так должно быть. Тем не менее, возможно, что то, что не было выбрано в одном из циклов Большого Круга, появится снова, и позже у нас будет возможность развить это.

Мандалы, создаваемые людьми, переживающими Блаженство, характеризуются малым количеством форм и ощущением текучести рисунка. Мы видим множество простых маленьких форм, рассыпанных как звезды внутри мандалы. Иногда мандала похожа на аквариум, наполненный икрой рыб, крошечными созданиями или странными растениями. Это намек на плодородие, но что развивается пока неясно.

Рисунок может распространяться на пространство вокруг мандалы. Цвета скорее всего голубые и желтые, бледная орхидея и пастельные розовые. Немного красного в таких мандалах может подчеркивать воспроизводство, как в желтке оплодотворен-

ного птичьего яйца. Темные оттенки синего могут отражать негативный опыт этой стадии, хотя Келлог находит, что «темный и светлый голубой с белыми пятнами и звездами будет появляться в мандалах при более внимательном, интеллектуальном опыте без проявления размытости» (1978:94).

Вторая стадия, Блаженство, - это место величественности, где нас затачивают воды мягкого мира. Время движется медленно. Мы ощущаем себя любящими и вечно любимыми. В этом сонном предраусветном существовании мы с трудом замечаем, что потеряно что-то важное: наша индивидуальность.

СТАДИЯ ТРЕТЬЯ: ЛАБИРИНТ ИЛИ СПИРАЛЬ

Третья стадия служит примером переживания того, на что похожа наша внутриутробная связь с маткой через пуповину. Она так же вызывает воспоминания усиления этой связи во время процесса родов. Сонное, пассивное состояние второй стадии ускоряется на третьей, совсем как ребенок, освобожденный от блаженного заключения в матке, начинает дышать, потягиваться и двигать ручками и ножками. Мифическая метафора для подобного ускорения жизни в Лабиринте – это дыхание Бога на воды, принесшее в мир жизнь и движение. Сознание в третьей стадии тревожно, интуитивно и сфокусировано. В течение этой стадии личное осознание идентичности начинает свое отделение от *participation mystique* – характерной черты второй стадии. Как объясняют Келлог и ДиЛео:

из бесчисленного количества звезд, из бесконечности возможных сознаний, одна звезда, одно индивидуальное сознание в конце концов возникнет в восьмой стадии «Функционирования Эго». Эта точка отмечает завершение первой половины пути. Из Универсального мы приходим в одиночное индивидуализированное сознание (1982:41).

Лабиринт или Спираль отмечает начало процесса, который завершается в индивидуализированном сознании. На третьей стадии человек испытывает активацию или реактивацию жизненных сил души. Эта стадия является началом путешествия,

конечная цель которого все еще остается загадочной. Это поиск без ясного осознания предмета поиска.

Космос, частью которого мы являлись на предыдущей стадии, в Лабиринте разделяется на верх и низ. Эта иерархия сознания представлена в мифологии как различные миры, связанные таинственными путями, как, например, дорога в Замок Грааля, внутренности чудища, звездная дорога на небеса или Древо Жизни. Слова мифов отражают опыт шаманов, художников и мистиков на различных уровнях сознания. Обряды инициации награждают молодого шамана новой пуповиной, связывающей его в определенной постоянной точке – такой, как звезда, – прямо со вселенной. Эта мистическая связь символизирует их движение из одного состояния в другое и служит образом, обеспечивающим безопасное возвращение из внутренних путешествий.

Когда мы живем в Лабиринте, мы осознаем уровни сознания. Мы можем найти, что мы вспоминаем наши сны и у нас появляется острое чувство присутствия отсутствующих любимых или возобновившаяся уверенность в божественном происхождении людей, взаимоотношений и событий нашей жизни. Хотя мы и способны осознать природу реальности, мы не в состоянии перевести наше знание в действие, потому что для этого у нас недостаточно определенной сфокусированности силы. Границы эго размыты. У нас нет четко определенного ощущения себя.

В Лабиринте мы чувствуем ускорение. Мы ощущаем, что растем, и степень, до которой мы меняемся, может в конечном итоге вызвать состояние головокружения. Наше настроение может быстро изменяться, отражая эфемерное чувство идентичности. Жизнь здесь приобретает значение через ощущение того, что началось что-то важное.

Задача шамана, который посещает необычные уровни сознания, состоит в том, чтобы принести полученные там знания назад и поделиться ими с племенем в такой форме, которая будет полезна. Наша задача на третьей стадии похожа на задачу шамана. Мы должны понять информацию, которую мы получаем в различных состояниях сознания, наших снах и озарениях, и придать им форму, которую могут понять, принять и использо-

вать другие. Кроме того, с этим изнурительным трудом мы реализуем себя.

Мандалы Лабиринта демонстрируют спиральные рисунки и часто содержат глубину или перспективу. Цвета обычно весенние пастельные, особенно светло-голубой, лавандовый и розовый, хотя яркие, этнические цвета тоже не являются необычными. Часто можно увидеть зеленые спирали, напоминающие растущие растения или виноградные лозы. Закручивающиеся линии типичны для мандал Лабиринта. В таких мандалах нет определенного центра. Келлог находит, что когда мандалы-лабиринты состоят из черных линий на белом фоне, «это говорит о начале процесса в пространственно-временном континууме, вращение души или духа, спускающегося в материю или майю» (1978:99).

Лабиринт или Спираль – время повышения осознанности. Мы ощущаем возросшую энергию и желание двигаться, творить и быть. Это время начала чего-то важного. По словам Келлог, «это отказ для поиска воплощения» (там же, 100). Лабиринт – это место поиска, где мы просыпаемся, чтобы найти мир странным, чудесным и таинственным местом.

СТАДИЯ ЧЕТВЕРТАЯ: НАЧАЛО

Четвертая стадия называется Начало. Она отмечает выбор всего лишь одной возможности из мириада присутствующих в третьей стадии и показывает, что развитие того, что выбрано, началось. Она напоминает зависимость младенца от питания матерью. Ребенок отделен от нее, но существует внутри ее мира.

Сознание здесь отражает восходящее осознание себя и уверенность в собственной уникальности. Когда мы проходим через эту стадию, закладывается или перерабатывается фундамент эго. На этой стадии мы можем с удовольствием заботиться о чем-то новом, юном и нежном в нас самих. В течение этой стадии совершенно нормально быть нарциссичным и поглощенным собой. Мы можем стать пассивными и зависимыми во взаимоотношениях – мы ищем временного восстановления отношений мать-ребенок.

Религиозные традиции используют наши положительные воспоминания раннего детства, чтобы рассказать нам о Боге как о любящем родителе, дающим нам необходимое питание. Интересно отметить, что круг с точкой в центре, древний символ Бога, можно легко увидеть в груди. Окна-розетки христианских церквей, в которых образ младенца Христа часто помещается в центр, является вариацией этого рисунка мандалы. Окружает его цветок, символизирующий Матерь Божию.

Задачи Начала – чтить рост нового и быть хорошим родителем самому себе. Вы можете обратить особое внимание на то, что ваше питание, отдых и упражнения идут на пользу вашему телу. Это – психологическое пространство раннего детства и вы можете возвращаться туда время от времени для обновления. Нужно лишь не цепляться за инфантильное поведение дольше, чем это необходимо.

В мандалах, которые создают люди в процессе Начала, есть центр – например, пятно, круг, зародыш или направленный вверх треугольник. Маленькая лодочка, покачивающаяся на поверхности спокойного моря, еще один мотив, типичный для этих мандал. Иногда в них появляется восьмерка, говоря о тесной связи между матерью и ребенком. Когда центр вашей мандалы содержит круг, возможно он символизирует внутреннего Бога, из которого вытекает опыт, приносящий вам новую жизнь. Линии в мандалах этой стадии типично извилистые. Цвета скорее бледно-розовые, лавандовые и голубые, особенно когда вы тоскуете по вашему младенческому существованию.

Начало – это романтическое время, когда легко верить. Это приятная стадия возвращает сияние младенчества, когда, как маленький принц или принцесса, мы сидели на троне материнских объятий. Некоторые из нас обольщены желанием прожить там всю жизнь. Это ошибка, т.к. мы призваны двигаться дальше. Если сознание дифференцировано, мы должны отделиться от своих родителей. Только этим путем можем мы достичь того индивидуального сознания, до которого способны дорасти человеческие существа.

СТАДИЯ ПЯТЬ: ЦЕЛЬ

Пятая стадия называется Цель. Она отражает резкую смену приятной сдержанности четвертой стадии. Цель вызывает воспоминания противоборства матери и малыша, начинающего ходить. Она несет чувство еще более раннего столкновения с «другими», когда matka начинает сокращаться и выталкивать ребенка из его уютного существования. Это неприятный опыт, но он необходим для начала выделения из рая, которое устанавливает нашу идентичность.

Здесь мы осознаем себя как того, кто страдает и не знает, почему. Навязчивые мысли – нередкое явление для людей, переживающих эту стадию. Это ощущение борьбы за усиление контроля с тем, чтобы превозмочь это состояние. Для этой стадии типичны проекции, когда мы приписываем наши собственные гнев и агрессию другим.

Мы чувствуем себя уязвимыми, злыми, возмущенными, преследуемыми и беспокоящими. Мы можем ощущать, что мы привлекаем нежелательное внимание. Для укрепления чувства безопасности некоторые могут найти прибежище в магическом мышлении. Мы можем представлять, что у нас больше власти, чем это есть на самом деле. Ритуалы и рутина становятся важными для поддержания нашего ощущение порядка.

С перспективы Цели мы видим мир как опасное место. Мы можем характеризовать эту стадию как переживание взаимодействия с плохой матерью в противоположность предыдущей стадии. Задачей здесь является взять на себя смелость встретиться лицом к лицу с нашими страхами с тем, чтобы смягчить проекции и отказаться от претензий на сохранение блаженного состояния младенчества. Чтобы оставить эту позицию, необходимо задействовать большое количество энергии, потому что здесь мы должны оставить мечту о слиянии с матерью, даже если нам нечего поместить на ее место. Пятую стадию можно сравнить с алхимическим сосудом, в котором ингредиенты плотно закупорены и давление увеличивается до тех пор, пока не произойдет трансформация.

Мандалы, созданные теми, кто переживает пятую стадию, напоминают цель. Здесь мы видим концентрические круги, цвета и

узоры которых расходятся от центра. Иногда, чтобы определить этот рисунок цели, мы должны представить мандалу сферой. Цвета обычно яркие. В комбинациях они часто не сочетаются.

Хотя о Цели сложно сказать что-нибудь положительное, давление этой стадии – часто именно то, что нам нужно для роста. Как указывают Келлог и ДиЛео,

именно в самом центре противоположностей, парадоксов, беспокойства и конфликтов человеческий ум может преодолеть свои ограничения. Для того, чтобы вызвать этот гигантский спазм сознания, мастер дзен дает своему ученику коан: «Покажи мне лицо до рождения!». Вступая в кажущуюся невозможной борьбу, человек в конце концов может выйти за ее пределы (1982:42).

СТАДИЯ ШЕСТАЯ: СРАЖЕНИЕ С ДРАКОНОМ

Шестая стадия называется Сражение с Драконом. Дракон, с которым мы сражаемся – это Уроборос, который представляет архетипических родителей. Влияние архетипических родителей остается в нас как интернализованные указания наших реальных родителей. Наша борьба – это отделение эго как носителя индивидуального сознания от структуры родительского мира идей.

Убийство дракона является метафорой освобождения самого себя от коллективных ценностей и стремлений, внушенных нам родителями или через родителей. Мы можем считать мать носителем коллективных стремлений и инстинктов. Отец передает ценности и традиции своего времени. Когда героическое действие завершено, архетипические родители принимают другое значение. Как говорит Нейманн, «они более не враждебные, ограничивающие силы, но спутники, дарующие свое благословение жизни и работе победоносного сына-героя [и дочери-героини]» (1974:22). Завершение этой внутренней работы облегчает взаимоотношения и с реальными родителями.

Мы развиваем индивидуальное чувство себя через Сражение с Драконом. Обычно это происходит в подростковый период, хотя много раз мы возвращаемся к этой теме и прорабатываем

вновь этот опыт. Взгляд на мир здесь – это взгляд юного героя, бунтовщика, крадущего огонь у Богов, Давида, сражающегося с Голиафом. Задачи – прекращение наших детских претензий к родителям, риск неповиновения и принятие ответственности за собственную жизнь.

Во время Сражения с Драконом нередко чувства отчуждения, страха, одиночества и депрессии, сменяемые воодушевлением, восхищением и счастьем. Здесь мы переживаем чувство потерянного рая и грустим о нем. Тем не менее, так же мы чувствуем, что идем вперед, навстречу высоким приключениям. Наши ощущения двойственны: мы встречаемся лицом к лицу с противоречиями нашего существования и претерпеваем напряжение противоположностей внутри нас самих.

Мандалы, нарисованные теми, кто находится в шестой стадии, демонстрируют разделение на две части. Часто третий объект или мотив появляется, наложенный на место разделения половин. Иногда мандалы Битвы с Драконом представляют из себя ландшафты. Земля символизирует мать, а небо – отца. Восходящее в центре солнце отражает (воз)рождение эго.

Мандалы-ландшафты обычно выполнены теми цветами, которые мы наблюдаем в природе. Другие мандалы Сражения с Драконом характеризуются яркими цветами. Бок о бок могут появляться дополняющие цвета, придавая ощущение энергетического противоборства. Разделение посередине обычно единственная прямая линия, появляющаяся в этих мандалах. Большинство линий извилистые. Иногда даже центр разделяет извилистая линия, как в китайском символе инь-ян.

Шестая стадия – это время внутреннего конфликта. В наших взаимоотношениях так же иногда появляются ссоры. Со Сражением с Драконом мы определяем свои внутренние качества с тем, чтобы дать рождение новому пониманию себя. Это восхительное время, полное энергии, страсти и изменений.

СТАДИЯ СЕДЬМАЯ: КВАДРАТ В КРУГЕ

Седьмая стадия называется Квадрат в Круге. Эта стадия отмечена вполне законченным установлением эго. В это время у нас есть сильное ощущение своей автономии. У человека появляется



Круг, помещенный в квадрат

способность учиться, планировать и любить. Т.к. это тесно связано с Самостью, на этой стадии нередко ощущение раздувания эго.

На стадии Квадрат в Круге разрешается конфликт противоположностей. Больше нет перетягивания каната, присутствовавшего на шестой стадии. Говоря метафорически, человек возвращает родителям их самих. Мы включили в себя качества каждого из них, необходимые нам для полноценного функционирования взрослой идентичности. На седьмой стадии сексуальность, которая на более ранних стадиях была размыта, фокусируется на генитальном выражении. Человек готов к браку.

Это место баланса между материнской и отцовской силой. У нас есть доступ и к активному, и к принимающему. Мы больше не чувствуем себя объектом воздействия. Мы чувствуем себя способными действовать вместо того, чтобы быть объектом воздействия других людей. Мы готовы «действовать», а не просто «быть».

Наша перспектива – это вид с вершины мира. Сознание столь же ярко и интенсивно, как солнце в зените. Мышление выдвигает

гается на передний план, а больше всего приветствуется рациональность. Задачей здесь является приложить все усилия для поиска родственной души, найти дело всей жизни, взять на себя обязательства и приступить к работе.

Типичные формы мандалы Квадрата в Круге демонстрируют рисунки, которые характеризуются четверкой. Мы часто видим кресты, квадраты, звезды и цветы с четырьмя лепестками. Эти формы представляют интеграцию мужского (прямые линии) с женским (извилистая линия круга). Иногда мы рисуем мандалу полностью золотую или желтую, как солнце. Кажется, их появление вызвано переживанием эйфории от тесной связи эго и Самости. Отрицательная реакция на ощущение раздувания эго во время этой стадии часто может вызвать переход на противоположную позицию Большого Круга – в Пустоту.

Седьмая стадия – основная точка Большого Круга. Предшествующие стадии характеризуются извилистыми линиями. Там была очень важна тесная связь с родителями, особенно с матерью. Мы можем описать левую сторону Большого Круга как Матриархат. Тогда правую сторону Большого Круга мы можем считать Патриархатом. Со сдвигом к Патриархату мы достигаем стадий, когда на передний план выходят навыки и слияние с реальным миром. В наших мандалах стадий с седьмой по двенадцатую появляется больше прямых линий.

Квадрат в Круге – это место, где мы настаиваем на том, что во внутреннему ощущению считаем правильным. Это начало жизни, проживаемой согласно нашим собственным ценностям. За развитием нашей индивидуальности находится Самость, динамизм, который понуждает нас стать теми, кем мы должны стать. На седьмой стадии на нашу сознательную позицию более всего влияет архетип Самости. Она придает нам сил, и мы имеем смелость стать по-настоящему героями, прилагая все наши усилия на службу высоким идеалам.

СТАДИЯ ВОСЬМАЯ: ФУНКЦИОНИРОВАНИЕ ЭГО

Восьмая стадия называется Функционирование Эго. Это место представляет эффективное функционирование человека в среде. Это кульминация процесса, начавшегося на третьей стадии:

достижение индивидуального сознания. У нас есть ясное чувство того, что мы твердо стоим на земле, и точный образ тела. Мы больше не чувствуем себя одинокими, когда находимся одни. Мы активно вовлечены в реальность и находим удовольствие в работе. Когда мы переживаем восьмую стадию, у нас не только есть навыки для работы и жизни, но мы имеем способность согласоваться с реальным миром, работать в группе и реализовывать наши идеалы в действии.

Несмотря на ясное понимание реальности, в этот период нередко чувство раздувания эго, потому что оно остается тесно связанным с архетипом Самости. Реалистичная перспектива восьмой стадии означает, что человек способен к эффективной работе внутри большой группы. Мы поглощены тем, чтобы наше вдохновение приобрело форму, полезную для окружающих. Задачей здесь является уравнивание наших личных целей с задачами больших групп. Иногда мы должны искусно маскировать наши личные проекты с тем, чтобы они приобретали вид, согласующийся с стандартами общества.

Эта стадия – важный показатель мобилизации воли, и вместе с ней ощущения ответственности за следование собственной судьбе. Человек играет активную роль в мире и принимает ношу выбора. Число пять, связываемое с Функционированием Эго, символизирует человеческую фигуру, твердо стоящую на ногах раскинув руки в стороны для связи с миром. Келлог и ДиЛео пишут, что восьмая стадия «символизирует силу человека» (1982:43). Они, без сомнения, имеют в виду человеческую способность развивать сознание, хотеть, думать, творить и осознавать себя.

Люди, переживающие стадию Функционирования Эго, создают мандалы с такими рисунками, как пятиконечные звезды или цветы с пятью лепестками. Мы так же видим здесь свастику. Обычно можно видеть на восьмой стадии ее центральную точку и четыре луча, образующие в сумме пять элементов. Свастики включают в себя принцип движения, и подчеркивают ощущение человека как центра силы и эффективности.

Восьмая стадия – это время, когда наибольшее количество активности направлено на ясно определенные цели. Мы знаем себя, знаем, что и как мы ходим делать. Наши усилия хоро-

шо принимаются, потому что мы предлагаем восторг подлинного творчества в приемлемой форме. Время, проведенное нами на восьмой стадии, – наиболее продуктивно с точки зрения патриархального мира.

СТАДИЯ ДЕВЯТАЯ: КРИСТАЛЛИЗАЦИЯ

Девятая стадия, Кристаллизация, отражает завершение важных творческих усилий. Это может быть что-то вроде запуска нового дела, создания сада или семьи. Завершен может быть и какой-то этап внутренней работы. Вдохновение, которое придавало сознанию энергию, начинает уходить, потому что наша творческая активность близка к своему завершению.

Это настоящее объединение, т.к. мы придаем форму нашему месту в мире той работой, которую выполняем. Во время стадии Кристаллизации наши мысли могут быть столь ясными, что мы достигаем интеллектуального понимания мира и нашего места в нем. Эта стадия часто приносит чувство удовлетворения, гармонии и завершенности. Наше самоуважение поддерживается чувством гордости за выполненное. Кристаллизация напоминает средний возраст.

Выглядит ироничным, но это совершенная правда, что под весом наших достижений мы начинаем чувствовать неизбежность разрушения. Согласившись со стандартами патриархии завершить нашу работу, мы должны затем подчиниться законам природы, которые провозглашают: все, что создано, в конце концов должно быть разрушено. Совсем как роза начинает ронять свои лепестки почти сразу после момента своего наивысшего расцвета, так и достижения человечества обречены увянуть и потерять ту жизненную силу, которая у них была когда-то. Задачей Кристаллизации, таким образом, является насладиться нашим успехом как можно полнее, без того, чтобы привязаться к нему, чтобы мы могли с благодарностью отпустить наше положение, когда для этого придет время.

Кристаллизация сокращает патриархальный мир правил. То, что начиналось как акт творчества, становится стандартной процедурой по мере того, как повторяется вновь и вновь. Группа, собравшаяся для служения личным идеалам, превращается

в организацию со своей структурой. Мистические видения, перенесенные на бумагу, со временем становятся обрядами. Таким образом создаются некоторые наиболее прекрасные и изящные работы человечества.

Юнг (1974) предположил, что ритуальные мандалы Индии и Тибета именно таким образом происходят из личного опыта. Эти мандалы служили поколениям для руководства в медитации. Они состоят из сложных геометрических узоров, которые содержат в себе идею космического порядка, лежащего в основе хаотических событий воспринимаемой нами реальности. Окна-розетки христианских соборов могли иметь похожее происхождения как мистическое видение Бога в изысканном рисунке лепестков цветка. Созерцание этих ритуальных мандал успокаивает.

Мандалы, созданные людьми, находящимися в девятой стадии, - обычно приятные, симметричные рисунки, содержащие любые числа больше четырех. Из центра они простираются до окружности. Шестиконечная звезда, или цветок с восемью лепестками - примеры рисунков, которые мы здесь видим. Эти мандалы статичны, как будто они выхватили мгновенный сияющий неподвижный кадр. Они говорят об ощущении «бытия» более, чем о «делании», что отражает уменьшение творческой энергии во время этой стадии. Создание мандал Кристаллизации может создавать приятный баланс рационального мышления и окрашенного чувствами выбора цветов. Для своего успешного выполнения замысловатые узоры требуют планирования, измерения и аккуратного рисования. Здесь можно увидеть большое разнообразие цветов с преобладанием темных и ярких контрастных цветов осени. Возможно, больше, чем в других стадиях, использование цветов приобретает личную глубину значения для проекций, которые могут быть по-настоящему разоблачающими. Наши ассоциации с используемыми цветами могут рассказать о состоянии нашего ума, балансирующего на вершине успеха с перспективой скорого спада.

СТАДИЯ ДЕСЯТАЯ: ВРАТА СМЕРТИ

Десятая стадия, которая называется Врата Смерти, отмечает начало распада в нашем цикле Большого Круга жизни, смерть и

возрождение. Например, она может указывать на окончание наших родительских обязанностей, завершение проекта или уход на пенсию. Врата Смерти могут показывать окончание, возможно временное, царствования эго как центра души. Десятая стадия может обнаружить сдвиг по направлению к Самости - истинному центру психической жизни.

Во время Врат Смерти обычное существование становится мертвенным, пустым и бессмысленным. То, что однажды было совершено простым, более не кажется правильным. Появляется чувство пустоты, так как связь между эго и Самостью становится более отдаленной. Келлог пишет, что «Врата Смерти представляют смерть устаревших установок сознания и боль изменений» (1978:129).

Кризис середины жизни – типичный пример десятой стадии. Часто присутствуют чувства потери, подавленности и беспомощности. Перспектива у Врат Смерти характеризуется ощущением ограниченности, беспомощности и ощущением себя жертвой. Мы можем сознательно или бессознательно принять мазохистский тип поведения, когда переживаем эту стадию. Задачами ее будет установить новые цели в жизни, отпустить устаревшие идеи относительно того, кем мы являемся, и перенести боль отказа.

Мандалы, которые созданы переживающими Врата Смерти, часто содержат крест распятия. Каждый сектор мандалы может быть разного цвета, что символизирует фрагментацию. Человек ищет пятый элемент как символ объединяющего ядра. Келлог нашла, что когда мандала десятой стадии содержит пятый элемент, «страдания становятся экстатичными и приближается пиковое переживание» (там же, 130). Появляется мотив колеса, говоря о мученичестве и неумолимом повороте колеса жизни. Мотивы с Х содержат ощущение того, что человек находится на перекрестке и его тянет в обоих направлениях. Так же можно наблюдать треугольник, направленный вниз; он показывает «нисхождение в бессознательное в поисках обновления» (там же, 129). Типичные для этой стадии цвета – индиго и оттенки красного.

Во время Врат Смерти наши интересы смещаются от групповых к более личным. Мы все больше и больше осознаем наш

внутренний мир. Мы осознаем неумолимые циклы природы, особенно распад и непреклонное приближение смерти. Задачей здесь, по словам Мейстера Экхарта, является «Отпустить и положиться на Бога».

СТАДИЯ ОДИННАДЦАТАЯ: ФРАГМЕНТАЦИЯ

Одиннадцатая стадия, Фрагментация, это время страха, сомнений, потери смысла и дезориентации. Мир человека разваливается на части. Психологическое беспокойство во время Фрагментации может вызвать физические симптомы, такие как тошнота, диарея или отвращение к свету. Во время этой стадии мы можем найти себя в тревожном состоянии сознания, когда интуиция очень сильна и синхроничность становится обычным делом.

Фрагментация по-настоящему является темной ночью души. Когда мы находимся на этой стадии, мир больше не имеет никакого смысла. Мы ощущаем, что нами движут безжалостные силы, которые мы не можем контролировать. Появляются непрошенными странные, пугающие и дискредитирующие послания. Келлог и ДиЛео нашли, что «трансперсональный опыт, мечты и фантазии об увечьях, смерти, обезглавливании, унижении, разрушении [и] кастрации появляются на этой стадии в большом количестве» (1982:45). Задачей здесь является сдаться, посмотреть на тени, услышать голос трикстера – короче говоря, дать разрушиться существующему порядку.

Фрагментация может переживаться как время очищения. Келлог и ДиЛео объясняют, что «различные результаты предыдущих стадий развития сознания переживаются вновь, с тем чтобы мы могли освободиться от них, и больше не быть обусловленными ими» (там же). На одиннадцатой стадии мы должны вновь пройти опыт огромной потери и сильного разделения с первоначальным состоянием блаженного единства. Мы вновь повторяем внутри себя это жестокое и агрессивное действие с тем, чтобы стать свободными от воспоминания о нем.

Типичная форма мандалы выглядит как разрезанный пирог, где все кусочки разного цвета. Иногда мандала выглядит как сумасшедшее стеганное одеяло, без какого бы то ни было понятия о цвете или гармонии. У этих мандал нет центра. Ощуще-

ние дезинтеграции иногда показывается в мандалах при помощи цветов, которые накладываются друг на друга, результатом чего является неприятное впечатление грязи и беспорядка. Цвета в мандалах одиннадцатой стадии могут быть как темными и грязными, так и чрезмерно яркими и психоделическими.

Через Фрагментацию мы вновь спускаемся к Матриархату. Мифологически этот путь олицетворяется темными могущественными монстрами, которые уничтожают и разрывают на части все, имеющее форму, чтобы возвратить это бесформенности. Только так оно может быть принять Великой Матерью. Воспоминание о том, что это необходимый, естественный процесс, который сделает возможным чудесное рождение чего-то нового, может быть успокаивающим. Наша вера в более глубокий порядок может расцвести и провести нас через это время перехода.

СТАДИЯ ДВЕНАДЦАТАЯ: ТРАНСЦЕНДЕНТНЫЙ ЭКСТАЗ

Двенадцатая стадия, Трансцендентный экстаз, отмечает (благословенное возвращение домой, соединение раздробленного эго в новую конфигурацию. На двенадцатой стадии эго становится сияющим местом расположения сознания. Мы полностью осознаны, но чувствуем важность наших взаимоотношений с более высокой силой, Самостью. Наша психическая жизнь организуется вокруг Самости, ее подлинного центра. Эго функционирует как выражение динамизма Самости. Могущественные энергии, проходящие через эго в Трансцендентном Экстазе, обычно имеют своим результатом пиковые переживания.

Во время Трансцендентного Экстаза мы счастливы и чувствуем радость, гармонию и благоговение. Вместо ощущения вторжения света, как на стадии одиннадцатой, мы можем чувствовать себя залитыми светом. Противоположности, которые беспокоили нас, разрешены через внерациональное значение. Мир излучает безупречность, и мы являемся и общезначимым, и бесконечно малым его элементом. Эта стадия напоминает алхимическую квинтэссенцию, очень чистый синтез множества сложных процедур.

Энергию Трансцендентного Экстаза можно понять как пробуждение кундалини, свернувшейся в основании позвоночника.

Ее высвобождение выглядит как поднимающаяся по позвоночнику и расцветающая прекрасным цветком над головой энергия. По мере того, как энергия протекает через чакры по позвоночнику, препятствия, ограничивающие свободный поток прочищаются. Сознание живое, активное и рассеянное.

Мандалы, нарисованные на стадии Трансцендентного Экстаза, демонстрируют фонтаны света. Часто можно увидеть мандалы с потиром или другим сосудом, принимающим поток света сверху. Человеческие фигуры с распростертыми руками и птица в полете – так же часто встречаются. Хотя они могут быть центральным символом, но все же центральная точка находится на вершине мандалы.

Часто рисунок выходит за границы круга. Цвета – комбинации темного и светлого, как, например, темно-синий и бледно-желтый. Так же часто можно увидеть сияющие жемчужные цвета, ассоциирующиеся с нуминозным опытом. Мандалы Трансцендентного Экстаза создают впечатление сияния, духовного подъема и благоговейного вдохновения.

Задачи Трансцендентного Экстаза – принять дар благоволения с благодарностью и смирением, как плод полноценно прожитой жизни. Мы должны сохранить память об этом опыте как сияющее зерно во тьме. Там мы посадим его для проращивания нового цикла. Зерно Трансцендентного Экстаза несет нас вперед к новому началу Большого Круга.

Типичные формы мандал Большого Круга связаны с опытом, ассоциирующимся с каждой стадией. Модель личностного роста отдельного человека не будет точно следовать от одной стадии к другой по часовой стрелке. Вы можете перепрыгивать стадии или двигаться назад и вперед. Нередко вы двигаетесь от одной стадии к ее противоположности на Большом Круге.

Если вы рисовали мандалы несколько лет, помочь вам определить прогресс форм, отражающий ваше движение по пути индивидуации, может одновременный просмотр. Иногда одна стадия появляется гораздо чаще, чем другие. Возможно, это именно та стадия, в которой вы чувствуете себя наиболее комфортно.

Стадия, которая никогда не появляется в ваших мандалах, может быть для вас одной из наиболее трудных.

Созерцание мандал и их циклического изменения напоминает мне подъем на старый кирпичный маяк. Он высокий и тонкий, со спиральной лестницей. На каждом этаже – окошко. По мере того, как я взбираюсь по ступенькам, я могу выглянуть в окошко, как высоко над землей я нахожусь, как выглядит небо и где светит солнце. С каждым поворотом окна помогают мне нести мою ношу. Ваши мандалы похожи на эти окошки во внутреннем мире. Они помогают вам нести вашу ношу по мере того как вы проходите спиральный путь индивидуации. С тем, что вы видите в ваших мандалах, вы можете жить с большим осознанием, пониманием и принятием.

Глава 7

ТАНЕЦ В КРУГУ

Мандалы – это волшебные, схватывающие момент
зеркала пути
Добавляющие цвета и формы в устрашающий
внутренний танец;
Не имеющие конца, как вечность, то
приближающаяся, то удаляющаяся от края круга,
Проводящие линии туда и сюда, мягко
продвигающиеся в наших душах,
С просьбой лишь быть открытыми и дать себе
увидеть
Свет, который сияет, колесо, которое вращается
Вновь.

Морин Ричи (Maureen Ritchie)

Предыдущие главы предоставили нам информацию о мандале и о ее использовании. Эта глава посвящена историям людей, которые нашли мандалу полной значения дорогой к самопознанию. Их опыт показывает, как мандала может использоваться в поисках нашей внутренней истины, для уравнивания энергий, для личностного роста и исцеления. Давайте начнем с Дебби.

У Дебби, женщины тридцати с небольшим лет, было двое маленьких детей. Она была понимающей матерью, которая интуитивно предоставляла детям множество возможностей для обучения. По мере того, как дети росли, Дебби начала строить планы на будущее. Что делать? Затем, в один из летних дней, ее выбор стал очевиден. Вот как Дебби описывает свои переживания.

Момент принятия решения

Мы были на отдыхе с семьей на Поконосе. Тем летом я должна была принять решение относительно моей карьеры. У меня была возможность обучения в качестве секретаря суда. Это выгодное дело. Я умела печатать и способна была

обучиться остальным навыкам, но что-то говорило мне, что этого не случится. Это была техническая работа.

Всю свою жизнь мне нравилось работать с детьми. Хотя у меня не было педагогического образования, я подумывала о работе учителя. Но я чувствовала, что у меня недостаточные организационные навыки и у меня вызывала неприятие необходимость работать в образовательной системе. Все же я много думала о преподавании.

В один из дней, когда я рисовала мандалу, я отдала детям мелки. Они лежали на улице на столе под деревом. Я посмотрела из окна второго этажа на детей вниз. Внезапно меня переполнило ощущение, что преподавание – это работа как раз для меня. Меня наполнило тепло и я захотела поскорей нарисовать мандалу.

Я сбегала вниз и от руки нарисовала круг, который заполнила цветами. Я чувствовала небывалый прилив энергии. Я знала, что преподавание – это органичное выражение того, кем я являюсь. Рисование мандалы было утверждением того, что это именно то направление, которому я хочу следовать. Энергия, которую я ощущала, пересилила мои сомнения, принесла понимание того, что работа внутри системы возможна без вступления в компромисс с моими собственными целями и идеями как учителя.

Рисование мандалы было могущественным, трансцендентным переживанием. Мандала сама по себе стала осязаемым напоминанием об этом опыте. Она возвращает мне чувства, которые я испытывала, рисуя ее. Вдохновение. Мандала поддерживает меня, когда я на нее смотрю. Сейчас я преподаю и планирую пройти обучение, чтобы получить диплом.

Мандала Дебби (цветная вкладка, рис.3) наполнена желтым, цветом, который часто говорит об интуитивных озарениях, новом понимании или готовности учиться. Треугольники, цвета которых напоминают блеск драгоценных камней, окружают желтый центр и образуют группы по пять штук. Пять – число, ассоциирующееся с воплощением в жизнь мечтаний и стремлений. Повторяясь, форма треугольника символизирует динами-



Цикл психической жизни (Эдинджер, 1972:41)

ческое движение. Треугольники направлены своей вершиной к центру мандалы, показывая интенсивное сосредоточение на собственной идентичности.

Цвета треугольников – красный, фиолетовый и голубой – могут говорить о высвобождении энергии, которая была ограничена послушанием по отношению к матери. О том же говорят и желтые, оранжевые и цвета фуксии пятна в центре. Эти цвета часто появляются в мандалах женщин, которые достигают связи с собственной внутренней мужской частью, и освобождаются от самими же наложенных ограничений, когда-то поддерживаемых уважением к отцу. Эти цвета говорят об освобождении психической энергии для следования своим собственным целям.

Зазубренный край желтого и форма, напоминающая солнце, передают предчувствие перемен. Вся полностью эта мандала напоминает древнее поле сражения. Подобные мандалы говорят о задаче героя или героини служить благородным идеалам. Мандала Дебби появилась, чтобы стать призывом для ее собственных глубинных ресурсов силы, полученных изнутри и направленных наружу, в действие. Ее мандала олицетворяет твердое утверждение ее запроса реализовать ее уникальные способности учить маленьких детей.

Нита Сью узнала о мандалах на семинаре по арт-терапии, и они захватили ее воображение. Ее младший ребенок уехал в колледж. Работа ее мужа требовала, чтобы она снялась с места и переехала в другой город. Жизнь Ниты Сью менялась, и это активизировало ее подсознание. Давление к расширению ее осознания самой себя вступило в противоречие с ее желанием стабильности. Создавая мандалы, она смогла найти что-то стабильное в течение года перемен.

Год перемен

До тридцати лет я считала себя художником. Примерно в то время я хорошо помню, как я рассматривала альбом работ Ван Гога, восхищаясь его страстными цветами, и приняла сознательное решение закончить рисование. Я думала: «Я не могу справляться с цветами». Я знала, что я была права. Цвета разблокировали эмоции таким образом, которого я не могла терпеть. В то время, тем не менее, справляться с цветами означало выучить набор правил и применять их таким образом, чтобы получить одобрение. Ребенком я была частью хаотической семьи. Избегание конфликтов, поиск одобрения и усиление контроля где только возможно управляли моей жизнью. Когда меня постигали неудачи в этих трех областях, я убегала в фантазии при помощи книг или телевизора. По мере того, как росли мои две дочери, сложности семейной жизни рассеивали даже иллюзию контроля и свободы от конфликтов.

Впервые я начала работать с мандалами на семинаре «Путешествие в целостность» в возрасте 46 лет. В течение нескольких лет я проходила терапию у консультанта по имени

Майк, и с семьей, и одна. Для такого человека как я традиционное консультирование может стать длительным, медленно продвигающимся процессом. Я провела много времени, пытаясь выдавать «правильные» чувства и ответные реакции, которых, как я думала, ожидал от меня консультант, вместо того, чтобы честно столкнуться лицом к лицу с самой собой. Медленно мы продвигались и я училась. В конце концов я была готова к основному прорыву. Когда я увидела конференцию по Карлу Юнгу, которая проводилась в одном из моих любимейших мест, Пресвитерианской Ассамблее Мо-Ранч, я поняла, что мне нужно ехать туда.

Я посещала небольшой семинар по мандалам Сьюзан Финчер. Единственными ее инструкциями были рисовать круг и заполнять его цветами, но мой внутренний властный голос говорил мне, что рисунок должен иметь центр и быть симметричным. По мере того, как я рисовала, мне захотелось, чтобы прорвалось яркое солнечное сияние. Вместо этого желтый испачкался и выглядел испорченным. Когда Сьюзан спросила, есть ли в группе кто-нибудь, кто чувствует себя хуже, чем до того, как начал рисовать мандалу, я единственная подняла руку. Я почувствовала, что отделяюсь от группы, чьего одобрения я желала больше всего на свете. Я продемонстрировала неспособность проявлять подходящие чувства. Единственное, что я твердо знала, было то, что я не могу контролировать ни мандалу, ни свои чувства, когда я ее рисую.

После окончания конференции я рисовала почти по мандале каждый день. Мой план состоял в том, чтобы работать весь год и приехать на следующую конференцию с, так сказать, полным портфолио. Я так и сделала. Поначалу мне казалось, что я совершенно неспособна свободно размещать цвета. Мое сознание пыталось привести их к некоему порядку – не объективному порядку, но пыталось сделать этот «рисунок моей души» таким, чтобы он демонстрировал правильные символы аккуратного внутреннего мира – границы не слишком толстые и не слишком тонкие, цвета уравновешенные, и ни один не выделяется, не слишком

много и не слишком фрагментарные формы. В общем, это свидетельство могущественности мандалы, что я не смогла продолжать рисовать безупречные маленькие репродукции какого-то сознательного уровня. Совсем скоро я забыла все «правила», которые, как мне казалось, я знала, и разрешила цветам делать все, что им заблагорассудится.

Для меня работа с личными мандалами была прогрессивной. Я использовала масляную пастель, начинала с определенных форм и цветов, затем добавляла больше, иногда решительно стирая целые куски. Я соскребала цвета и даже использовала цветные карандаши и масляную пастель вместе. Я рисовала по несколько мандал в день. Я ставила даты, нумеровала и давала каждой из них названия. Работая с некоторыми из них, я принимала на себя роль каждой формы и описывала себя. Результаты имели некоторую разоблачающую функцию. Я обнаруживала факты о себе очень размытым образом, символически, не привязанные к определенным событиям или осознанию в каком бы то ни было словесно выраженном «знании», но больше в сноподобном ощущении взаимодействия сознания и бессознательного.

В своих дневниках и в терапии того времени я работала с негативным внутренним голосом, критикующим или высмеивающим меня, когда бы я не радовалась каким-либо своим достижениям. Противостоять голосу, который, как мне казалось, говорил правду, было трудно. Чтобы сделать это я использовала мандалы, молитвы, медитацию и терапию. Так же я использовала технику активного воображения. На одной из сессий активного воображения, когда я пыталась противостоять внутреннему голосу, который так часто останавливал меня негативными комментариями, я написала: «Большая комната. Я нарисовала три мандалы. Люди говорят: «О, как красиво!» или «Я чувствую связь, глядя на них». Ведущий выводит меня на сцену, чтобы все могли похвалить меня. Они аплодируют. Я улыбаюсь – счастлива и радуюсь тому, что я сделала. Но Голос слева говорит: «Кого ты пытаешься обмануть?» РАЗГНЕВАННАЯ, я пово-

рачиваюсь, но никого не вижу. Я говорю: «Нет! Я хочу получить это!», хотя спорить мне не с кем. Ведущий дает мне коробку – большую красиво упакованную коробку, похожую на подарок. Я беру ее. Голос говорит: «Да, вот оно! Оно внутри!» Его тон возбужденный. Я говорю: «Что в коробке?» Голос отвечает: «Ты не узнаешь, пока не развернешь». Но разворачивать коробку еще не время.

Это был первый раз, когда я увидела, как моя теневая сторона из негативной становится позитивной. Воодушевленная, я продолжила продвигаться все глубже и глубже. Всего лишь несколько дней спустя я нарисовала четыре мандалы, которые подвели меня к краю.

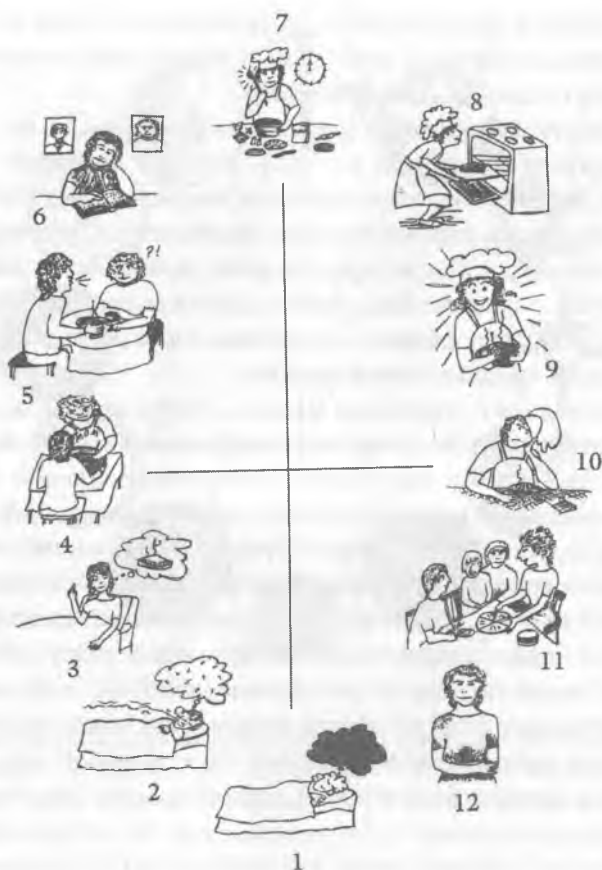
Как всегда я начала работать с мандалой в замешательстве. Первая содержала маленький белый цветок, сжатый со всех сторон чернотой. Вторую [не показана] я назвала по названию главы из поэмы Теннисона «Леди Шейлот» и сказала: «Смерть пришла к Леди, когда она посмотрела на жизнь лицом к лицу, а не через зеркало». Я так же связала ее с рассказом Роберта Джонсона «Девушка с серебряными руками» и со своим сном в Мо-Ранч, в котором у меня были серебряные стопы. Я подумала, что серебряные руки и стопы взаимодействовали с расколотым яйцом.

Я знала, что я была в эмоциональной беде к тому времени, но я продолжала толкать себя глубже. Пока я работала над следующей, я была переполнена удовлетворением и страстью, и прорвала бумагу в центре мандалы. Я написала на ней: «Я боюсь главного». В своем дневнике я сказала: «Я побеждена. Довольно. Я бросаю это. Каждый раз, когда я перестаю читать или смотреть телевизор, я начинаю плакать. Мне кажется, что я всегда плакала. Всю свою жизнь. Все, что я помню – это слезы или попытки не плакать, или попытки вести себя как следует. Довольно. Я ухожу». Когда позже я говорила с Майком, мы оба согласились, что это было что-то вроде самоубийства. Для меня уничтожить свою работу, порвать то, что я считала рисунком моей души, было криком боли. Роберт Джонсон говорит, когда вы решаете покончить жизнь самоубийством: «Отлично! Теперь убедит-

тесь, что не причините себе вреда, когда будете делать это». Для меня это было символическим самоубийством. Что-то старое умерло.

После того, как я достаточно успокоилась, я немедленно нарисовала другую мандалу. В то время это выглядело необходимым. Сейчас я смотрю на это как на высочайший акт мужества. Круг был, как я написала, «уменьшенный, маленький, но могущественный». Этот полный коллапс эго оставил что-то прочное и постоянное позади себя. На следующий день я назвала мандалу, я все еще была в «Не Хорошем Месте». Границы полностью растворились. К счастью, в течение этого времени я несколько раз разговаривала с Майком. Его поддержка помогла мне продолжить этот в высшей степени болезненный процесс. Мандалы были невербальным центром, который, - я верила, - помог мне справиться с довербальными чувствами. Что-то в процессе удаляло слой за слоем спрятанные чувства. Мое символическое самоубийство было прорывом, в котором я нуждалась, чтобы понять, что избегание своих чувств было гораздо более болезненным в более длительной перспективе, чем столкновение с ними лицом к лицу. Я приняла это. Я не понимала этого в словесном выражении и не могла объяснить. Я просто знала, что это так. Несколько месяцев спустя я закончила терапию. Я позволила себе снова изучать рисование, не только как инструмент терапии, но и как выражение того, кем я являюсь. У меня все хорошо.

Первая мандала в серии (цветная вкладка, рис.4), описанная Нитой Сью, предвещала усиление ощущения конфликта. Рисунок состоит из четырех частей. Четыре обычно ассоциируется с целостностью, балансом и гармонией, но мандала Ниты Сью демонстрировала совсем не это. Каждый участок полон движения, направленного против других частей, как будто это армии, столкнувшиеся в сражении. Большинство цветов – темные и грязные – говорят о разрушении формы где-то в конце круговорота Большого Круга мандал. Стрелы и ножи, направленные в центр мандалы, говорят о самокритичных мыслях.



Приготовление пирога в Большом Круге.

Ассоциации Ниты Сю с черным в ее первой мандале – «тень, сила, туча». Юнгианцы считают, что тень – это те наши качества, которые не соответствуют нашему представлению о том, кем мы являемся. Продвижение этих забытых частей на поверхность с тем, чтобы о них узнали, создает конфликт с предпочитаемой нами сознательной идентичностью, это. Нита Сю описывает черные стрелы в своей мандале как «сильные, толкающие...

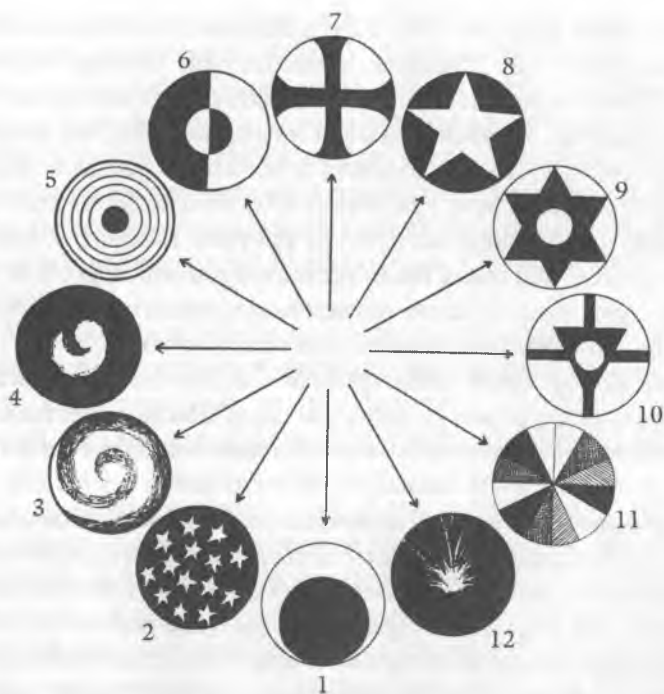
вырывающиеся из коричневого треугольника». Явно, что Нита Сью призывается узнать некоторые правду о себе, которая была спрятана в ее бессознательном.

В ее следующей мандале (цветная вкладка, рис.5) мы видим, что черный сформировал коробку, которая содержит цветок красного, белого и золотого цвета на голубом фоне. Эти цвета, так плотно запечатанные черным, намекают на запечатанный алхимический сосуд для продвижения трансформации. Нита Сью увидела розовый знак вопроса, окружающий коробку. Она не знала, что будет дальше – неуютное ощущение для тех, кто привык жить предсказуемой жизнью.

Как показывает следующая мандала (цветная вкладка, рис.6), внутреннее давление процесса трансформации продолжилось. Расколотые формы и яркие цвета показывают сильные эмоции. Черный сместился к центру. Здесь сильное давление, вызванное гневом и фрустрацией, порвало бумагу. Повреждение чьего-то творения похоже на нападение на себя самого. Тем не менее, для того, чтобы Нита Сью создала более подвижную идентичность, предшествующая идентичность должна быть разрушена. Прорванная бумага похожа на ритуальное действие, сопровождающее разрушение старого образа жизни. Она обнаружила более подлинную идентичность в следующей, маленькой мандале. Ее ощущение новой себя описано в стихотворении, сопровождающем мандалу:

Лицо в темноте
Видно едва-едва, и чтобы его увидеть
Нужно всего лишь взглядеться.

Она продолжала продвигаться, ведомая процессом своего роста. Глубина испытываемой Нитой Сью перестройки показана следующей мандалой (цветная вкладка, рис.7). Отсутствует круг мандалы, который часто отражает границы эго. Вместо него – поток цветов, омывающих черный ящик, как будто смывающих остатки старого. В черной коробке теперь ничего нет, кроме черного пятнышка. Нет сомнений, что именно эту коробку Ниту Сью уговаривали открыть во время активного воображения.



Архетипические стадии Большого Круга мандалы (Келлог, 1978): (1) Пустота; (2) Блаженство; (3) Лабиринт/Спираль; (4) Начало; (5) Цель; (6) Раскол/Сражение с Драконом; (7) Квадрат в круге; (8) Функционирование Эго; (9) Кристаллизация; (10) Врата смерти; (11) Фрагментация; (12) Трансцендентный экстаз (рисунки Джоан Келлог)

Цвета обрамляют коробку таким образом, что напоминают глаз. Этот мотив глаза, тонко вплетенный в рисунок, намекает на формирование нового эго, или «глаза»¹². Тем не менее, прежде чем новая организация ее эго будет завершена, мандалы Ниты Сю показывают, что ее опыт сдвинулся. Примерно неделю спустя она создала мандалу радужного опыта, показывающую заметное реструктурирование психической энергии (цветная вкладка, рис.8).

¹² по-английски «eye» - глаз и «I» - я звучат одинаково. - Д.О.

Через свои рисунки Нита Сью продолжила исследование новой идентичности. Мандала, нарисованная шестью неделями позже (цветная вкладка, рис.9), показывает укрепление ее внутренней работы. Голубая, похожая на коробку форма, занимает центр. Кажется, что она открыта и позволяет увидеть темноту внутри. У коробки есть три измерения, чего не было в похожих рисунках предыдущих мандал. Ее рисунок говорит о том, что что-то из темных теней было ассимилировано. Ясно, что Нита Сью распространила свою сознательную идентичность на личностную организацию более глубокую и открытую.

Коробка окружена геометрическими желтыми и красными формами, которые могут быть цветами. Шесть лепестков этой похожей на цветы формы говорят о соединении духа и тела в динамической связи. Он вызывает воспоминания о золотом цветке, описанном в качестве окончательной цели в алхимических текстах. Эта мандала является утверждением награды, завоеванной открытостью к бессознательному в течение трудного периода роста. Она отражает открытие Нитой Сью нового образа существования, который позволил ей иметь чувства, освободиться от ненужных ограничений, и принять ценность своей уникальной, одаренной и любящей личности.

Мерилин была занятым музыкальным терапевтом. Она путешествовала по стране, проводя занятия по использованию музыки и направленного воображения. Она так же обучала работе с мандалами. Однажды мандала, которую она нарисовала во время урока, стала для нее весьма поучительной. Ее история показывает, как она использовала рисование мандал для фокусировки своей энергии.

Выбирая баланс

Я только начинала расширенный пятидневный семинар, который требовал большого количества энергии – я была занята по четырнадцать часов в день. Один из моих помощников вел группу, состоявшую из двенадцати или около того человек, в упражнении по рисованию мандалы. Я присоединилась к группе и тоже рисовала мандалу. Я на самом

деле наслаждалась рисованием. Я выбрала сияющие цвета: красный, оранжевый, желтый. Я добавила немного голубого, чтобы работа была более контрастной и интересной. Мазки были быстрыми и живыми, множество линий исходило из центра, который не был четко определен. Мандала была полна жизни и жизненной силы. Танцующая форма или цветок в центре мандалы намекался, но он не был достаточно ясным, чтобы быть центром. Она была игривая и забавная.

Мы поместили мандалы на стену, так, чтобы все могли насладиться цветами и формами на каждом листе. После того, как вечером все ушли из комнаты, я начала строить планы на следующий день. Я посмотрела на свою мандалу на стене, и внезапно меня ударило то, что я нарисовала. Моя мандала с ее богатством цвета, распространяющимся из центра была энергичной и радостной. Если бы я рассматривала этот рисунок как отражение меня, это конечно же было положительное состояние. Но это был всего лишь первый день пятидневного курса, где на мне лежала основная ответственность. Я должна была запастись энергией, чтобы не чувствовать себя обессиленной слишком рано. По мере того, как я разглядывала свою мандалу, я поняла, что мне необходимо сдерживать эту энергию; дать ей форму и упорядочить.

Я уселась и, взяв лист бумаги, начала рисовать мандалу, которая могла бы отражать сдерживание больше, чем пространство. Я начала с мягкого голубого и нарисовала маленькую спираль в центре. Я добавила немного лавандового. Затем мне понадобилось ощущение структуры, и я нарисовала шестиконечную звезду. Я связывала шестиконечную звезду с объявлением стремления человека к Богу и Божественной тяги к человеку. Это выглядело подходящим символом для моей задачи. Я хотела поддержать чувство расширения первой мандалы, но я хотела, чтобы оно было сдержано формой. Голубая звезда как раз подходила. Затем я добавила лавандового и фиолетового к звезде. С каждым слоем цвета я усиливала внутри себя структуру моей шести-

конечной звезды. Я чувствовала, что сфокусировалась на своем внутреннем центре. Мандала структурировала меня. После того, как звезда была закончена, я добавила границу, начав с голубого, добавила желтый, коралловый и белый. Эта граница была способом напомнить мне жизненную силу первой мандалы.

Когда я закончила мандалу, я добавила ее к нашей галерее, поместив ее над первой. Было забавно смотреть на них, потому что они были столь контрастны. Первая мне очень нравилась. Она была веселая и оживленная. В сравнении с ней вторая была спокойной и тихой. Эти мандалы были напоминанием о балансе, в котором я нуждалась, чтобы выполнить мою роль преподавателя на семинаре. Внутри меня было место для них обоих. Через неделю я посмотрю на эти мандалы и с благодарностью улыбнусь важному уроку, который они мне преподали. Я сумела использовать рисование мандалы для коррекции своего поведения при помощи сознательного создания форм, которые символизировали баланс, которого я хотела достичь. Я узнала новый способ центрирования, используя мандалу. Это по-настоящему магический круг.

Первая мандала Мерилин (цветная вкладка, рис.10) была похожа на огонь. Она говорила об интенсивности солнца в зените. Похожая на цветок центральная фигура, казалось, имела четыре лепестка, возможно, с намеком на пять или даже шесть. Внешний круг первой мандалы Мерилин нарушен похожими на языки пламени пятнами цвета, намекая на то, что границы ее эго были размыты могущественным зарядом энергии, который она испытывала.

То, что границы мандалы были открыты, горячие, огненные цвета и числа четыре, пять и шесть, говорили о тесной связи эго Мерилин с архетипом Самости. То, что ощущение наполненности вызвало чувство силы, энергии и жизненности, нередко в такие моменты. Тем не менее, человек не может выносить такой уровень энергии длительное время без того, чтобы почувствовать себя очень усталым.

Мерилин проявила достаточно мудрости для того, чтобы осознать необходимость сдерживания этой архетипической энергии и соответствовать требованиям ее обязанностей преподавателя. Хотя шестиконечная звезда из ее второй мандалы (цветная вкладка, рис.11) была выбрана сознательно, мы видим отражение ее формы в похожем на цветок центре первой мандалы. В обеих мандалах появляются одни и те же цвета, исключая красный, которого нет во второй мандале. Куда же подевался красный во второй мандале? Возможно, он погрузился в глубину бессознательно, на что указывает пустое пространство внутри мандалы. Красный так же содержится в лавандовом, и таким образом, мы можем рассматривать лавандовый как канал, через который движется энергия предыдущей мандалы.

Лавандовый считается духовным цветом. Он связывается с седьмой чакрой, которая служит связующим звеном с духовной реализацией. Мы можем видеть в мандалах Мерилин успешный сдвиг энергии от нижних чакр, связанных с сохранением, автономией и мастерством, к верхним чакрам, имеющим дело с заботой, интуицией и духовностью. Во второй мандале очень мягкие цвета границы, нанесенные на четкую карандашную линию, показывают, что Мерилин, возможно, открыла другим в ее группе личное тепло, переданное через ясное ощущение собственных границ.

Первая мандала Мерили помогла ей увидеть свою внутреннюю реальность. Затем она выбрала сдержанную психическую энергию при помощи рисования второй мандалы. Таким образом, Мерилин заставила скрытые возможности своей души выполнять цели, которые она себе поставила. Мерилин показала нам, что рисование форм, выбранных сознательно, может служить проводником для выражения наших эмоций, сменять наши настроения, или фокусировать нашу энергию.

Лори была активной теннисисткой, активно занималась спортом. Она прошла обучение в колледже и была первой среди своей семьи, кто получил диплом. В двадцать один год, только что поступив в медицинский институт, она узнала, что у нее рак. Пытаясь совладать со своим заболеванием, она присоединилась

к группе арт-терапии. Именно там она узнала о рисовании мандал. Мандала стала ее спутником в исследовании, ведущем к самопознанию, обновлению духовности и исцелению. Вот история Лори.

Исцеление изнутри

Мне рассказали о мандалах в группе арт-терапии в 1982 году. Самой главной причиной, по которой я присоединилась к группе, была попытка совладать с последствиями рака, который был диагностирован в 1978 году и дал метастазы. Арт-терапевт предложила нам вести дневник, в котором были бы и рисунки, и слова. Она так же объяснила нам, что мандала – хороший способ центрироваться на ведении дневника. Я немедленно купила блокнот для рисования и нарисовала несколько кругов. Тогда я решила, что мандала, возможно, безопасный способ начать процесс арт-терапии, в который я была вовлечена.

Я начала рисовать мандалы в дневнике ночью, которая была для меня самым трудным временем. Это ритуальное действие само по себе стало важной частью окончания дня. Мне нравилось сидеть в кровати и создавать то, что я ощущала как «окна в мою душу». Иногда я знала их значение, иногда – могла только догадываться. Я была уверена, что значение имело все, что я помещала в круг, потому что это приходило ко мне без обдумывания. Спонтанное появление образов в мандале казалось мне наиболее волшебным. Каждая мандала, которую я рисовала, – сначала карандашами, а потом красками – становилась исследованием того, кем я являюсь.

Я обнаружила, что круг сам по себе дает то ощущение безопасности, которого я раньше никогда не испытывала. Графики мандалы давали мне свободу делать все, что я захочу, в священном центре. Рак иногда казался пожирателем свободы, но в кругу он не имел силы. Он был мой, и внутри его стен я была свободна.

Я начинала с одной линии внутри круга и от нее создавала образы, которые казались мне отражением того, что я

ощущала или о чем думала в тот момент. Я опасалась выйти за линию круга. В конце концов, потому что я ощущала внутреннюю безопасность, я смогла исследовать как это – «выйти из круга». Сначала, когда я шагнула за границу круга, я чувствовала себя так, как будто предала мандалу, что-то похожее на предательство, которое я ощущала, когда, взрослея, отдалялась от матери. Тогда я поняла, что многие мои процессы – это «оставление матки». По мере того, как я экспериментировала с исследованием пространства за кругом, я начала чувствовать себя лучше и более сильной относительно оставления. Так же мне казалось важным уйти, а затем вернуться назад в безопасное пространство круга.

Мои мандалы стали процессом внутри процесса. Я прошла через множество серий различных образов. Иногда казалось, что эти образы имеют значение на нескольких уровнях. В мандалах я могла найти свое эмоциональное, физическое и духовное я.

Я нарисовала множество вариантов мертвых, безжизненных деревьев с корнями, цепляющимися за землю. Я знала, что в своей борьбе с раком я цепляюсь за жизнь каждый день. Деревья были могущественными и вечно изменяющимися. Сначала они были темными, смутными силуэтами, освещенными лунным светом. Позже они стали полными ярости пылающими красными фигурами и, наконец, прекрасными зелеными гигантами с листьями. Их ветви тянулись к небу, как будто пытались дотронуться до него.

Я нарисовала множество океанских волн, которые говорили о переполняющей меня печали от столкновения со смертью. Т.к. я проходила курс химиотерапии, жидкости моего тела часто были разбалансированы. Я ощущала, что океанские волны так же были портретом моих распухших тканей.

Я чувствовала, что каждый раз, когда я рисовала мандалы, я разговаривала с различными частями себя. Рак – это опыт одиночества. Общение с кем-либо было трудным, потому что я не хотела никого обременять. Опыт изучения самой себя через рисование помог мне почувствовать себя

сильнее в отношениях с другими людьми. Я нарисовала множество образов одиноких людей в лодке, уплывающей за горизонт. Когда я начала переживать богатство моего внутреннего мира и общаться, я смогла нарисовать в лодке двоих людей.

Солнце стало важным символом. Оно помогала мне в позитивной визуализации радиации, которая разрушала раковые клетки. Я часто брала мандалы с собой на процедуры и смотрела на них, как будто работа была уже сделана. Солнце так же казалось мне позитивной мужской энергией по мере того, как я боролась с собственной внутренней мужской энергией и реальностью взросления с жестоким мужчиной, который плохо со мной обращался.

Рисование под музыку поздно ночью стало для меня духовным временем. Эмоциональное удовлетворение от найденного в кругу волшебства изменяло и мою дневную жизнь. Глядя на образы и ощущая силу их посланий, я получила доступ к чувствам, которые умерли или гноились под поверхностью. Я понимала, что, хотя это иногда и бывает болезненно, я продолжу извлекать эти чувства, потому что так смогу исцелиться.

Я рисовала мандалы ежедневно в течение двух лет, пока лечилась от рака и узнала очень много о том, кем я являюсь, и откуда пришла. Мандала дала мне новое понимание. Я узнала о своем истинном я, которое, в свою очередь, помогло мне найти силу, надежду и смелость верить, что я смогу выжить.

Сегодня, несколько лет спустя, я все еще рисую мандалы карандашами или красками, все еще нахожу новые части моего внутреннего я. Искусство создания мандал приносит мне особую силу и множество даров по мере того, как я путешествую по ним. Сейчас у меня ремиссия. У меня есть твердое убеждение, что я жива благодаря сосредоточенным усилиям вглядывания в мандалу и посвящения себя внутреннему исцелению.

Мандала с деревом Лори (цветная вкладка, рис.12) выглядит живым отражением ее глубокого решения жить. Возможно, ее

цепкая хватка за жизнь впервые проявилась в матке, которая была более чем негостеприимна. Ее ассоциация мандалы с маткой подтверждает, что она перерабатывала некоторые из этих очень ранних воспоминаний в то же время, что она справлялась с текущей угрожающей жизни ситуацией.

Хотя у дерева на ее второй мандале (цветная вкладка, рис.13) нет листьев, оно совсем не выглядит безжизненным. Его корни и ветви волнуются и разбросаны по всем направлениям. Глядя на этот образ, чувствуешь усилия дерева достичь, дотронуться и исследовать все пространство, доступное в круге. Это говорит о могущественной воле к жизни.

Окружающий дерево ландшафт беден красками, и только холмы мягко окрашены, возможно, намекая на женское тело. Небо пусто, однако мы знаем, что традиционно небо ассоциируется с мужскими божествами. Мы можем рассмотреть мандалу Лори как символизирующую ее исследование идентичности, представленной деревом, как отделение от родителей, представленное небом и землей. Это говорит о переработке подростковых ситуаций, связанных с оставлением дома, в котором она провела детство.

Мандала Лори с лодкой (цветная вкладка, рис.14) отражает ее чувство одиночества. Тем не менее, устойчивость лодки говорит о ее плавучести и способности держаться на поднимающихся и опускающихся волнах жизни. Тихое море контрастирует с огромной волной, которая угрожает утлому суденышку. Кажется, волна говорит о реальности смерти. Она появляется застывшей в грациозном изгибе, который и приглашает, и отталкивает. Солнце привносит в мандалу теплоту. Его лучи прикасаются к маленькой лодочке, но не проникают в волну. Возможно, солнце является символом возросшего самоуважения Лори, приносящее свет к тому, что глубоко, темно и могущественно внутри нее: долго сдерживаемые эмоции, связанные с травмами, которые она пыталась забыть, приложив к этому много усилий.

Пятая мандала Лори (цветная вкладка, рис.15) показывает фигуру, купающуюся в солнечном свете, обрамленную треугольником, направленным вверх. Направленный вверх треугольник показывает что-то, что приходит в жизнь, восходящую энергию

или бессознательное содержание, прорывающееся в сознание. Все эти значения выглядят подходящими, т.к. Лори вытягивала из себя глубокие исцеляющие ресурсы, которые помогли ей открыться боли прошлого. Ее желание пережить эмоции сделали проще ее задачу заявить права на свою силу и взять на себя ответственность за свою жизнь. Зеленый, окружающий треугольник, будучи комбинацией мужского желтого и женского синего, говорит о соединении мужской и женской энергии в священном внутреннем союзе. Зеленый ассоциируется с любовью, гармонией и живыми. Это подходящий символ исцеления, которое дарует новую жизнь.

Последняя мандала Лори (цветная вкладка, рис.16) показывает нам дерево, покрытое листьями. Его форма говорит о новом росте от корней ранее срубленного дерева. Рядом с деревом порхают птицы и бабочки. Эта мандала символически показывает воскресение Лори от состояния, очень близкого к смерти.

Магический круг, священный ритуал, отражение самости – все это и гораздо большее дает нам мандала. Этот древний символ является живой реальностью в жизни современных мужчин и женщин. Как внешний видимый знак архетипической Самости, он указывает путь, направляет, защищает и побуждает нас стать тем, кем мы на самом деле должны быть. Истории Дебби, Мерилин, Ниты Сью и Лори рассказывают нам, насколько глубоко значимым может быть создание мандал в жизни человека. Я надеюсь, что с информацией, данной в этой книге, вы будете вдохновлены пройти путь мандалы, когда придет время.

Содержание

Глава 1. МАНДАЛА: ОТРАЖЕНИЕ САМОСТИ.....	5
Глава 2. СОЗДАНИЕ И ИНТЕРПРЕТАЦИЯ МАНДАЛЫ.....	25
Глава 3. ЦВЕТА МАНДАЛЫ.....	41
Глава 4. СИСТЕМЫ ЦВЕТОВ.....	86
Глава 5. ЧИСЛА И ФОРМЫ.....	106
Глава 6. БОЛЬШОЙ КРУГ ФОРМ МАНДАЛЫ.....	165
Глава 7. ТАНЕЦ В КРУГУ.....	193