

# Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала».

Под редакцией А.И. Копытина  
СПб.: Речь, 2005

Данный сборник посвящен диагностическому и психотерапевтическому использованию мандал — циркулярных изображений, которые могут являться продуктом спонтанной творческой деятельности либо создаваться в соответствии с определенной инструкцией. Этот метод с успехом применяется в рамках различных направлений арт-терапии.

Сборник будет интересен для психологов, психотерапевтов, всех, кто интересуется творчеством и творческим самовыражением.

## ББК 88.4

© А. И. Копытин, составление и редакция, 2002

© Издательство «Речь», 2002

© П. В. Борозенец, обложка, 2002

ISBN 5-9268-0151-6

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие составителя.....	5
ВВЕДЕНИЕ.....	9
Как, что и почему.....	12
РИТУАЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАНДАЛ В ДРУГИХ КУЛЬТУРАХ.....	14
МАНДАЛА КАК ОТРАЖЕНИЕ ПРОЦЕССА РАЗВИТИЯ И ИЗМЕНЕНИЙ.....	22
Эффект зеркала.....	22
Мировое древо.....	23
Колесо.....	23
Священное место.....	24
Круги.....	25
МАНДАЛЫ В АРТ-ТЕРАПИИ.....	27
Создание мандал в качестве психотерапевтического приема.....	27
Мандала в качестве проективного средства.....	32
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ФОРМЫ.....	35
Введение.....	35
Нулевая стадия: «Чистый свет».....	36
Первая стадия: «Пустота».....	36
Вторая стадия: «Блаженство».....	39
Третья стадия: «Лабиринт, спираль, вихрь».....	42
Четвертая стадия: «Начало».....	45
Пятая стадия: «Мишень».....	48
Шестая стадия: «Парадоксальное расщепление, единоборство с драконом».....	50
Седьмая стадия: «Оквადрирование круга».....	53
Восьмая стадия: «Функционирующее Эго».....	55
Девятая стадия: «Кристаллизация».....	57
Десятая стадия: «Ворота смерти».....	57
Одиннадцатая стадия: «Фрагментация».....	60
Двенадцатая стадия: «Трансцендентный экстаз».....	63
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАНДАЛЫ В ПСИХОДИАГНОСТИКЕ И ПСИХОТЕРАПИИ.....	66
Значение цвета и формы в изображении мандалы.....	66
Значение цвета в мандале.....	67
Значение формы в мандалах.....	75
Общие рекомендации.....	77
Мандала как индикатор изменений в ходе психотерапии.....	77
Использование мандал в сочетании с музыкальной терапией.....	77
Использование мандал в терапии в сочетании с психоделическими препаратами.....	85
Мандала в качестве инструмента психотерапии: клинический пример.....	90
Роджер.....	92
Заключение.....	101
ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СНОВИДЕНИЙ, МАНДАЛ И МУЗЫКАЛЬНЫХ ОБРАЗОВ: КЛИНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ.....	102
Клинический пример.....	103

Сведения о пациентке.....	103
Психотерапевтический процесс.....	105
Клинический комментарий.....	113
СВЯЗАННЫЕ С ИСЦЕЛЕНИЕМ ИЗМЕНЕНИЯ: СУБЪЕКТИВНЫЕ И ОБЪЕКТИВНЫЕ ИНДИКАТОРЫ.....	115
Введение.....	115
Характеристика групп духовного целительства.....	118
Методы исследования.....	119
Критерии отбора.....	119
Методы оценки.....	120
Анализ результатов.....	121
Результаты исследований.....	127
Обсуждение.....	133
Заключение.....	135
ПОСЛЕСЛОВИЕ.....	137
Приложение 1. Инструкция по созданию мандал.....	138
Приложение 2. Авторская программа базовой подготовки в области арт-терапии и других направлений терапии творчеством.....	139
Литература.....	141

## ПРЕДИСЛОВИЕ СОСТАВИТЕЛЯ

Данный сборник посвящен диагностическому и психотерапевтическому использованию мандал — циркулярных изображений, которые могут являться продуктом спонтанной творческой деятельности либо создаваться в соответствии с определенной инструкцией. Само слово «мандала» в переводе с санскрита означает «круг». В словаре Уэбстера приводится следующее толкование данного понятия: «Мандала — циркулярный образ, содержащий концентрические геометрические формы, образы или изображения божеств и т. д. и символизирующий в индуизме или буддизме вселенную, единство и целостность». Несмотря на то, что мандала представляет собой весьма интересный культурный феномен, в данном руководстве основное внимание все же обращается на ее применение в профессиональной работе практических психологов и психотерапевтов (арт-терапевтов), а также научных исследованиях измененных или особых состояний сознания.

Все включенные в сборник материалы так или иначе связаны с работами американской художницы и арт-терапевта Джоанны Келлогг, начавшей активно применять технику рисования мандал в своей работе с пациентами с конца 60-х годов. Благодаря личному общению с нею и обучению на организованных ею курсах, мне в свое время удалось значительно расширить свои представления о символических образах и, в частности, возможностях мандалы как инструмента творческого самовыражения и самопознания. Глубоко заинтересовавшись этими возможностями, с конца 90-х годов я стал применять предложенную Джоанной Келлогг технику рисования мандал в своей клинической работе, а спустя некоторое время, накопив определенный практический опыт, я также начал обучать других специалистов данной технике в рамках авторской обучающей программы по арт-терапии.

По прошествии более десяти лет после первого знакомства с работами Джоанны Келлогг, я избавился от некоторой экзальтации, кото

- 5 -

рая ранее была мне свойственна по отношению к данной технике, но тем не менее решил опубликовать некоторые посвященные ей материалы. В значительной мере это связано с настойчивыми просьбами участников проводимой мною программы подготовить методическое руководство по диагностическому и психотерапевтическому использованию мандал или, по крайней мере, перевести на русский язык те статьи Джоанны Келлогг и ее учеников, которые могли бы помочь лучше понять и освоить данный метод.

Хотя включенные в сборник материалы не отражают всего богатства возможностей мандалы в качестве оценочного и психотерапевтического инструмента, они тем не менее позволяют лучше разобраться во многих вопросах методологического и практического порядка, связанных с применением мандал.

Сборник включает в основном статьи американских авторов — самой Джоанны Келлогг и некоторых из ее учеников, использующих технику рисования мандал и созданный на основе разработок Джоанны Келлогг карточный тест мандалы в своей психотерапевтической работе и научных исследованиях.

Большую часть сборника составляют пять глав, взятых из методического руководства Джоанны Келлогг по использованию техники рисования мандал (Kellogg, J., 1992), в которых автор описывает предысторию разработки ею этой техники, характеризует философские, культурологические и психологические основы феномена мандалы, дает рекомендации по использованию мандал в психотерапии и, наконец, приводит оригинальную модель интерпретации циркулярных рисунков.

Следующие две статьи — одна, написанная Джоанной Келлогг в соавторстве с Маргарет Мак Рэ, Хеллен Бонни и Франческо Ди Лео, другая — Кэрол Буш — иллюстрируют применение техники рисования мандал и карточного теста мандалы в клинической практике. Первая из названных статей содержит, в частности, описание процесса музыкальной терапии, в ходе которого нарисованная пациентом мандала использовалась в качестве инструмента оценки психологических изменений. Кроме того, в этой же статье описываются основные принципы анализа цветовых характеристик мандал, применение мандал в сочетании с психоделической психотерапией и в аналитически-ориентированной работе.

- 6 -

Вторая статья показывает, каким образом карточный тест мандалы может использоваться в сочетании с методами анализа сновидений и направленной визуализации и музыки. Статья Деборы Глик отражает одно из наиболее перспективных направлений использования мандал в научных исследованиях, а именно, применение данной техники в изучении измененных состояний сознания, в частности, тех изменений, которые характерны для участников разных групп религиозного целительства.

Техника рисования мандал и карточный тест мандалы таят в себе значительные возможности в плане проведения различных исследований, о чем свидетельствуют, в частности, те публикации, в которых представлены результаты изучения измененных психических состояний в родах (Спивак Д. Л. и Спивак Л. И., 1997), состояний, переживаемых обладающими способностями к целительству лицами (Bigelow, V., 1995), теми, кто перенес операцию в результате онкологического заболевания (Clarke, E., 1995), а также склонными к сексуальному насилию лицами (Kenep, L., 1995; Douglass, J., 1995). Весьма интересными представляются результаты интеркультуральных исследований с использованием мандал (Marshall, F., 1995; Smithman-Brown, V., 1995).

Что касается применения техники рисования мандал и рисуночного теста мандалы в качестве инструментов оценки и диагностики в клинической практике, то среди некоторых направлений их использования Кэрол Кокс (Cox, C., 1989) называет следующие:

- использование этих методик в сочетании с конвенциональными тестами;
- их использование в момент поступления пациентов в психиатрическую больницу с целью первичной диагностики, в сочетании с клиническими оценочными шкалами;
- применение данных методик до начала и в момент завершения психотерапии, а также с целью изучения результатов тех или иных специфических воздействий, например практик духовного целительства;
- применение мандал в гомогенных группах испытуемых для выявления устойчивых предпочтений, например с целью определения предпочтений художников.

Все это позволяет считать технику рисования мандал и карточный тест мандалы весьма перспективными и, по сути, не имеющими аналогов оценочными и психотерапевтическими методиками. Заинтересовав-

- 7 -

шиеся ею в результате чтения данного сборника специалисты могут пройти методические семинары и тренинги по психотерапевтическому и диагностическому использованию мандал в рамках специализированной учебной программы и краткосрочных курсов по арт-терапии, информация о которых приводится в конце книги.

- 8 -

## ВВЕДЕНИЕ

### ***Джоанна Келлогг (Joan Kellogg)***

Данная статья является плодом внутреннего путешествия автора, воплотившегося в ее исследовании символа мандалы. По первому образованию я художница. Я осваивала

изобразительное искусство как самостоятельно, так и на частных занятиях. В силу имеющихся у меня способностей, помноженных на потребность в самовыражении и признании, я вскоре после начала художественной практики начала экспонировать свои работы. Прошло совсем немного времени, и вот уже состоялась моя первая персональная выставка. За ней последовало изменение акцентов моей деятельности: после наивных, наполненных радостью творчества, занятий изобразительным искусством во мне проснулся дух соперничества.

Результатом этой актуализировавшейся потребности в самоутверждении и соперничестве, а также сопутствующего им желания общения явилось то, что я начала давать групповые уроки живописи и коллажа (моя специализация) для тех, кто, не имея художественной подготовки, хотел освоить технику изобразительного искусства. Эти уроки вскоре были дополнены другими формами групповых занятий, в частности занятиями по развитию креативности пожилых лиц и находящимся в летних лагерях детей. В этой ситуации стала очевидна психологическая, психотерапевтическая направленность работы таких групп. Мои интересы с техники изобразительного искусства переместились на людей.

В начале 1964 г. у меня появилась возможность проводить аналогичную работу с пациентами двух больниц. Моя «стажировка» включала работу на базе трех центров для лечения наркомании и пятилетнюю практику в Мэрилендском психиатрическом исследовательском центре, благодаря чему я получила богатый опыт и общалась с самыми разными пациентами — от страдающих психозами до тех, кого можно назвать практически здоровыми. Мне также удалось собрать и изучить значительное количество выполненных пациентами художественных

- 9 -

работ. Данная статья отражает мою попытку объяснить, насколько я могу, природу того визуального образа, который вызывает во мне наиболее сильный отклик.

Прошло девять лет — с 1969 по 1978 г., — прежде чем я начала предлагать пациентам рисовать в круге. Примарный процесс создания мандал меня захватывал и, казалось, был мне глубоко понятен. Я реагировала на визуальную информацию так, словно это было не изображение, а готовый текст. Первоначально я не знала, как его «прочитать», как проинтерпретировать ту или иную линию или цвет. Поэтому моей задачей было, используя литературные источники и опираясь на свои собственные размышления, свести воедино разнообразный материал. Данная статья отражает мою попытку объединить первичные и вторичные процессы, связанные с моим собственным восприятием мандал. Она представляет собой глубоко личное описание «путешествия» в себя в надежде найти ответ на вопрос: «Почему из всего многообразия форм мною выбрана форма круга?» Ничто не случайно: мы выбираем из окружающей нас среды те символы, которые затрагивают нас в наибольшей степени. В то время моя жизнь, по-видимому, была слабо упорядочена, и потому мне требовалась определенная внутренняя консолидация. В этих условиях мой выбор пал на круг, мандалу, символ целостности.

Когда я начала свою работу, я воспринимала мандалу вне каких-либо теорий. Я реагировала на циркулярные изображения непосредственно-телесно, так, как реагируют на незнакомое растение, животное или человека. Я не знала, как мандалы должны выглядеть и в каком направлении они должны изменяться. Собственно, слово «должны» здесь совершенно неуместно. Я лишь чувствовала, что одна мандала ригидна и закрыта, в то время как другая может изменяться в разных направлениях. У меня не было «поваренных книг», на которые я могла бы опираться в своей оценке мандал; у меня были мои собственные живые реакции на этот символ. Со временем и по мере моего погружения в исследование визуальной продукции я начала осознавать: нет правил, которые позволили бы отнести определенный смысл к определенной форме. В то же время я понимала, что многие мои заключения сделанные на основе анализа серии мандал, были верны. Верные заключения накапливались как снежный ком, опыт обобщался, и в настоящее время я уже могу делиться «секретами», которые помогают понять

- 10 -

значение мандал. Процесс анализа мандал похож на постановку диагноза по справочнику внутренних болезней. Отличие заключается в том, что в случае с мандалой «симптом» заключен не в теле пациента, а в продукте его проективной деятельности.

В некотором смысле субъективный характер моей статьи делает ее схожей с руководством по постановке симптоматического диагноза. Мать больного ребенка может сказать: «Я знаю, что он болен, потому что у него красные уши, и всякий раз, когда у него красные уши, он болеет». Если же вы никогда не обращали внимания на связь между цветом ушей ребенка и состоянием его здоровья, то этот признак не будет иметь для вас диагностического значения. Профессиональный

врач ставит диагноз, опираясь на результаты анализов. Но почему он назначил ребенку пройти лабораторный анализ крови? Кто поручится, что причиной такого решения не были определенные ощущения в области желудка при общении с маленьким пациентом? Возможно, всякий раз, когда у этого врача возникают такие ощущения, он «нутром чувствует», что пациент страдает определенным заболеванием. Грань между субъективными и объективными способами оценки информации на самом деле зыбка. Стоявшая передо мной при написании данной статьи задача была очень сложной. Она в чем-то напоминала задачу вышеупомянутых матери и врача: объяснить, каким образом они пришли к своим выводам относительно болезненного состояния ребенка. Я считаю, что и мать, и клиницист должны были бы в своих объяснениях описать и те ощущения, которые помогли им верно оценить ситуацию. Данная аналогия, я надеюсь, поможет понять то, что мои выводы относительно природы и психологического содержания мандал в значительной мере основаны на переработке моих личных реакций.

Основной моей целью при написании данного руководства было поделиться с читателями моим собственным опытом и знаниями, касающимися мандал. В этой работе я решила отказаться от научного стиля изложения материала; предмету моего исследования в большей степени отвечает метафорический стиль. Когда я работала над своим дипломным проектом в Антиохийском университете, у меня впервые возникла идея написать книгу для тех, кто интересуется изобразительным искусством и психологией. Теперь, когда она написана, я начала сомневаться. Нет общества, свободного от недостатков, и наше общество — не исключение. Насколько этично обучать людей методу, который по-

- 11 -

зволяет проникать в бессознательное? Есть и опасность того, что некоторые воспримут основанный на интуиции материал слишком прямолинейно и догматично. Выходит, моя цель — дать знание — была небезупречна, поскольку без прочных этических основ и уважения к людям любое знание может быть чревато причинением ущерба.

Конечно, написать статью, книгу или методическое руководство — это далеко не всегда лучший способ передачи идей, связанных с визуальным материалом. Для настоящего понимания было бы ценнее попытаться самостоятельно проинтерпретировать большое количество мандал без помощи литературных источников. Подобно лицам, которые мы различаем в толпе, рисунки вскоре начнут раскрывать их заинтересованному исследователю больше информации, чем любое руководство. Однако такой способ постижения нового предмета непривычен для большинства людей. Им я адресую свое пособие по работе с мандалами, но вместе с тем мне хотелось бы, чтобы они не забывали о существовании альтернативных способов освоения нового, которые не только увеличивают количество знаний человека, но и развивают его способность к видению закономерностей в на первый взгляд хаотичном материале.

## **Как, что и почему**

В данной статье я попытаюсь изложить методологию (как?) психотерапевтического и диагностического использования мандал. Я остановлюсь, в частности, на тех визуальных признаках, которые позволяют мне проводить оценку личностных свойств и состояния пациентов. Эти признаки далеко не всегда будут в полной мере объективны. Чаще они являются всего лишь опорными точками, на которые можно ориентироваться в процессе восприятия визуального материала для того, чтобы извлечь из него определенную информацию.

Я вынуждена констатировать, что люди часто с готовностью принимают магические представления. С этим связан мой второй вопрос: «Что мы делаем? Если мы рисуем и интерпретируем мандалы, то что позволяет нам приходиться к определенным выводам?» В своей работе я постараюсь показать, что мой метод работы с мандалой не является магией, а также то, как можно извлекать из нее определенную информацию.

- 12 -

Теперь мы переходим к третьему вопросу: почему мы рисуем и интерпретируем мандалы? Чем обоснована в нашем обществе такая практика? Мне кажется, что одним из веских оснований для подобной практики могут быть активно развивающиеся исследования психосоматических заболеваний. Было бы весьма ценно выяснить, какие визуальные паттерны соответствуют тем или иным психосоматическим и соматическим заболеваниям, таким как, например, рак. Изучая мандалы, можно было бы, наверное, определить те прогностические признаки, которые позволяют предсказывать возможность ремиссии, с одной стороны, и фатальный исход - с другой.

Я полагаю, что такого рода исследования принесли бы большую практическую и научную пользу, конечно, при условии их четкой организации и документирования.

Я впервые столкнулась с мандалой как с продуктом изобразительного искусства. Эта встреча оказалась наполненной множеством смыслов. Вспоминая о ней, я испытываю ощущение радостного открытия. Из этого ощущения впоследствии рождается знание. Не знание вообще, но очень личное знание. Читать про мандалы интересно, создание же их представляет собой некий ритуал. Именно в таком ритуальном контексте можно легко воспринять все изложенное в данном руководстве.

В одном из своих недавних интервью Джозеф Кемпбелл так ответил на вопрос о том, нужен ли ему проводник:

«У меня никогда не было проводника! Сам по себе материал, если вы достаточно глубоко в него погружаетесь, становится вашим проводником. Важно осознать, что все древние, базовые, исторически укорененные культурные традиции своей эффективностью обязаны содержащимся в них ритуальным элементам. Ритуал — это спектакль, поставленный на сюжет мифа; через участие в ритуальных действиях человек участвует в мифологической реальности, в результате чего в его психике активизируются соответствующие мифу структуры и принципы психической деятельности. Без той или иной формы ритуального исполнения миф не может стать частью активного аспекта психической жизни, не считая тех случаев, когда человек прорабатывает проблемы реальной жизни в тех понятиях, которые подсказывает ему миф» (Kisley, 1976, p. 75).

- 13 -

## РИТУАЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАНДАЛ В ДРУГИХ КУЛЬТУРАХ

### *Джоанна Келлогг (Joan Kellogg)*

В культуре древней Месопотамии понятие круга сформировалось примерно к 2300 г. до нашей эры. Аналогичное понятие — понятие свастики — возникло в культуре Дальнего Востока около 3000 г. до нашей эры. Образ круга с крестом внутри характерен для многих культур. Его роль заключается в том, чтобы выразить интуитивно постигаемые человеком отношения с внешними процессами, такими как изменение времен года. Древние шумеры связали времена года с четырьмя известными им планетами — Марсом, Сатурном, Меркурием и Юпитером.

«Вавилоняне связали эти планеты с разными божествами, общим источником которых считалось солнце... Все эти боги воплощали собой отраженные солнцем различные аспекты времени. Мардук считался наиболее полным выражением сущности солнца; Набу — воплощением вечернего и осеннего солнца; Нинурта — полдневного и летнего светила, а Нергал — зимнего и ночного солнца» (Kuhn, 1976, p. 179).

Таким образом, человек с древних времен располагал себя в центре фигур с четырьмя элементами, нередко идентифицируя себя с солнцем, вокруг которого все вращается. Конкретное воплощение этой психической и культурной конструкции — это мандала и ее проекция на внешние формы, что знаменует собой закономерный этап в развитии человеческой психики. Современный человек знает, что солнце является центром Солнечной системы, однако его бессознательные потребности и желания говорят ему нечто иное. Так же как и его далекие предки, современный человек испытывает потребность в том, чтобы найти некий центр, на который можно было бы ориентироваться в быстро изменяющемся мире, и расположить себя в этом центре наподобие солнца. В психологическом смысле человек становится в этом случае микрокосмом, и его вселенная с ним самим в центре представляет собой своеобразное чрево или убежище. Это позволяет ему черпать силы из бессознательного и реструктурировать свои отношения с внешним ми-

- 14 -

ром. Таким образом, современный человек обращается к архетипическому символу мандалы, передававшемуся во времена древних цивилизаций из поколения в поколение посредством религиозных ритуалов.

По поводу процесса психической дифференциации Иоланда Якоби пишет следующее: «Разделение одного на четыре элемента отражает процесс дифференциации, связанный с раскрытием энергии одного и ее распределением по всем четырём сторонам света. В плане психического развития аналогичный паттерн предполагает стабилизацию, расширение и созревание Эго,

что сопровождается прогрессивной дифференциацией четырех основных психических функций (мышление, чувства, интуиция и ощущения)» (Jacobi, 1959, p. 173).

В качестве религиозного ритуального инструмента, способствующего объединению сознательных и бессознательных проявлений психической жизни и самореализации, в тибетской традиции бонпо с глубокой древности использовался круг. Традиция бонпо представляла собой наиболее древнюю на Тибете систему религиозных представлений. С распространением в этом регионе буддизма религия бонпо стала подвергаться гонениям. В то же время, начиная с VIII века буддизм воспринял символику мандалы и как оригинальный религиозный орнамент, и как инструмент инициации (Snellgrove, 1967, p. 191-225).

Буддистская картина мира, как и в религии бонпо, оказалась спроецированной на различные элементы мандалы (Blofield, 1979, p. 120). При их использовании в качестве инструмента медитации буддистские Мандалы способствуют актуализации тех психических качеств, которые они отражают.

Другой культурной традицией, в которой символика мандалы получила широкое распространение, является культура североамериканских индейцев. Создаваемые ими композиции из песка способствовали установлению гармоничных отношений между внутренней и внешней реальностью и поэтому использовались в качестве инструмента исцеления. «Эта церемония могла вести, а могла и не вести к исцелению его (пациента) тела, но он все равно верил в силу ее воздействия, считая, что мандала способствует разрешению внутренних конфликтов и созданию спокойного и гармоничного состояния как в нем самом, так и в окружающем его мире (психосоматическая терапия)» (Villasenor, 1963, p. 2). С аналогичной целью мог также использоваться танец.

- 15 -

В этом смысле интересна работа Симпсона (Simpson, 1970), указывающего на тесную взаимосвязь между поклонением солнцу и исполнением воспроизводящих его движение по небосводу танцев.

Во многих культурах человек, храм и город воспринимаются в качестве холистических символов. Описанный в Библии образ Нового Иерусалима, на который ссылается Джон Митчелл (Mitchell, 1972, p. 64), также представляет собой мандалу.

При сооружении храмов в Европе использовались витражи в форме цветков, способствовавшие достижению состояния глубокой концентрации: «Готические соборы XIII века знаменуют собой последнюю попытку создать интегрированный культурный комплекс... Несмотря на существовавшую в то время географическую изоляцию, конструкция соборов, их смысл и назначение предстают как тесно связанные друг с другом составляющие целостного пространства, и это характерно как для мечетей, так и соборов X-XV столетий... Общим для всех этих сооружений является то, что они предполагают восприятие человеком в качестве микрокосмоса; общество же и человеческие отношения при этом выступают в качестве отражения космической реальности» (Arguelles, 1972, p. 44).

Очень важно, что мандала отражает не только отношения человека с внешним миром, но и взаимоотношения между различными аспектами внутренней реальности (Govinda, 1975).

Феномен мандалы не ограничивается религиозной и психотерапевтической практикой, но может также использоваться в качестве средства самопознания. Держась за нить Ариадны, человек отправляется на поиски самого себя, не имея никаких гарантий того, что ему удастся дойти до конечного пункта своего путешествия. Им движет надежда на преображение. Мандалы передают при этом разные формы бытия, привычные и странные переживания, а иногда также опыт важных открытий. В отличие от дневника, представляющего собой линейный способ фиксации наблюдений, мандала является гештальтным способом отражения, пригодным для ретроспективного анализа. Каждый из нас представляет собой состоящую из разных цветов радугу — радугу эмоциональных состояний. В каком бы состоянии мы ни находились, оно является своеобразным термостатом, позволяющим уравновесить потоки наших переживаний. В состоянии здоровья эти потоки движутся естественно и свободно. В состоянии кризиса и болезни на пути их цирку-

- 16 -

ляции возникают препятствия. Если нам удастся преодолеть эти препятствия, наша психическая жизнь наполняется новым содержанием. К сожалению, использование лекарств часто ведет к остановке процесса: мы перестаем испытывать боль и страдание, но и не растем, что отражается в стереотипном характере создаваемых хроническими пациентами мандал.

В психотерапевтической ситуации пациент может и не следовать инструкции психотерапевта, и последний с этим считается. В большинстве случаев, после установления раппорта, мандалы создаются пациентом с подачи психотерапевта. Когда Эго повреждено или дисгармонично, мандала выступает в качестве поддерживающей его структуры. В этих случаях она представляет собой некое подобие алхимического сосуда: «Для того чтобы процесс изменений мог протекать должным образом, алхимический сосуд — как и круг психики, мандала — должен быть закрыт. В алхимии процесс изменений происходил в веществе, находящемся в закрытой реторте. Таким же образом психологические изменения невидимо происходят в недрах души, прежде чем произойдет примирение противоположностей и будет создан ее новый центр. Протекающий в герметическом сосуде процесс изменений ведет к высвобождению значительной энергии, которая может разорвать сосуд, если он сделан из недостаточно прочного материала, либо из него могут выйти газы или духи, из-за чего важнейшие ингредиенты могут быть потеряны. В связи с этим герметизация сосуда представлялась чрезвычайно важной. Когда человек в ходе аналитической терапии переживает процесс индивидуации, он сталкивается с аналогичными проблемами» (Harding, 1973, p. 430-431).

«Когда психический материал недостаточно понятен, включает неизвестные элементы и связан со скрытыми потенциями и неосознаваемыми динамическими факторами, очень важно, чтобы круг оставался закрытым» (Harding, 1973, p. 385).

Ритуальная мандала отличается от личной. Первая в большинстве случаев является предметом идеализации, иллюстрирует гармоничные отношения между элементами и состояние гомеостаза, к которому можно стремиться, но которое очень трудно достичь в реальной жизни, где все пребывает в постоянном движении и процессе изменений. Примером такой ритуальной мандалы могут служить буддистские изображения: «Характерным признаком мандалы является ее симметричность,

- 17 -

поскольку она, прежде всего, должна выражать эманацию духовной энергии из центра в окружающее пространство. Поскольку те божества, посредством которых эта эманация распространяется, выступают в форме чистых символов, их форма и число подсказывают медитирующему качества его собственной личности. Он должен идентифицироваться с двумя вещами — священными нирваническими формами, с одной стороны, и элементами своего «я» (самара) — с другой. Наиболее простой мандалой является такое изображение, на котором представлены пять скандас (проявлений личности, таких как заблуждение, ярость, страсть, зависть, злоба) и четыре природных элемента. В большинстве случаев изображается пять фигур Будды и фигуры четырех богинь — Локаны (земля), Мамаки (вода), Пандры (огонь) и Тары (воздух). Пятый элемент — пространство, — соотносимый с сознанием, которое символизирует Виджняна, расположен в центре» (Snellgrove, 1959, p. 31).

Следует учесть, что основное различие между ритуальной и личной мандалами заключается в том, что первая представляет собой статичную систему, в то время как личная мандала всегда находится в процессе изменений: «Четвертичность, образы мандалы появляются в момент психического кризиса и передают ощущение стабильности и покоя. Символ четырехэлементной природы психики оказывает стабилизирующее воздействие, позволяя на мгновение постичь неподвижную бесконечность. Мандалы тибетского буддизма используются именно с такой целью. Они являются инструментами медитации, вызывающими ощущение мира и покоя, а также надежной укорененности в вечном и защиты от связанных с изменениями опасностей. Проходящие психотерапию пациенты иногда самостоятельно приходят к данной форме медитации над своими мандалами, когда их психическая целостность находится в опасности» (Edinger, 1973, p. 183).

Понятие центра, из которого все исходит, является определяющим. Лишь сейчас, после многих лет изучения изобразительной продукции пациентов, мне удалось увидеть в них проявление странной, неожиданной закономерности, которая лежит в основе создания мандал. Она удивительно напоминает гороскоп, но движение в ней происходит в обратном направлении. Я не считаю себя специалистом в области астрологии, но хочу лишь отметить эту весьма любопытную связь между мандалой и гороскопом. Понятие центра в одной из работ раскрывает-

- 18 -

ся следующим образом: «В качестве примера можно взять строение мандалы. Это слово переводится как "круг" и взято из тибетского языка, где оно иногда означает "центр", а иногда — "то, что окружает", фактически мандала представляет собой целую серию кругов, вписанных один



в другом или расположенных иным образом, которые заключены в квадрат. Данное изображение создается на земле с помощью цветных нитей или окрашенной рисовой муки. Оно включает различных божеств тантрического пантеона, расположенных в определенном порядке. Мандала, таким образом, символизирует *imago mundi* и, в то же время пантеон. Ритуал посвящения неопита состоит, наряду с прочим, в его прохождении через определенные зоны и получении доступа к разным уровням мандалы. Этот ритуал проникновения можно рассматривать в качестве эквивалента хорошо известного ритуала хождения вокруг храма (прадакшина), или восхождения на "чистые земли", каковыми являются высшие уровни храма. С другой стороны, расположение неопита в мандале можно рассматривать в качестве аналогии такой инициации, которая предполагает движение по лабиринту. Некоторые мандалы чрезвычайно напоминают лабиринт. Функция мандалы, по меньшей мере, двояка, что также присуще лабиринту. Проникновение в мандалу, с одной стороны, представляет собой аналог ритуала инициации, и, с другой стороны, мандала "защищает" неопита от расположенных во внешнем пространстве злых сил и помогает ему сконцентрироваться для того, чтобы найти свой собственный "центр"» (Eliade, 1976, p. 13).

Можно также увидеть сходство мандалы с зачатием и дальнейшим развитием плода в матке: «Вершина Космической Горы представляет собой не только наивысшую точку на земле, но и пуп земли, то место, с которого началось творенье». «Он создал мир, подобный эмбриону», — гласит священный текст. «Бог» создавал мир, начиная с пупа земли, и отсюда творение происходило в разных направлениях. «Мир был создан, начиная с Сиона», — гласит другой текст. Подобная символика характерна и для Древней Индии. В Ригведе описывается, что вселенная создавалась из центральной точки, откуда творение распространялось во всех направлениях... Рай, в котором был сотворен Адам, конечно же, располагался в центре космоса. Рай являлся «пупом земли» и в соответствии с индийской традицией размещался «на Горе более высокой, чем все остальные» (Eliade, 1976, p. 8).

- 19 -

По поводу символа мандалы Юнг пишет следующее: «Используемые в ходе различных церемоний мандалы имеют очень большое значение, поскольку в их центре обычно располагаются изображения высших божеств - либо сам Шива - нередко в объятиях 6 Шакти - либо Будда, Амитаба, Авалокитешвара, либо один из великих учителей Махаяны, либо просто дорье - символ всех священных сил - как созидательных, так и разрушительных» (Jung, 1953 p. 93—94)

К этому следовало бы добавить и то, что пишет Хардинг: «В христианских мандалах Христос Вседержитель располагается в центре и окружен эмблемами или символами четырех евангелистов в виде изображений быка, орла, льва и ангела. Они выражают четыре формы проявления или эманации священной силы в ее связи с человеком. Иногда в качестве центральной фигуры выступает Мария на троне, сидящая с Богом-Отцом и Богом-Сыном, либо держащая на коленях Сына в короне. Данное изображение означает то, что воплотившийся в человеческом облике Бог обрел свою священную силу и правит миром, располагаясь в его центре. В мандалах последующих веков в центре иногда находится абстрактная фигура, например заученный в треугольник глаз, означающий, по-видимому, всевидящее божественное сознание, проявляющееся в Троице. Нет сомнений в том, что подобные изображения первоначально были созданы на основе пережитых некоторыми людьми видений; их переживания были облечены в такую форму, и с течением времени то один, то другой человек обнаруживали, что их собственный опыт может быть передан в аналогичном виде. Первоначальный образ претерпевал изменения до тех пор, пока опыт многих людей не выкристаллизовался в определенной законченной форме и не был канонизирован в качестве священного изображения» (Harding, 1953, p. 360-366).

В различных ритуалах исцеления человеку предлагается создать мандалу, используя те или иные материалы, как описано в приведенном ниже примере. В данном случае описывается исцеляющий ритуал в традиции: «Нарисуй магический круг, используя песок пяти цветов. Приготовь окрашенную шерсть и шелк пяти цветов. Сделай первое приношение в виде жертвенного пирога, изготовленного из различных зерен древесного молока и трех сладких субстанций. Соверши поклонение богиням природных элементов и времен года. Прочитай молит-

- 20 -

ву, в которой раскроется подлинная сущность Победителя. Благодаря этому беспорядочные элементы обретут покой, и все то, что переживало состояние хаоса, пребудет в мире.

Для того чтобы обеспечить долгую жизнь, счастье и удачу, соверши этот ритуал, используя для этого разные ритуальные вещества. На очищенном пространстве, служащем основой для работы, нарисуй с помощью зерен свастику. Приготовь вещества и талисманы.

Воскури благовония и принеси дары. Поклонись восьми богам и соедини все элементы. Произнеси благословение, и исцеление совершится» (Shellgrove, 1967, p. 35).

Аналогичным образом в культуре североамериканских индейцев центральная часть песочных мандал часто представлена изображением Отца-Неба и Матери-Земли. Они могут также изображаться в виде пыльцы — золотой пыли, таинственная оплодотворяющая сила которой так много значила для индейцев племени Навахо, или в виде зерен кукурузы — женских семян. Первое символизирует отца, второе — дар тела Матери-Земли.

Когда Юнг был в Индии, он разговаривал с ламаистским священником о функциях мандалы в тибетском буддизме и узнал от него, что имеющиеся в храме мандалы не используются во время богослужений, а вместо этого служат вспомогательным инструментом при медитации. Такое использование мандал в чем-то аналогично практике направленного воображения, которая предполагает создание клиентом собственной мандалы. Если человек переживает религиозный конфликт или имеет серьезные личные проблемы, он самостоятельно создает мандалу и благодаря этому разрешает конфликт» (Harding, 1953, p. 391).

- 21 -

## МАНДАЛА КАК ОТРАЖЕНИЕ ПРОЦЕССА РАЗВИТИЯ И ИЗМЕНЕНИЙ

*Джоанна Келлогг (Joan Kellogg)*

### Эффект зеркала

Нарисованная на бумаге мандала отражает состояние ее автора. Движение по часовой стрелке при этом может отражать процесс осознания материала бессознательного. Если движение в мандале имеет противоположную направленность, можно предполагать процесс психического регресса. Изменения глубины психических процессов отражают непрерывный диалог объективности и субъективности.

Принимая во внимание то, что мандала служит своеобразным зеркалом, отражающим особенности психического состояния, следует, по-видимому, лучше понять природу отражения: «Отражающие поверхности обладают уникальными свойствами. Когда человек смотрится в зеркало, он видит отраженный образ самого себя, который всегда в той или иной степени искажен. Если человек поднимает правую руку, то его отражение поднимает левую. Если он моргает левым глазом, то его отражение — правым. Поэтому мы видим себя в зеркале не такими, какими нас видят окружающие. Зеркало на самом деле не передает то, что находится справа и слева, оно лишь воспроизводит в обратном порядке не правую и левую, верхнюю и нижнюю части предмета, но его переднюю и заднюю части. Все те образы, которые мы видим в зеркале, представляют собой отражения реальных объектов в обратной перспективе» (Stiskin, 1972, p. 101).

Исходя из этого, можно предположить, что происходящее в мандале движение по часовой стрелке или против нее отражает характерную для человека в тот или иной момент времени кортикальную активность. Характерные для психической деятельности колебания отражаются в ощущении движения и передаются в рисунке. Поэтому статичные формы в рисунке мандалы не могут считаться характерными для чело

- 22 -

века со здоровой психикой. Потоки психической энергии могут быть направлены либо вперед, если речь идет о сознательной активности, либо назад — если речь идет о психическом регрессе и измененных состояниях сознания, что отражается в динамике рисунка. Движение в том и в другом направлении одинаково важно и присуще психической жизни. Движение вправо связано с высокой степенью сознательного контроля, а влево — с состоянием сна и другими измененными состояниями.

Психика действует по принципу гироскопа, совершающего колебания то в одном, то в другом направлении.

## Мировое древо

Существует определенное сходство между символом кадуцея и строением спинного мозга и пуповиной. И в том, и в другом случае восхождение по мировому древу, позвоночнику или пуповине означает воссоединение с Великой Матерью. Пуповина состоит из образующих спираль двух артерий и одной вены, связывающих ребенка с матерью (Stiskin, 1972, p. 142).

Спираль, как и зеркало, является весьма удачной моделью путешествия через разные состояния сознания. Каждый виток спирали связан с трансформацией и переходом на новый уровень зрелости.

## Колесо

В некоторых культурах движение по часовой стрелке рассматривается как более совершенное по сравнению с движением против часовой стрелки. Так, например, в одной из каббалистических работ под названием «Книга Творенья» пишется: «Если сфера вращается вперед, это несет добро, если она вращается назад, то несет зло». Сходство колеса с буддистским колесом молитвы, предполагающим чтение священных мантр, очевидно. Симпсон (Simpson, 1970, p. 152-153) также связывает вращение колеса с идеей добра и зла: «Хождение вокруг священных мест, ступ и храмов, так же как и вокруг святых и некоторых священных предметов, можно рассматривать как еще одну форму цир-

- 23 -

кулярного движения, связанного с символом колеса. Движение в противоположном направлении, когда левая рука обращена к центру, связано с погребальными церемониями. В то же время такое движение предвещает несчастье и порождает зло... Многие места священных книг Востока подтверждают, что ритуальное движение с правой рукой, обращенной к центру, имитирует движение солнца» (Simpson, 1970, p. 259).

В своем введении к книге Симпсона Омар Харрисон (Simpson, 1970, p. iv) пишет следующее: «Во всех ритуальных изображениях колеса, которые Симпсон видел на Тибете, его поражало и заставляло задуматься об их символическом назначении то, что они неизменно вращались в направлении движения солнца. Он также заметил, что, когда путники или пилигримы двигались вокруг святилищ или возвышенностей под названием ридримани, их правая рука всегда была обращена к центру; таким образом они имитировали движение солнца по небу или движение «доброто» колеса».

## Священное место

Священным местом у индейцев племени Навахо является так называемый хоган, где совершаются различные ритуалы. Хоганы имеют форму мандалы: у них круглый пол и направленный к востоку вход. Последний символизирует связь человека с миром природы. Ритуальное пространство не отделено от повседневной жизни, но является его частью. Поэтому при создании хогана используются различные растения, включая деревья и их ветви, которые играют роль в создании внутренней структуры хогана. Животные элементы используются для соединения растительных материалов, а глина - для покрытия этих сооружений снаружи. Пыльца кукурузы втирается в главный расположенный внутри хогана ствол в момент его освящения. Хоганы создаются теми и для тех, чье мироощущение тесно связано с формой круга. Огромные, создаваемые на полу хогана композиции из песка представляют собой двухмерные диаграммы, передающие взаимодействие природных сил. Когда пациент в процессе ритуального действия входит в такую песочную композицию, создается четырехмерная реальность, в которой он окружен священными символами и с ними взаимодействует» (Toelken, 1976, p. 35-36).

- 24 -

В понятии «священного места» важны его динамические характеристики: это, как правило, место, где происходит нечто особенное. Ожидания участников ритуала при этом играют большую роль. Так же как на алтаре, где происходит сошествие священных энергий, в мандале проявляются те аспекты «я», которые мы стремимся освоить и интегрировать. Мы привыкли представлять себе священные места как вполне определенные географические точки: гора, на которой Моисей получил скрижали Завета, эдемский сад, Голгофа, древо Будды. Все эти места связаны с определенными трансперсональными событиями. Однако в процессе болезни и выздоровления

пациент также может пережить нечто подобное, ощущая себя, например, изгнанным из Рая, нарушающим законы Моисея, страдающим и возрождающимся к новой жизни и т.д. Слово «сакральный», то есть святой, имеет и иное содержание, обозначая нижнюю часть спины. Таким образом, мандала может считаться личным сакральным пространством пациента, на которое он проецирует части своего «я», выражая их формой и цветом, что помогает ему достичь состояния преобразования и гармонии.

## **Круги**

В традиционных сообществах круг нередко обозначает связь с бессознательным: «Индец по имени Черный Буйвол в 1931 г. сказал: «Сейчас плохо жить, потому что квадрат не имеет силы. Вы, наверное, заметили, что индейцы все делают круглым... все стремится быть круглым. В старое время мы были сильным и счастливым народом; вся наша сила проистекала из священного обода народа... все, что создается Силой Мира, создается круглым... Набравший наибольшую силу ветер превращается в вихрь. Птицы строят свои гнезда круглыми, потому что они исповедуют ту же самую религию, что и мы... Наши вигвамы были круглыми, как птичьи гнезда... но белый человек поселил нас в эти квадратные дома. Наша сила ушла, и мы вымираем» (Blу, 1973, p. 32-33).

Извилистые линии в рисунке мандалы часто означают неограниченные возможности и энергии психики человека. Эти энергии должны быть укрощены и освоены, чтобы человек стал сильным и эффективным. Они должны найти для себя определенное русло. Человек живет среди этих энергий, находящихся внутри и вне его. Те структу-

- 25 -

ры мозга, которые организуют и направляют эти энергии, выражаются в мандале в виде прямых линий. Поэтому круг получается в той или иной мере «оквадраченным» или «оквадрачивается» в определенный момент времени. При планировании и сооружении своего жилища человек использует прямые линии. Разбивая сад, он заключает бесконечность природного круга в определенные границы. Мандалы, включающие как прямые, так и извилистые линии, указывают на гармоничное взаимодействие полушарий. Для многих такое взаимодействие достигается с трудом. В каждый момент времени они реализуют преимущественно одну модальность мозговой деятельности и, переключаясь на другую, переживают измененное состояние сознания. Так, например, человек с преобладанием рационального мышления над чувствами использует в основном прямые линии. Чтобы ощутить эмоциональную близость с другими людьми, он, возможно, прибегнет к алкоголю. Тот же, чья психическая жизнь плохо организована и в ней преобладают эмоциональные проявления, использует преимущественно извилистые линии. Некоторые индивиды, однако, редко используя прямые и извилистые линии в одной мандале, могут рисовать их в разных мандалах, что видно, когда анализируешь их продукцию за определенный период времени.

- 26 -

## **МАНДАЛЫ В АРТ-ТЕРАПИИ**

### ***Джоанна Келлогг (Joan Kellogg)***

#### **Создание мандал в качестве психотерапевтического приема**

«Такая психотерапия гибка, это не процедура, а приключение. Процесс работы заключается не в том, как это часто ошибочно думают, что доктор ищет, что с пациентом «не так», и затем говорит ему об этом, а в том, что пациент рассказывает доктору о своей жизни. Диалог психотерапевта с пациентом удастся ровно в той мере, в какой психотерапевт принимает то, что он слышит от пациента. Неважно, рассказывает ли пациент о чем-либо по настоянию доктора или по своей воле. Суть в том, что психотерапевт не пытается что-то разузнать о пациенте и затем его чему-то научить, но показывает пациенту, *как*, являясь живым организмом, он должен функционировать, причем эта демонстрация, по сути, невербализуема» (Perlz, 1951, p. 15).

Наиболее важным в практике психотерапевтического использования мандал является должное отношение психотерапевта к этому процессу. Что касается материалов, вам понадобятся: белая бумага форматом 12 на 18, пастельные мелки (набор из 24, 36 или 48 цветов), бумажная тарелка 10,5 дюймов в диаметре и простой карандаш, чтобы ее обводить. В творческих,

экспрессивных группах, где основной акцент делается не на диагностике, а на психотерапии, следует также иметь акварельные краски. Важно, чтобы бумажная тарелка была указанного выше размера, который примерно соответствует размеру головы человека, что способствует проявлению зеркального эффекта.

Практика показала, что создание медитативной, созерцательной атмосферы способствует успешности метода. Этим данная техника отчасти напоминает ритуал. Любой полученный в результате рисунок априори следует считать осмысленным, даже если в данный момент его смысл определить трудно. Это не означает, что смысл мандалы всегда глубок, однако уважение нужно проявлять к любым рисункам: оно ста-

- 27 -

нет свидетельством того, что участники данной практики вовлечены в своего рода сакральный акт, каковым является их диалог с самими собой. Они в определенном смысле должны в результате рисования мандалы «родить ребенка», и этот ребенок — их «я». Всякий раз, когда при этом затрагиваются травмы развития, они проявляются в работе. Как и на рентгеновских снимках, результат травмы проявляется не напрямую, а в присутствии / отсутствии тех или иных цветов, форм, линий и отношений между ними. Регулярное рисование мандал в группе создает условия для проявления самоисцеляющих возможностей психики. Часто бывает трудно сказать, какой момент процесса лечения был решающим для выздоровления. Как бы то ни было, его результаты проявляются в мандале в том, что пациент преодолевает фиксацию на ограниченном круге связанных с перенесенной травмой состояний и начинает осваивать новые формы опыта.

Я хотела бы рассказать о том, как я использую мандалы в своей работе с пациентами. Арт-терапия в больницах, как правило, проводится в группах. Я обычно работаю с группами до 15 человек, проводя сессии продолжительностью от двух до трех часов. Большинство моих пациентов имеют острые психические нарушения, многие из них получают лекарства. Направление пациентов в группу, как правило, осуществляется их лечащим врачом. Среди моих пациентов немало инвалидов и лиц с низкой мотивацией к работе. Многим из них обстановка в арт-терапевтической группе сперва кажется необычной, поскольку в ней основное внимание уделяется изобразительным материалам и процессу творчества, а не внешнему виду или поведению участников. В нашей культуре изобразительное искусство считается занятием, требующим специальной подготовки. Поэтому, знакомя пациентов с изобразительными материалами, я рассказываю им о других культурах, где нет художественных музеев и где люди своими руками создают барабаны, одеяла, одежду, различные ритуальные объекты, скульптуры из песка и т. д. В этих культурах изобразительное творчество часто является не только индивидуальным, но и семейным занятием. Люди занимаются им не только ради выживания, но и для того, чтобы удовлетворить присущую им потребность в создании красивых вещей.

Кроме пастели, красок и бумаги я раздаю участникам бумажные тарелки для обводки. Те, кто хочет работать самостоятельно, в том числе дома, могут это сделать, однако я заметила, что практика создания

- 28 -

мандал более эффективно воздействует при работе в группе. Карл Юнг свое время обнаружил, что его пациенты в определенный момент психотерапии спонтанно рисуют мандалы. Я даю пациентам возможность сделать это уже на начальном этапе лечения.

Вербальная инструкция по технике создания мандал, которая дается пациентам в арт-терапевтической группе, в большинстве случаев заключается в кратком сообщении того, что нужно сначала начертить круг а затем, начав с центра, заполнить изображением все его внутреннее пространство. Если пациент не имеет достаточной мотивации, даже такая простая инструкция будет им проигнорирована. В арт-терапии считается приемлемой любая созданная пациентами продукция. Ведущий группы не учит участников рисовать, а помогает им найти свой уникальный способ коммуникации.

Большинство пациентов с готовностью используют предоставляемые им возможности творческого самовыражения посредством создания мандалы, поскольку ее циркулярная форма служит той организующей структурой, которая помогает им преодолеть неуверенность и тревогу. Я часто говорю своим пациентам: «Нарисуйте что-нибудь в центре круга, на некоторое время сосредоточьтесь на этой части изображения, и она подскажет вам, что нарисовать дальше». В кабинете вскоре воцаряется тишина, свидетельствуя об атмосфере глубокой внутренней работы. Пока участники группы рисуют, я негромко рассказываю им о сакральной природе мандалы и ее многообразных значениях. Я говорю им об использовании мандал в церемониях исцеления, при

создании витражей и строительстве храмов. Я подчеркиваю то, что мандалы создаются не профессиональными художниками, а любым, кто желает сконцентрировать свою жизненную энергию.

Создание мандалы, как правило, успокаивает пациентов, они словно на время забывают о словах «должен» и «могло бы быть» и погружаются в состояние созерцания. Продолжая обращаться к участникам группы, я говорю им о том, что каждая мандала уникальна, что нет двух идентичных мандал и что даже созданные одним человеком мандалы с течением времени изменяются. Тем самым я знакомлю их с понятием процесса психических изменений.

Осознание пациентами того, что они являются частью этого процесса, стимулирует их к поиску новых форм. Работа становится сакральным актом, актом творчества; акцент делается на том, что пациен-

- 29 -

ты участвуют в создании того, что не существовало никогда раньше, и на том, что, если бы пациенты не создали свои мандалы, запечатленные на них образы никогда бы не увидели свет. Когда пациенты делятся своими впечатлениями от работ, в группе воцаряется доверительная атмосфера. Сравнение своей и чужих работ изменяет их восприятие, в том, что раньше казалось им безобразным, они видят красоту. Кроме того, в каждой мандале присутствуют зачатки сотен новых мандал, что подталкивает пациента к осознанию своих неисчерпаемых возможностей.

Таким образом, каждый полностью принимает работу другого как представляющую несомненную ценность и выражение его существа и его присутствия в группе. При правильном ходе терапевтического процесса мандала каждого участника воспринимается остальными как отражение своего создателя, как моментальный снимок процесса изменения, происходящего в нем, как живой организм.

По мере продолжения работы процесс создания мандал «затягивает» пациентов, в них просыпается все больший интерес к этому делу. Когда это происходит, я предлагаю участникам группы развесить свои работы там, где они смогут часто их видеть, и после этого перехожу к обсуждению. Мы говорим об изменениях, которые уже проявились в мандалах участников и могут проявиться в них в будущем: появлении новых цветов, новых форм, выражающих те или иные аспекты личности. Подобные обсуждения вызывают у пациентов большой интерес и способствуют активизации у них внутреннего диалога.

В процессе обсуждения рисунков участников я часто использую метафоры. Я говорю о священных аспектах творческого процесса, о круге как магическом сосуде и красках как творческом огне. Иногда я привлекаю ассоциации с лингамом и йони, но чаще предпочитаю избегать фрейдистского толкования изображений, большей степени акцентируя магические аспекты творчества. Часто я объясняю, что в творческом акте происходит взаимодействие активных и рецептивных свойств психики. Сессия продолжается до тех пор, пока все участники не разместят свои работы на стене; если же кто-то еще не готов это сделать, я разрешаю ему взять свой рисунок в палату и некоторое время на нем помедитировать. Как ни странно, большинство пациентов охотно вывешивают свои рисунки, особенно после моего рассказа о Мистическом Теле — групповом «я», в котором каждый участник представляет собой живую клетку, обладающую уникальной структурой и сознанием.

- 30 -

Иногда бывает полезно напомнить собравшимся, что лучше быть живой клеткой печени, чем синтетической «клеткой» искусственного сердца. Так я подчеркиваю необходимость быть верным самому себе. В этих словах, конечно, есть что-то от проповеди, но, по сути, они представляют собой метафорический способ коммуникации с членами группы который ими с готовностью воспринимается. Я не обсуждаю с участниками вопросов, которые обычно являются предметом беседы при вербальной психотерапии. На первый взгляд может даже показаться, что никакой психотерапии не происходит, но это не так. Просто в арт-терапии работа происходит на тех уровнях сознания, содержание которых бывает сложно артикулировать. Эта работа включает, прежде всего, утверждение ценности каждого и стимуляцию членов группы к тому, чтобы они воспринимали свои работы как зеркало своего состояния и воздерживались от критических оценок.

Некоторым их работы не нравятся. Такому участнику нужно помочь осознать, что в данном случае факт самовыражения важнее, чем соответствие продукции эстетическим критериям. Осознание пациентом того, что в следующий раз он сможет нарисовать другую

мандалу, более точно отражающую его состояние и потребности, способствует его вовлечению в психотерапевтический процесс.

У пациентов иногда возникает ощущение, что не они создают мандалу, а мандала создает их, или что, создавая мандалы, они создают себя. Это осознание помогает им глубже анализировать свои и чужие работы.

Мандала может рассматриваться как сосуд, который вмещает в себя все содержание психики — как сознания, так и бессознательного. Даже отсутствие в мандале того или иного цвета может многое сказать о вытеснении определенных переживаний.

Благодаря глубокому сосредоточению, которое достигается участниками в процессе создания мандал, у них могут развиваться измененные состояния сознания, в частности состояние, близкое к гипнотическому. В этом случае мандала начинает восприниматься иначе, чем в состоянии бодрствования. При этом высока вероятность проявления неосознаваемого материала, который позже, в ходе обсуждения, может быть подвергнут сознательной оценке.

В ходе создания мандалы задействуются как активные, так и рецептивные аспекты психики и проявляются те ее качества, которые обычно не проявлены. Ценность рисования мандал заключается в их

- 31 -

стимулирующем воздействии на психическую жизнь. Независимо от того, нравится человеку или нет выполненная им работа, он все равно создал что-то новое. Правда, чтобы он это осознал, его восприятие реальности и самого себя должно измениться.

### **Мандала в качестве проективного средства**

Чтобы моя интерпретация мандалы была точна и содержательна, я стараюсь рассматривать ее «свежим взглядом», «наивно», воспринимать ее не разумом, а чувствами, так, как воспринимают музыку. Часто я располагаю лишь самыми краткими сведениями о пациенте — я знаю только, мужчина это или женщина и в каком положении следует рассматривать работу. Также на рисунке обычно ставится дата. В тех же случаях, когда я имею опыт личного общения с пациентом, я пытаюсь соотнести свои впечатления о нем с его работой. И в той, и в другой ситуации есть свои преимущества и недостатки.

В процессе восприятия работы пациента, я думаю, у меня происходит изменение состояния сознания и я становлюсь с ней одним целым. Мандала становится для меня своеобразным катализатором: возникают определенные ощущения, чувства, мысли и ассоциации. Я начинаю испытывать глубокую эмпатию к автору рисунка. Мандала воспринимается мной как моментальный снимок, фиксирующий один из моментов жизненного процесса, и в этом смысле имеющий временные границы.

Мандала также может восприниматься как капля взятой на анализ крови, по которой можно определить, что за изменения происходят в организме и каков эффект лечения. И это — не единственная аналогия с биологическими пробами: мандалу можно рассматривать еще и как живую клетку, обладающую целостностью и жизнеспособностью. Гармония и красота присущи «здоровым» мандалам, так же как они присущи здоровым живым организмам.

Восприятие мандалы представляет собой процесс, предполагающий некий диалог и взаимодействие. Невербальный, иррациональный, интуитивный способ познания может быть при этом столь же валидным, как и рациональный, аналитический.

- 32 -

Одна из книг, оказавших на меня большое влияние, — это книга «Символическое и реальное» Иры Прогофф (Proffoff, 1963). Говоря об интеграции, Прогофф приводит хасидский текст: «Это дорога, но не та дорога, по которой просто идут. Это дорога, которую ты создаешь своими руками. Один за другим ты носишь тяжелые камни и потом мостишь ими свой путь. Дорога возникает у тебя под ногами, ибо реальность - это не символ, который ты интерпретируешь. Реальность, как и отношения человека с истиной, растет как ткань его жизни» (Proffoff, 1963, p. 212). Этот текст в свое время поразил меня, и я продолжаю обращаться к нему до сих пор. Он помог мне понять многие вещи, связанные с восприятием мандалы и внутренним диалогом с ней. Большое значение в ходе последнего имеет символическая коммуникация. Чтобы эффективно использовать мандалу в качестве психотерапевтического и диагностического средства, психотерапевт должен обладать двумя важнейшими качествами — развитым эстетическим чувством и толерантностью к неопределенности. Иногда, глядя на мандалу, невоз-

можно в ней уловить никакого смысла. Тогда я останавливаю свое рациональное мышление и просто жду. Такое ожидание в состоянии покоя, так же как пауза в музыкальном произведении (или как пустота в сосуде), предполагает временное подавление потребности в понимании (в данном случае, визуального материала) и часто оказывает интегрирующее воздействие. Моменты тишины и «молчания» разума обычно предшествуют переходу на новый, более глубокий, уровень восприятия и понимания работы.

Для понимания содержания мандалы — как психотерапевтом, так и пациентом — бывает полезно представить, что созданный пациентом визуальный образ — это один из моментов сновидения. Иногда на рисунок нужно помедитировать, прежде чем он откроет свой смысл. Иногда изображение вызывает у психотерапевта и у пациента волну разных чувств и мыслей. Открывая свое сознание для всей этой информации, ее следует затем подвергнуть вторичной «переработке».

Иногда, если пациент создает за определенный период времени Целую серию мандал, можно видеть, как цвета из внутренней части изображения перемещаются во внешнюю его часть или наоборот, что отчасти напоминает то, как распускается цветок. В других случаях определенные цвета и формы с течением времени перемещаются из левой нижней части мандалы (той части, которая отражает преимуще-

- 33 -

ственно бессознательные процессы) в ее верхний левый сектор и далее — в ее верхнюю точку и в правую часть (те части, которые отражают сознательные процессы и трансформацию сознания).

Мой опыт показывает, что существуют две основные категории изображений. Одна из них включает симметричные мандалы, напоминающие цветок или апельсин в разрезе. Такие мандалы отражают исключительно текущий момент времени; при этом отсутствующие в рисунке цвета и формы связаны с тем психическим материалом, который в настоящий момент находится за пределами осознания. Композиционно более сложные мандалы, в разных секторах которых представлены разные цвета и формы, относятся ко второй категории изображений. Такие мандалы часто отражают как осознаваемый, так и неосознаваемый материал, который, возможно, более полно раскроется в дальнейшем.

- 34 -

## ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ФОРМЫ

*Джоанна Келлогг (Joan Kellogg)*

### Введение

Чтобы понять психологическое содержание мандалы, необходимо учитывать как особенности ее цвета, так и особенности формы. Однако нужно иметь в виду, что формы, психологическое содержание которых описывается в данной главе, редко присутствуют в мандале в чистом виде! Все эти формы имеют свои вариации и нередко сочетаются между собой. Последовательность, в которой эти формы здесь приводятся, прослеживается далеко не в каждой серии рисунков. В случаях патологии обычно имеет место ограниченный набор форм.

Серия работ отражает определенный цикл развития и изменений и должна интерпретироваться с учетом данного обстоятельства. Эти рисунки представляют собой архетипические этапы пути, который проходят и больной, и здоровый человек. Каждая мандала отражает психическое состояние автора в тот или иной момент его развития и включает множество аспектов опыта, некоторые из которых автору рисунка предстоит освоить в будущем.

Число мандал в приведенном ниже наборе, так же как и характер их форм, являются фиксированными. Всякая психологическая и философская система предполагает свое понимание процесса развития. Выбор мною тринадцати стадий произволен, хотя циркулярная форма, с помощью которой я иллюстрирую процесс развития, является очень важной.

Каждая стадия процесса развития иллюстрируется двумя формами, включенными в карточный тест © MARI ® (аббревиатура Mandala Assessment and Research Instrument). В моих более ранних публикациях (Kellogg, 1978, 1981) приводились несколько иные рисунки для каждой стадии. Эти рисунки представлены на странице 65. Первоначально ну-

- 35 -



левая стадия не была представлена никакой формой и рассматривалась как составная часть первой стадии. В публикации. 1984 г. я уже пришла к «списку» из 13 стадий с соответствующими им формами.

### **Нулевая стадия: «Чистый свет»**

«Чистый свет» отражает первичную дуальность, опыт которой, возможно, хранится в клеточной памяти, — дуальность света и тьмы. Она может быть связана с моментом зачатия, который запечатлевается в клеточной памяти подобно взрыву.

В некоторых случаях мандалы этой стадии отражают идентификацию с одной лишь стороной дуального опыта, например с энергией света, воспринимаемой как вибрация. Переживание же темноты и неподвижности может ассоциироваться с тишиной. И в том и в другом случае чувство пространства и времени утрачивается.

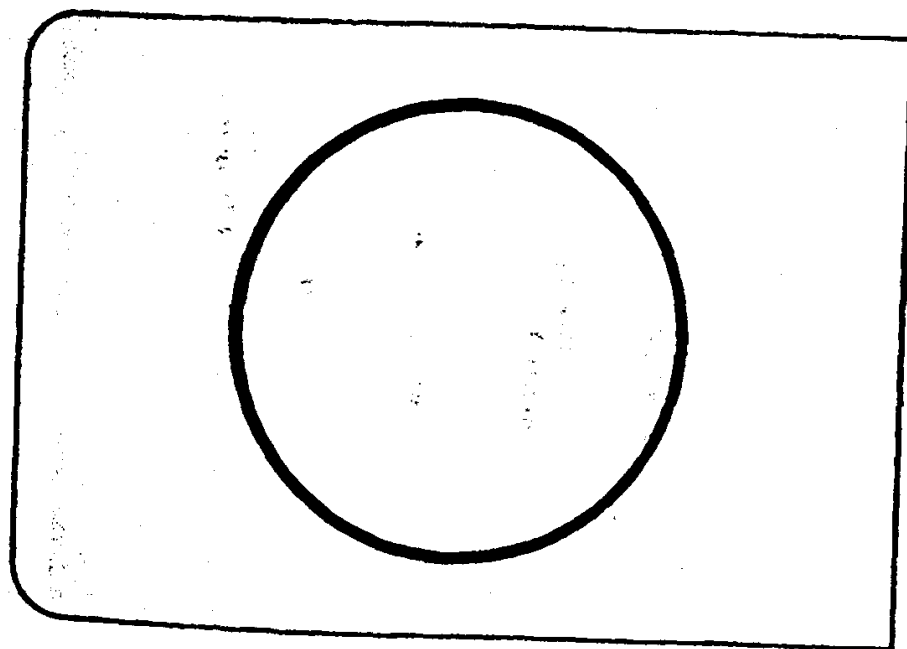
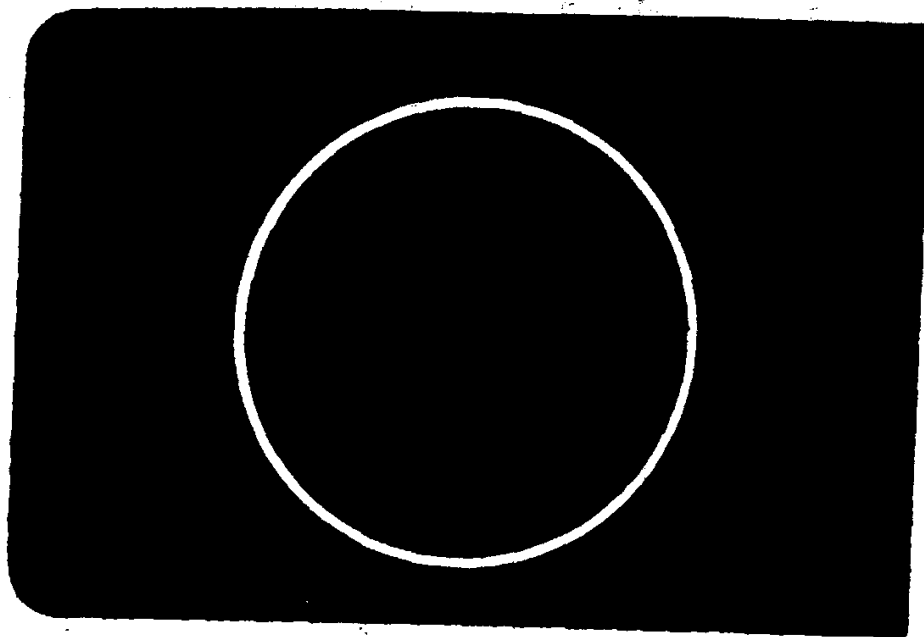
Данное состояние может иметь мистическую окраску и в то же время переживаться во время психоза. Слова раввина Дова Баера точно передают это состояние: «Прежде чем из яйца появится курица, оно должно перестать быть яйцом. Всякая вещь должна утратить свою изначальную идентичность, прежде чем она станет чем-то иным. Поэтому, прежде чем вещь превратится во что-то иное, она должна пережить состояние небытия». «Чистый свет» как раз выражает данный опыт небытия (Epstein, 1978, p. 116).

*Вербальные ассоциации с «Чистым светом»:* вибрация, невесомость, утрата чувства пространства и времени, сосуществование со всем, объединяющий опыт, положительное переживание полной темноты и тишины, единство с источником творенья, творчества, Нети-Нети.

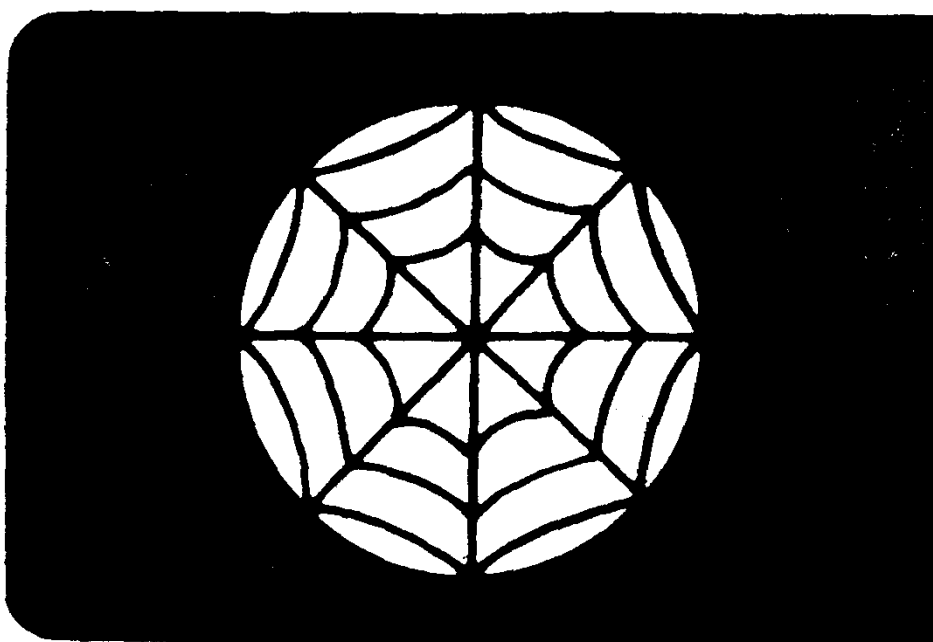
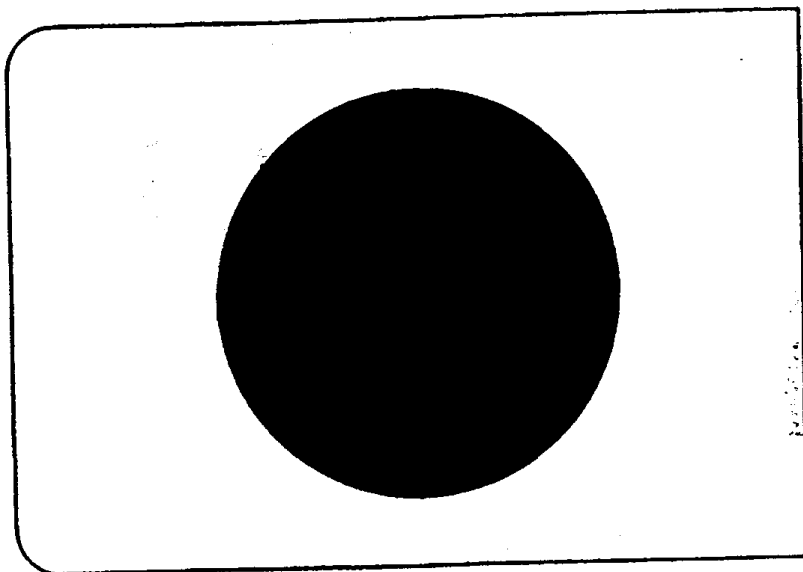
### **Первая стадия: «Пустота»**

Данное состояние в некоторых случаях может отражать момент временной бессознательности, следующий за переживанием оргазма. У лиц, страдающих эпилепсией, оно может быть связано с переживанием следующего за припадком измененного состояния сознания.

Мо-



*Рис.1. Карты А и В (к нулевой стадии: «Чистый свет»)*



*Рис. 2. Карты С и D (к первой стадии: «Пустота»)*

жет иметь место ощущение соединения с материей, приходящее на смену ощущению света, а также идентификацией с чёрным углём. Может возникать и ощущение различных препятствий, чувство тяжести, неподвижности и сдавливания.

Подобные переживания могут быть характерны для депрессии, а также передавать пренатальный опыт выхода из матки. В качестве иллюстрации этой стадии можно использовать миф об Озирисе.

Данная стадия может ассоциироваться с паутиной, а также с пренатальным опытом, когда оплодотворённая яйцеклетка на ранних стадиях её деления прикрепляется к стенкам матки.

*Вербальные ассоциации с «Пустотой»:* чернота, тяжесть, инерция, холод, влажная бездна, покинутость, безнадежность, одиночество, окаменелость, раздавленность, мрак, изгнание из Рая.

### **Вторая стадия: «Блаженство»**

Данное состояние, по-видимому, связано с внутриматочным опытом. Оно может ассоциироваться с некоторыми моментами мифов, повествующих о сотворении мира, с «первомиром», а также с космическим семенем, кормящей грудью и ощущением безграничных возможностей, Млечным Путём. Это состояние может быть также связано с переживанием Богатворца, незримо присутствующего во всём окружающем. Если внутриутробное развитие было осложнено, к данному состоянию может примешиваться ощущение бренности существования, желание пережить опыт диссоциации, утраты контакта с собственным телом и его потребностями. Усиливая ассоциации с разрушением, в мандалах данной стадии могут присутствовать изображения множества фрагментов того, что некогда являлось единым целым, точки разного цвета, рассеянные по всему пространству рисунка.

Поскольку данная стадия связана с внутриматочным опытом, она может вызывать ассоциации с водой, способной питать жизнь, очищать и растворять. Для мандал этой стадии характерна текучесть и отсутствие чёткой структуры. Связанные с ними переживания, с одной стороны, соотносятся с оплодотворением и регенерацией физического мира и с очищением и духовным возрождением – с другой.

- 39 -

Данная стадия предшествует появлению раскручивающейся по часовой стрелке спирали, которая, в конце концов, приводит к седьмой стадии. Это состояние редко присутствует в чистом виде, чаще всего оно проявляется в ощущении удовольствия, блаженства и пассивности, а также «растворения» в других, когда утрачивается привычное чувство «я». На мифологическом уровне могут возникать ассоциации с расчленением Озириса Ургном и Геей. Данное состояние может также отражать внутриутробные переживания, предшествующие выходу из материнского организма и развитию самосознания. У пациента, создавшего такую мандалу, высока вероятность внетелесных переживаний, вызванных спонтанным регрессом.

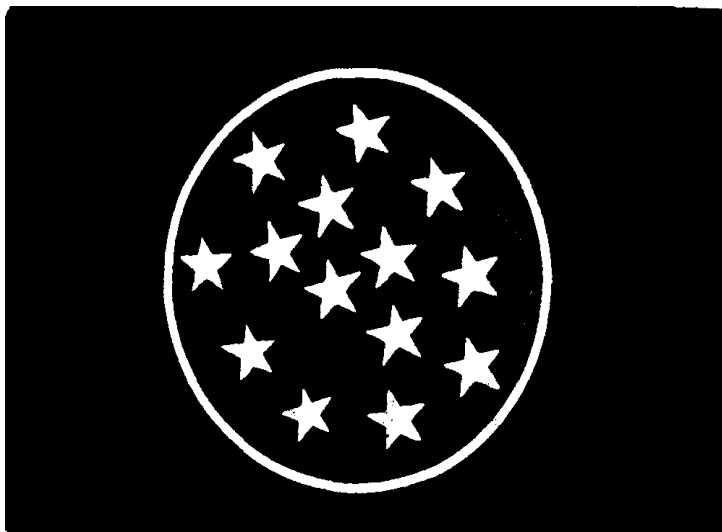
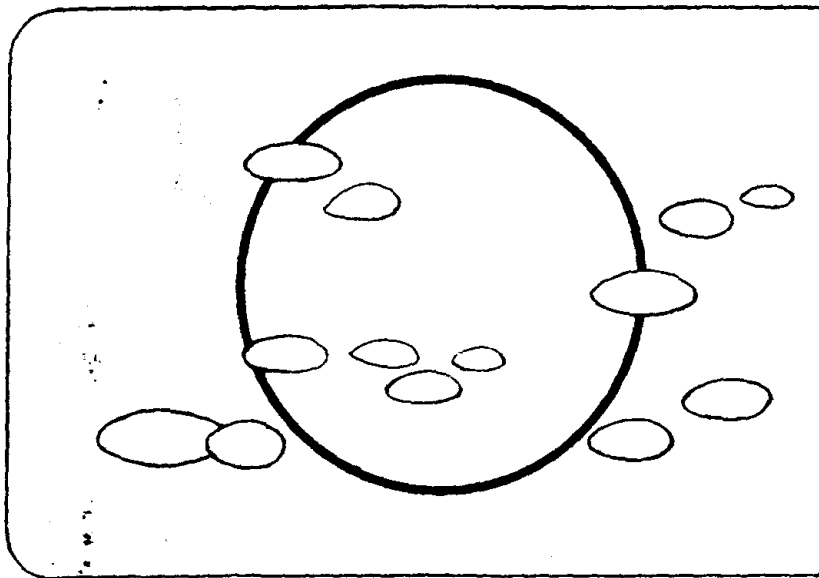
Используемые на данной стадии цвета различны, однако следует выделить голубой цвет. В тех же случаях, когда регресс не столь глубок и ощущение утраты чувства «я» отсутствует, может использоваться сочетание более темных и более светлых оттенков синего цвета, дополняемых изображением белых или желтых точек в виде звезд. В некоторых случаях может присутствовать сиреневый цвет в сочетании с желтыми или золотыми вкраплениями, что указывает на духовные переживания. Вторая стадия в большей степени связана с раскрытием потенциальных возможностей, чем с проявлением актуально присутствующих качеств.

Формирование границ круга является значимым показателем дифференциации, так же как осознание целостности круга указывает на развитие чувства собственной уникальности. Слабо же обозначенные на второй стадии внешние границы круга указывают на низкую степень психической дифференциации.

При переживании второй стадии может визуализироваться эффект «перелива» или «мерцания» цветов, которые затем проецируются на мандалу. Данный эффект характерен как для галлюцинаторных переживаний, так и для видений мистиков.

*Вербальные ассоциации с «Блаженством»:* внутриматочный опыт полета, бесплотность, невидимость, воздушность, доверие, пространство, самоотдача, пассивность, «я» без границ, нарциссизм, отпущение грехов, опыт полного принятия, бытие как противоположность деянию, расплавление, идентификация со всем, женский оргазм, самадхи, опьянение.

- 40 -



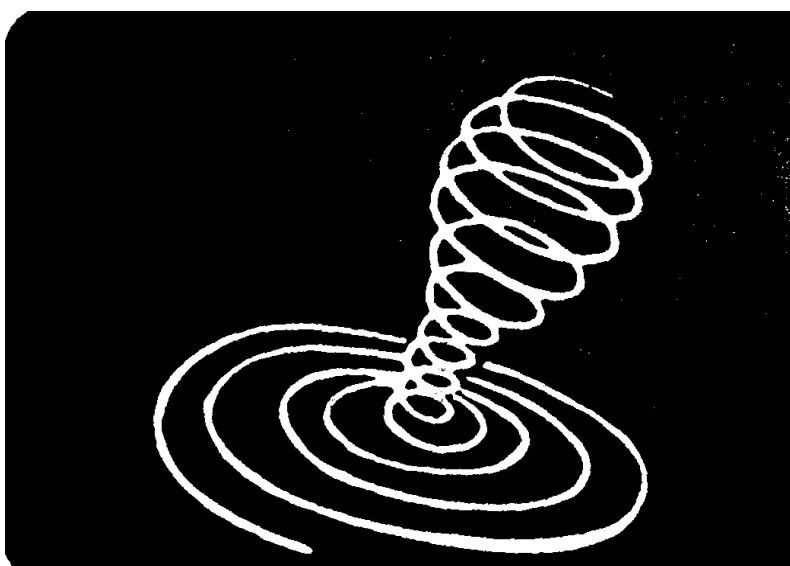
*Рис.3. Карты E и F (ко второй стадии: «Блаженство»)*

### **Третья стадия: «Лабиринт, спираль, вихрь»**

Все мы находились в период внутриутробного развития в связи с материнским организмом, и эта связь осуществлялась с, помощью пуповины Отчасти из-за этого в ситуациях сепарации мы испытываем тревогу Парадоксальным образом тревога возникает и в момент угрозы и в момент освобождения. Являясь отражением психического макрокосма, круг изначально двойственен: в одно время он ассоциируется с целостностью, в другое - с той утратой первичной целостности, которую несет опыт рождения.

Ассоциация с пуповиной была бы неполной, если бы мы ограничились лишь индивидуальным опытом. Мифологические и религиозные тексты изобилуют описанием того космического чрева, в котором первоначально протекало развитие земли и человека. Иногда символом этого чрева считается Млечный Путь. Различные храмовые сооружения с древнейших времен имели наверху отверстие для того, чтобы свет звезд проникал в их внутреннее пространство. Это отверстие также является символической пуповиной, с помощью которой человек соединяется с Вселенной.

Когда рыба мечет икру, выбрасываясь в воду, она формирует нити молочной субстанции, распространяющиеся в виде сетки или спирали В наиболее характерном виде мандалы этой стадии могут включать голубой и розовый цвета — цвета мадонны и младенца. Когда же лабиринт изображается черным цветом на белом поле-, это может указывать на формирование ощущения пространственно-временной протяженности. К этой же стадии относится образ сутрамы — серебряной нити, связывающей феноменальный мир с его первопричиной (Cirlot 1962, p. 111). «Представление о мире как о лабиринте... ведет к идее' «центра» как символа высшей цели человека, символа обретенного рая или небесного Иерусалима» (Cirlot, 1962, xxvii). Можно отметить, что если древний человек воспринимал видимые формы феноменального мира как подвижные и «текучие», то представители более зрелых культур воспринимали его как нечто статичное, передавая это преимущественно в геометрических фигурах. Поэтому можно предполагать, что в состоянии психического регресса будут использоваться преимущественно извилистые линии в виде изображений спирали или вихря.



*Рис.4. Карты G и H (к третьей стадии: «Лабиринт, спираль, вихрь»)*

Характерные для этой стадии изображения лабиринта могут ассоциироваться с путешествием, которое не имеет конечной цели, поиском того, о чем нет ясного представления: «Мы обнаружили, что, лежа на кушетке и погружаясь в ... состояние, пациенты начинают ощущать вихреобразное движение. Во время движения по родовому каналу ребенок также совершает вращательные движения. Лабиринт же имеет два выхода: один ведет к смерти, забвению, во чрево; другой ведет наружу и связан с пробуждением. Поэтому я полагаю, что связанные с движением по лабиринту ритуалы отражают опыт погружения в сон, которое, в свою очередь, может отражать опыт биологического рождения. Это может быть вторым вариантом интерпретации символа лабиринта, наряду с ассоциацией с движением экскрементов по кишечнику» (Roheim, 1973, p. 290-291).

Как отмечает Херманн (Hermann, 1935, p. 415-418), примитивные животные и молодые особи некоторых более высокоорганизованных видов передвигаются не прямолинейно, а по извилистой траектории. Поэтому Херманн считает, что прямые линии в большей степени отражают функции Эго, в то время как спираль — функции Оно или первичные процессы. С этим трудно не согласиться: «Если вихреобразное или спиралевидное движение отражает опыт погружения в сон и подчинение Эго Оно, мы можем понять, почему врата подземного мира также представляют собой лабиринт» (Roheim, 1973, p. 291). Лабиринт является одним из вариантов мандал, создаваемых австралийскими аборигенами. Эти мандалы изображаются в виде концентрических кругов и ассоциируются с влагилицем и маткой.

Мировое древо, жезл шамана и другие схожие с ними, образы ассоциируются у меня с той пуповиной, которая связывает нас с Самостью или отвергнутой частью нашего «я», что также предполагает идентификацию с плацентой и архаичными воспоминаниями: «Тесно связанной с мистической доктриной идентификации является вера в духовных двойников. В Центральной Австралии мистические двойники ассоциируются с предками, выступающими в качестве ангелов-хранителей... Аналогичное представление бытует среди представителей племени барди, где духовный двойник ассоциируется, однако не с предками, а с плацентой. Хотя плацента во время рождения чело века погибает, считается, что ее душа растет как ребенок и умирает вместе со своим «хозяином». Она обычно остается на родине челове

- 44 -

ка, даже если он временно отсутствует. Она может приходиться к нему во сне и говорить ему о том, что «неблагополучно» у него дома» (Roheim, 1971, p. 239).

Символ лабиринта также, возможно, имеет отношение к биологической памяти. Вспомните хотя бы о том, что нуклеиновые кислоты ДНК и РНК представляют собой спирали. На мифологическом уровне символу лабиринта соответствует образ женщины-паука и её шёлковой паутины. Другим мифологическим образом, отражающим процессы раннего биологического развития, является образ Бога, творящего жизнь своим дуновением на воду. Это, однако, предполагает связь спиралевидного, порождающего жизнь движения со ртом, а не с гениталиями.

*Вербальные ассоциации с «Лабиринтом»:* внутриматочный опыт, сосредоточение, оплодотворение, дыхание Бога, вихрь, дуновение, вонзённая в сердце стрела, ранение (стигма, карма), проникающий в яйцеклетку сперматозоид, вхождение во храм, ощущение предначертанности, судьба, подчинение силе, безнадёжность, серебряная нить, паутина, майя, виноградная лоза, ДНК, наследственность.

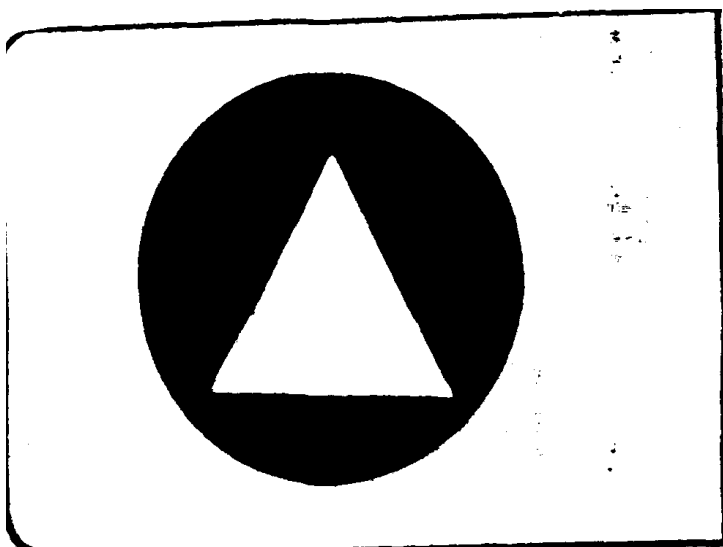
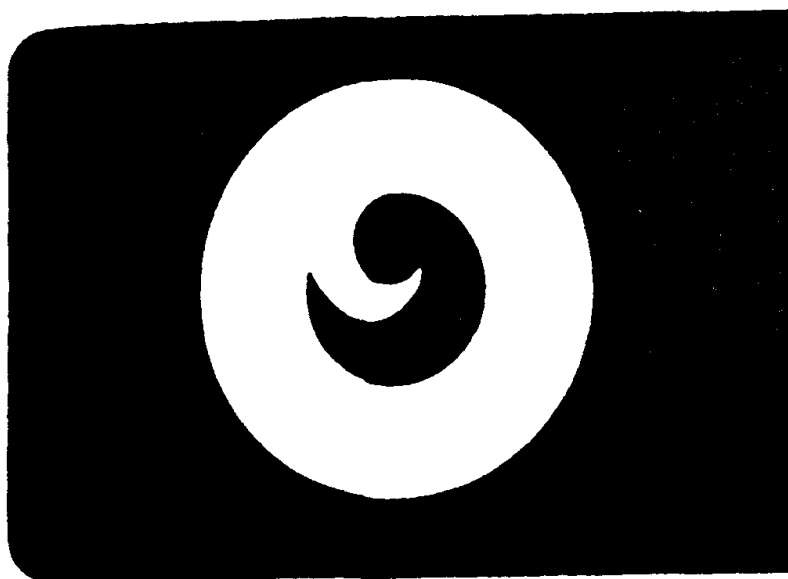
#### **Четвёртая стадия: «Начало»**

Эта стадия ассоциируется с началом мира и человека в мире или во вселенной чрева, с оплодотворённым яйцом или развившимся плодом, всё ещё являющимся частью Великой Матери, представляющими собой самостоятельные сущности, заключённые в материнский «контейнер»... Эту стадию также можно связать с оральной стадией психосексуального развития, с нарциссической установкой.

Используемые для создания мандалы этой стадии цвета позволяют понять особенности её содержания. Розовый центр, окружённый голубым цветом, указывает на инфантильный характер переживаний. Фиолетовый центр свидетельствует о нарциссических тенденциях. Красный центр на синем фоне будет указывать на пассивно-агрессивный стиль реагирования. То же справедливо для мандалы с синим центром на красном фоне. Поскольку возможно множество вариантов сочетания цветов, следует соотнести психологическое содержание цвета с содержанием формы.

- 45 -





*Рис. 5. Карты I и J (к четвертой стадии: «Начало»)*

Круг с точкой посередине использовался в качестве обозначения Бога или того единого источника, из которого всё произошло. В то же время это символ для обозначения плода во чреве матери, где центр – это плод.

Внешние границы круга могут символизировать при этом «вселенную» материнского организма. Положительный характер переживаний на этой стадии передаётся через цвет: розовый, голубой или сиреневый цвета выражают ностальгию по утраченному. Изображённые с использованием этих цветов мандалы могут указывать на потребность в регрессе, с тем чтобы пережить состояние счастливого забытья. Об этом состоянии нам, в частности, напоминают изображения мадонны с младенцем.

Нарциссизм как характеристика этой стадии указывает на потребность в утверждении собственной уникальности, однако при этом человек остаётся пассивным и проявляет зависимость от окружающих. Как уже было отмечено, эта стадия может соотноситься с оральной фазой психосексуального развития. При этом форма мандалы может символизировать материнскую грудь.

Данная стадия может также передавать опыт зачатия и рождения. Мандалы этой стадии иногда символизируют Эго, расположенное в центре психики. Характер изображения центра может многое сказать о самооценке: размер центра говорит об экспансивности или, наоборот, сдержанности и стеснительности. Ощущение безопасности или её отсутствия будет проявляться в тех линиях и формах, которые поддерживают центральный элемент. Как и на предыдущей стадии, здесь будут преобладать извилистые линии.

Немало мандал этой стадии можно найти среди изображений готической розы и буддистских изображений. При этом часто передаётся глубина пространства. Центр как источник внутренней энергии стимулирует развитие и, в конце концов, достижение стадии «оквадрачивания круга». На более зрелых стадиях развития квадрат, заключённый в круг, выступает в качестве канала для прохождения психической энергии.

Если внутриутробное развитие протекало благоприятно, центр может изображаться в виде окружённого водой острова или корабля. Воспоминания об этом периоде развития часто служат своеобразным убежищем для тех, кто переживает стресс на более поздних стадиях развития. Алкоголики склонны регрессировать именно к этой стадии, к

- 47 -

отказу от всякой активности. В крайних случаях мандалы этой стадии могут также указывать на проявление магического сознания с восприятием себя в качестве центра вселенной.

*Вербальные ассоциации с «Началом»:* круг внутри круга, мать и дитя, мадонна с младенцем, оплодотворение, плод во чреве, новая жизнь.

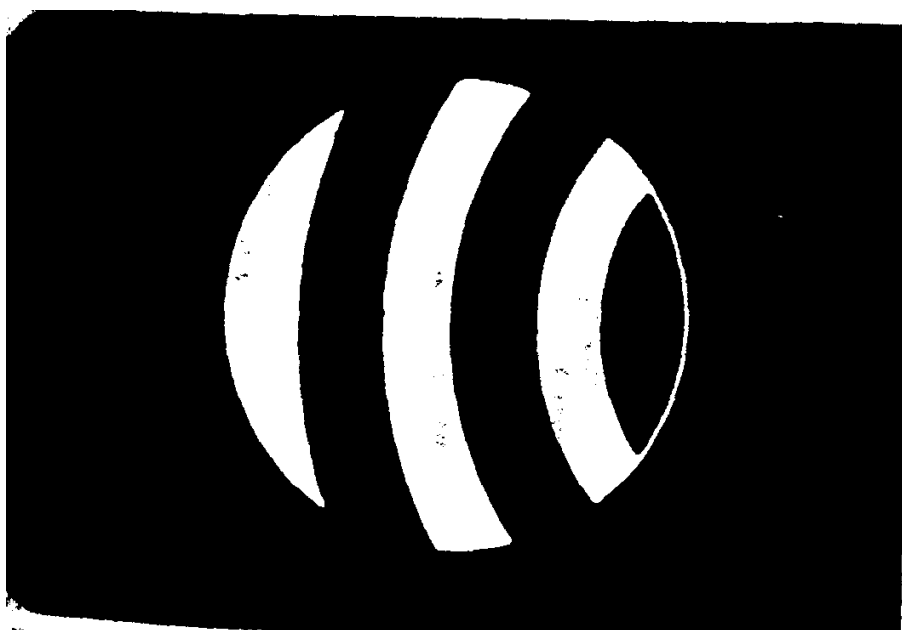
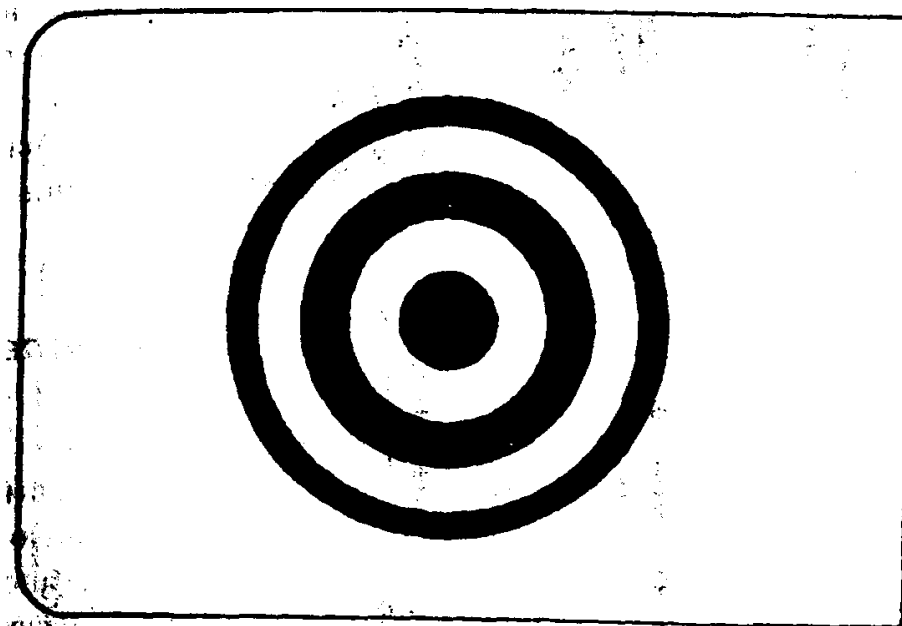
### **Пятая стадия: «Мишень»**

Данная стадия ассоциируется с обсессивно-компульсивными проявлениями, навязчивым движением по кругу. Она отражает опыт завершения блаженного пребывания плода во чреве матери и начала родов. В этом случае можно предполагать у пациента дефензивность или даже паранойяльные проявления, а также стремление сохранить за собой свою территорию. Трудно исключить проявления ритуального поведения и магического мышления. Связанное с этой стадией поведение изменить бывает трудно, однако, когда изменения все же происходят, они хорошо проявляются в создаваемых в последующем мандалах. Иногда мандалы этой стадии имеют не плоскостной, а объёмный характер.

Компульсивные проявления на этой стадии связаны со стереотипным поведением; магическое же мышление предполагает проекцию психологического материала на внешний мир. Иногда, когда имеются паранойяльные проявления, внешний мир может восприниматься как угрожающий, несущий боль и напряжение. Нередко мандалы этой стадии ассоциируются с воронкой, что связано со стремлением индивида сохранить контроль над ситуацией.

Ощущение беспомощности и уязвимости может вести к проявлениям магического мышления и совершению ритуальных действий, способных оградить индивида от враждебных сил. При заболевании анорексией данное состояние подобно крепости, в которой сам человек становится узником. Когда окружающая среда воспринимается как враждебная, внешние границы мандалы становятся очень толстыми и изображаются темными оттенками. На этой стадии нередки также проявления зависимого поведения.

- 48 -



*Рис.6. Карты К и L (к пятой стадии: «Мишень»)*

«Концентрические круги или различные их варианты ассоциируются... с чревом, пупком... вичиной. Заключительная стадия инициации называется инхура (отверстие), поскольку отверстие является центральным символом во всем ритуале» (Roheim, 1973; p. 125).

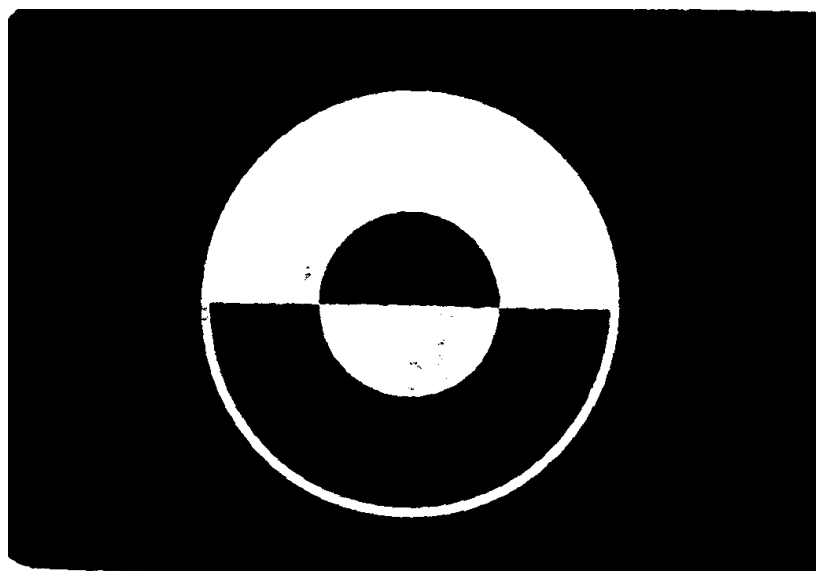
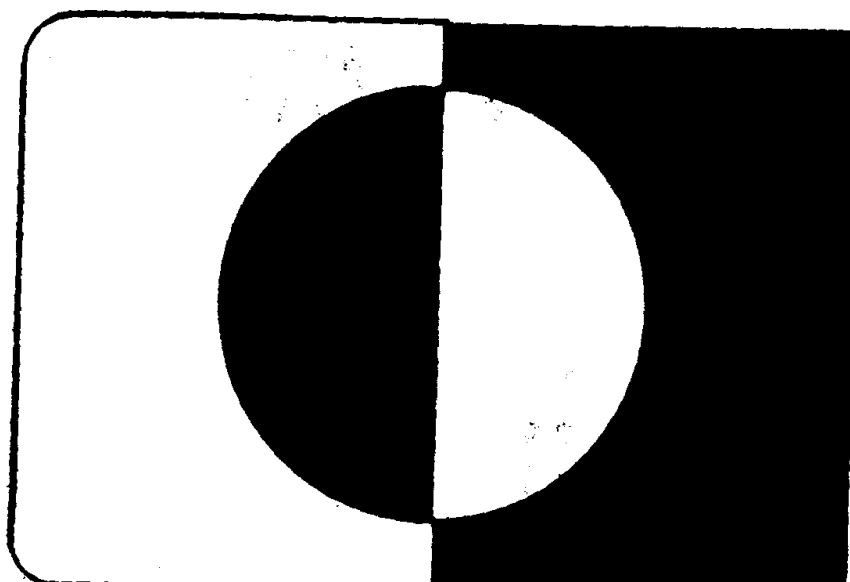
*Вербальные ассоциации с «Мишенью»:* давление, засасывание воронка, паранойя, угроза, обсессивно-компульсивные реакции, защитные ритуалы, магия

### **Шестая стадия: «Парадоксальное расщепление, единоборство с драконом»**

Шестая стадия представлена расщепленным кругом, символизирующим «я» и тень, борьбу противоположностей, эдипальную стадию космических масштабов, когда небесный бог борется с земной богиней. Что касается ассоциаций с опытом внутриутробного развития, то данная стадия может символизировать отношения плода с плацентой, играющей в этом случае роль «другого» — темной части «я». Любопытно читать отчеты лиц, переживших регрессивные состояния, связанные с внетелесными переживаниями, когда человеку кажется, что на его спине или шее находится некая серая масса. Это напоминает описания Роберта Монро (Monroe, 1971, p. 140): «Я лежал в состоянии глубокой релаксации поздним вечером в своей спальне, когда начал ощущать легкие вибрации. Я заметил перекинутую через мое тело маленькую ногу и ощутил сидящее на моей шее тело».

Расщепление или ощущение расщепления может ассоциироваться с разделенным надвое кругом, предшествующим появлению примиряющего, объединяющего центра. Это напоминает деление клетки и предполагает ощущение отчуждения, одиночества, а в некоторых случаях и депрессии.

На данной стадии укрепление границ Эго имеет большое значение. Мандалы этой стадии часто напоминают пейзаж, на котором имеется линия горизонта, делящая рисунок на две половины, подобно той трещине, которая разделяет мир у Кастанеды. Это разделение предшествует восходу солнца или появлению нового «я». Прежде чем это произойдет, следует ожидать усиления борьбы противоположностей, амбивалентности, полярности и непримиримых противоречий. Все это делает данную стадию периодом парадоксов.



*Рис.7. Карты М и N (к шестой стадии: «Парадоксальное расщепление, единоборство с драконом»)*

Расщеплённый круг с его парадоксами прекрасно описан в работе Дэвида Вилласенора (Villasenor, 1963, p. 14, 38) при интерпретации песочных композиций. Одна из них представляла собой поделённый белой лентой надвое круг; лента символизировала Млечный Путь, по одну его сторону располагалась оранжевая гремучая змея, а по другую сторону – чёрная. В нижней половине круга находился круг оранжевого цвета с чёрным центром, выступающий в качестве объединяющего обоих родителей символа.

Данная стадия, воспринимаемая часто как инициация во взрослое состояние и как эдипальная фаза психосексуального развития, может предполагать переживание страха кастрации. Образы небесного бога и земной богини присутствуют в разных мифах. Противостояние между ними передается через изображения пейзажного характера. В случаях психической патологии разделение круга пополам иногда бывает несимметричным, когда, например, линия горизонта рисуется выше центра. Присутствие встающего над горизонтом солнца может иметь большое значение: «Король Ашанти является правителем священной страны. Будучи избранным матерью-королевой и народом, король выступает земным воплощением солнца, считается его сыном. Его душа наполнена энергией солнца и является источником жизни и благословения. Являясь сыном солнца, король называется «тем, кто утверждает начало времени». Он говорит о себе: «Я — центр мира, вокруг которого все вращается». Король изображается в виде креста — символа солнца. Золотой цвет является его священным цветом, который используется во многих орнаментах, и в ходе некоторых церемоний тело короля покрывается золотой пылью (Parrinder, 1976, p. 70).

«Единоборство с драконом» является значимой стадией индивидуального развития, обозначающей дистанцирование от родителей окончательное преодоление зависимости от матери — зависимости от бессознательного, которое удерживает сына или дочь в состоянии зависимости от инстинктов. «Единоборство с драконом» также означает преодоление зависимости от отца как символа коллективных ценностей и традиций своего времени. Лишь одержав «победу» над родителем, герой может стать хозяином своего мира и приступить к реализации своей индивидуальной миссии, когда архетипы отца и матери при обретают новое содержание. Отныне они воспринимаются уже не как

- 52 -

враждебные герою фигуры, сдерживающие его активность, а как компаньоны, благословляющие его на героические свершения (Neumann, 1972, p. 21). «Когда-то все люди пребывали в Великом Круге Матери и не могли из него выбраться. Бросить вызов дракону и одержать над ним победу значило обрести мужское сознание и выйти из этого Круга» (Bly, 1973, p. 32).

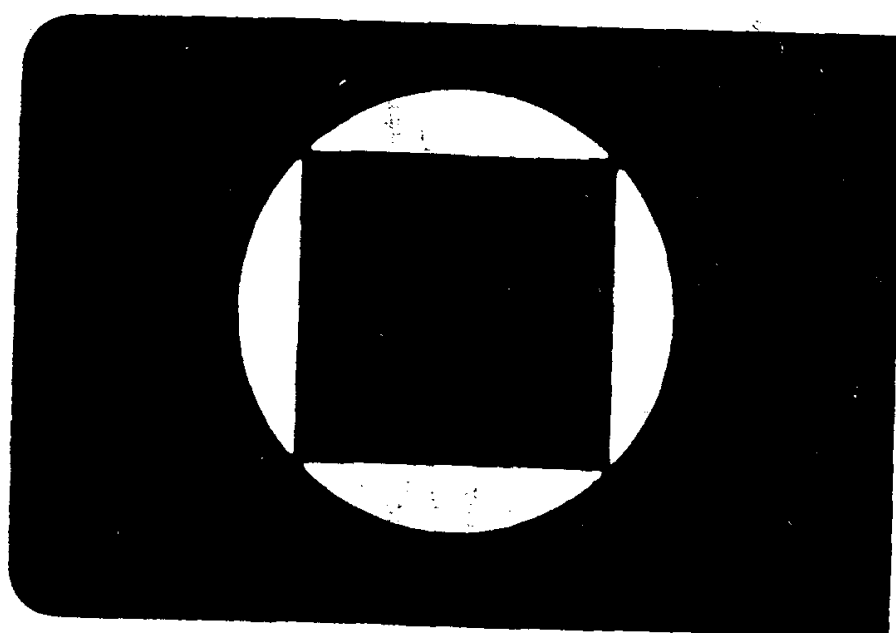
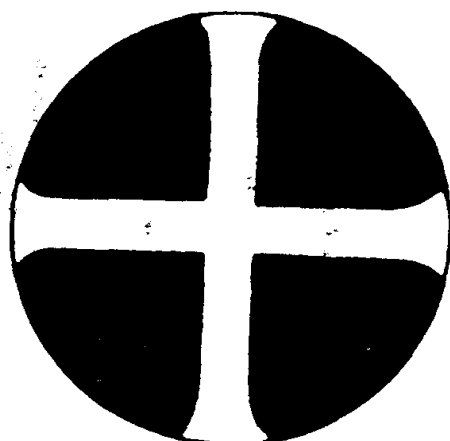
Другой значимой для этой стадии темой является тема расщепления Эго и проявления в нём противоположных тенденций, вплоть до полной утраты чувства «я», что характерно для некоторых психотических состояний. Однако следует различать, когда переживание расщепления «я» является временным состоянием, а когда оно устойчиво. Разные состояния могут переживаться нами в те или иные моменты жизни, например во время медитации, психотерапии, творческой деятельности, однако при психозе имеет место фиксация на ограниченном круге состояний.

### **Седьмая стадия: «Оквадрачивание круга»**

Данная стадия имеет экспансивный характер. Символизирующее Эго солнце встаёт над горизонтом. Иногда эта стадия имеет маниакальные проявления, характерны ощущение наполненности энергией и повышенная самооценка. Его можно связать с определённым моментом ритуала инициации, когда человеку даётся новое имя. На этой стадии индивид окончательно отделяется от родителей, обретая независимость и беря всю ответственность за свою жизнь на себя. Он устанавливает контакт с материнскими и отцовскими качествами на внутреннем уровне. Характерно использование прямых линий, указывающее на развитие рационального мышления. В отличие от предыдущей стадии, на данной стадии индивид воспринимает себя уже не объектом постороннего воздействия, но свободно действующим субъектом. Происходит объединение рецептивных и активных аспектов личности и активизация Эго-идеала. Размытые на предыдущем этапе сексуальные ощущения фокусируются на гениталиях.

Негативные проявления данной стадии могут включать переживания опустошённости и подавленности, что характерно для маниакально-депрессивного психоза.

- 53 -



*Рис. 8. Карты О и Р (к седьмой стадии: «Оквaдpачивание кpуга»)*

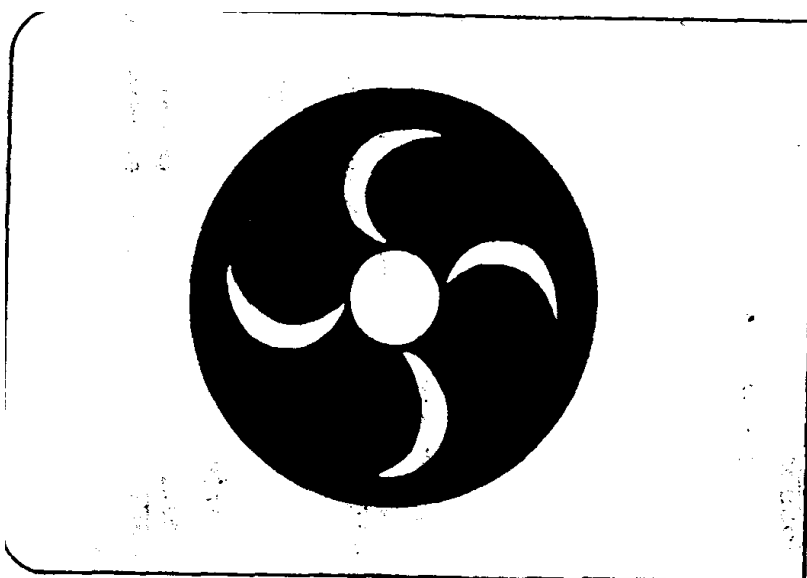
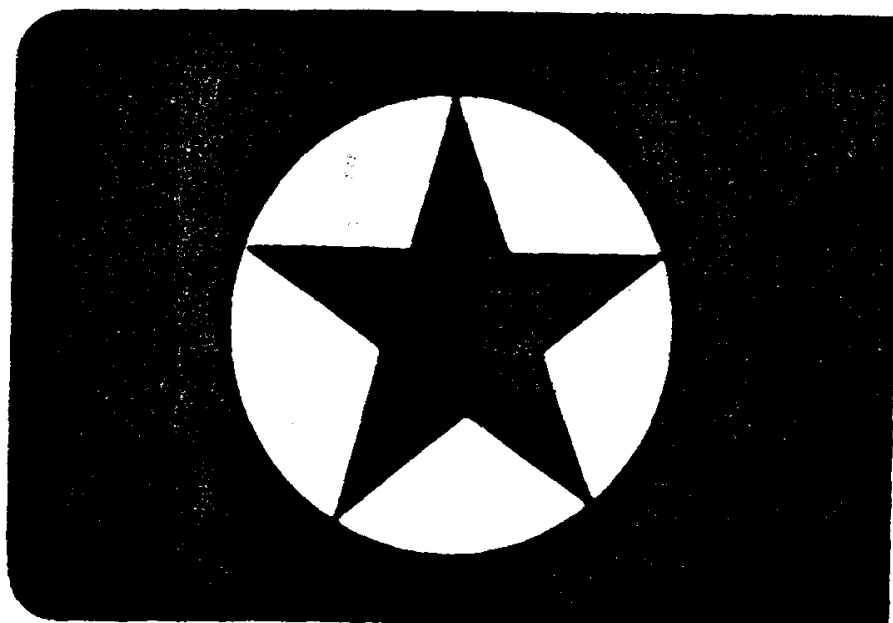
## **Восьмая стадия: «Функционирующее Эго»**

Данная стадия связана с проявлением индивидуальности. Мандалы могут включать прямые линии, однако рисунки не вызывают ощущение ригидности. В случае если такое ощущение возникает, можно предполагать проявление дефензивности, связанной с противодействием разрушению «я».

Когда в психотерапии имеет место проявление положительного переноса, может изображаться молния, направленная на ту точку, где на циферблате расположено число «1». Это указывает на то, что исцеляющие энергии психотерапевта начинают воздействовать на пациента. Молния изображается в виде полосы света («Освещающей» проблемы) желтоватого (если психотерапевт – мужчина) или голубоватого цвета (если психотерапевт – женщина): «Данная аллегория (Зевс) – это символ обретения действиями психологического значения. Зевс – символ духа, а молния – внезапного появления освещающей всё вокруг мысли (интуиции), идущей от самого Бога» (Cirlot, 1962, p. xii). Эта стадия ассоциируется у меня с одной из работ Микеланджело – изображением Творца в Сикстинской капелле, на котором Бог простирает к человеку свою руку, словно пытаясь передать ему энергию жизни. Вход энергии в мандалу в большинстве случаев передаётся посредством изображения цветной линии, идущей через верхний правый её сегмент, что может передавать положительные изменения в психотерапевтических отношениях. Иногда, однако, эта линия пролегает через нижний левый сегмент мандалы; в этом случае можно предполагать, что положительные изменения в психотерапевтических отношениях произойдут позже.

В случае изображения крупного центра оранжевого или жёлтого цвета вероятны проявления мессианских тенденций и психологической инфляции. Данная стадия имеет большое значение в плане оформления телесного образа. В отличие от предыдущей, на данной стадии ощущается движение тела в пространстве. С этой точки зрения изображение свастики может символизировать «я» как центр силы и энергии, которые реализуются в действии и двигательной активности. Другим часто встречающимся изображением, хотя и не связанным с передачей движения, но символизирующем человеческое тело, является пятиконечная звезда или цветок с пятью лепестками.





*Рис. 9. Карты Q и R (к восьмого стадии: «Функционирующее Эго»)*

*Вербальные ассоциации с «Функционирующим Эго»:* дифференцированное Эго, центральная форма как источник силы, мессианский комплекс, маниакальность.

### **Девятая стадия: «Кристаллизация»**

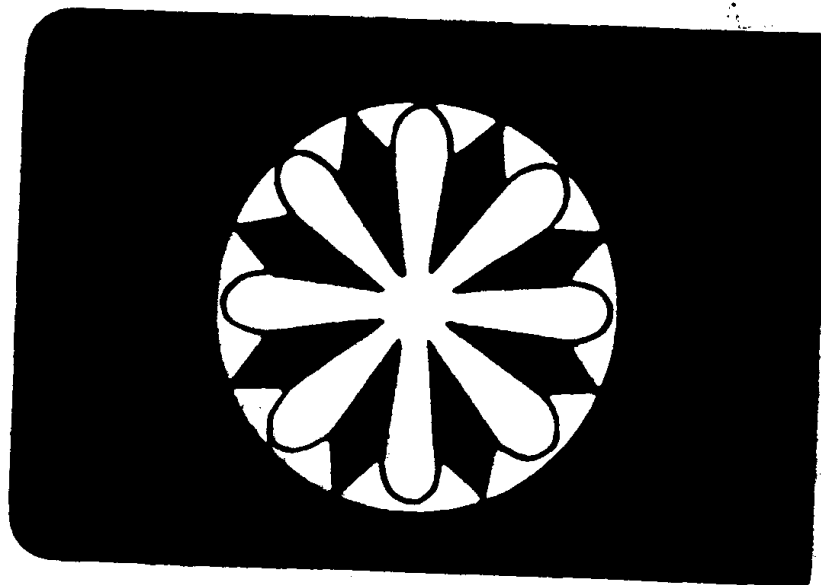
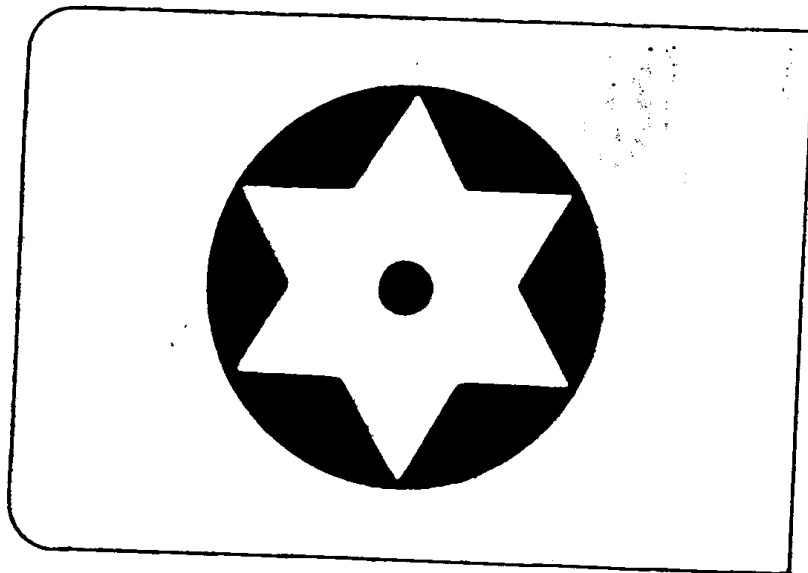
Мандалы этой стадии обычно очень красивы, симметричны и напоминают цветы или плоды в разрезе. Их появление в некоторых случаях может отражать нежелание и страх изменений. В норме эти мандалы появляются на некоторое время, после чего исчезают. Когда такие мандалы создаются с использованием одних и тех же цветов, можно усомниться в том, что цвет имеет какую-либо динамическую функцию. Скорее всего, он играет стабилизирующую роль, если речь идет, например, о процессе лечения, сопряженном с психологическими изменениями.

Мандалы этой стадии передают отношения человека с другими людьми после оформления его психологической идентичности. В большинстве случаев они содержат центр, который связан с периферией четным числом радиальных элементов вроде лучей звезды или лепестков цветка. Эти мандалы свидетельствуют о состоянии гармонии и устойчивом социальном положении. Иногда они характерны для состояния невроза и указывают на психологическую ригидность и отсутствие динамики. Эти мандалы статичны и выражают в большей мере установку на бытие, чем на деятельность, а также желание сохранить существующий порядок вещей. Мандалы такого типа более характерны для зрелых, хорошо социализированных индивидов, возможно находящихся в динамично изменяющейся среде и пытающихся к ней адаптироваться.

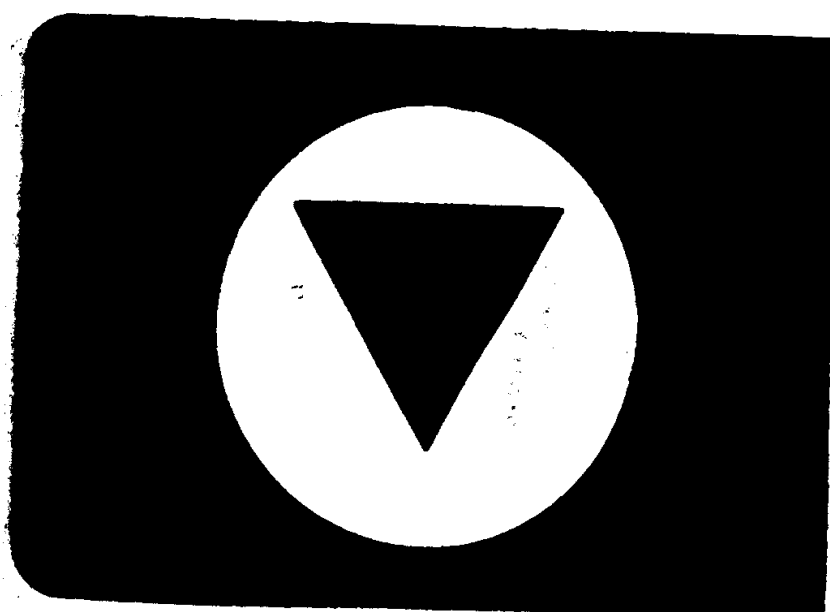
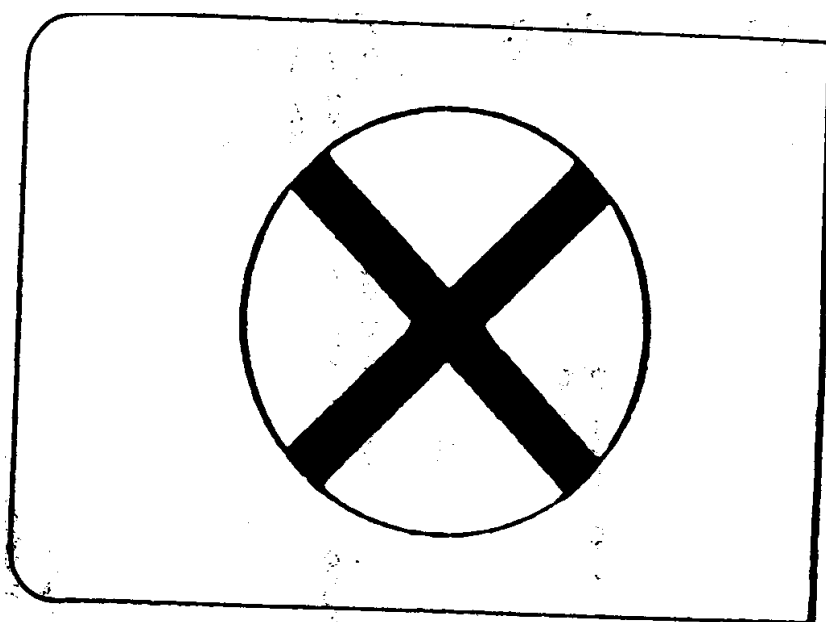
*Вербальные ассоциации с «Кристаллизацией»:* пластика и прямота, гармония, функциональность, эстетический опыт, "я" и другие, Эго в обществе.

### **Десятая стадия: «Ворота смерти»**

Мандалы этой стадии часто включают изображение «колеса фортуны» и отражают страх изменений и преодоление привычных форм сознания. Нередко изображается напоминающий перекресток дорог диа-



*Рис. 10. Карты S и T (к девятой стадии: «Кристаллизация»)*



*Рис.11. Карты U и V (к десятой стадии: «Ворота смерти»)*

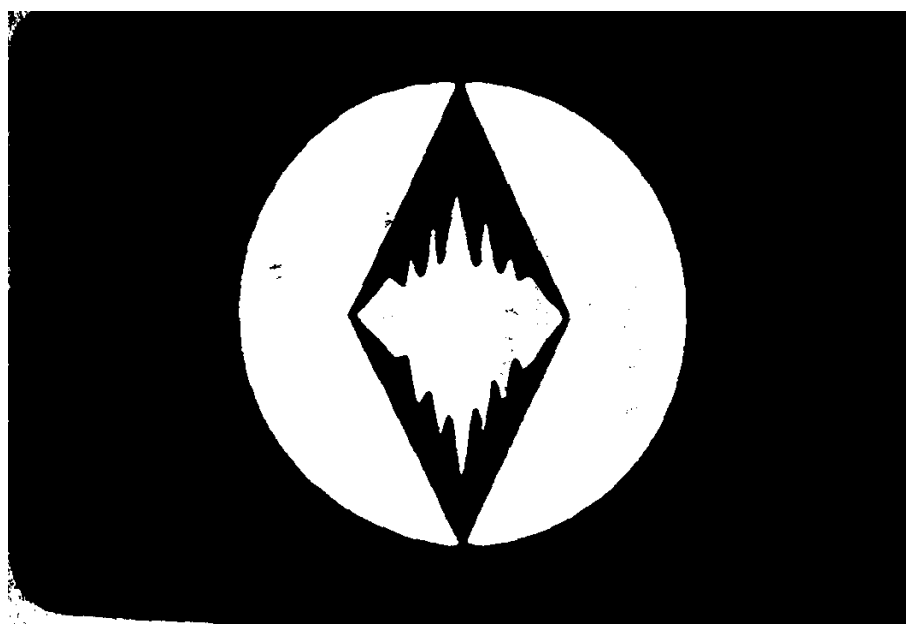
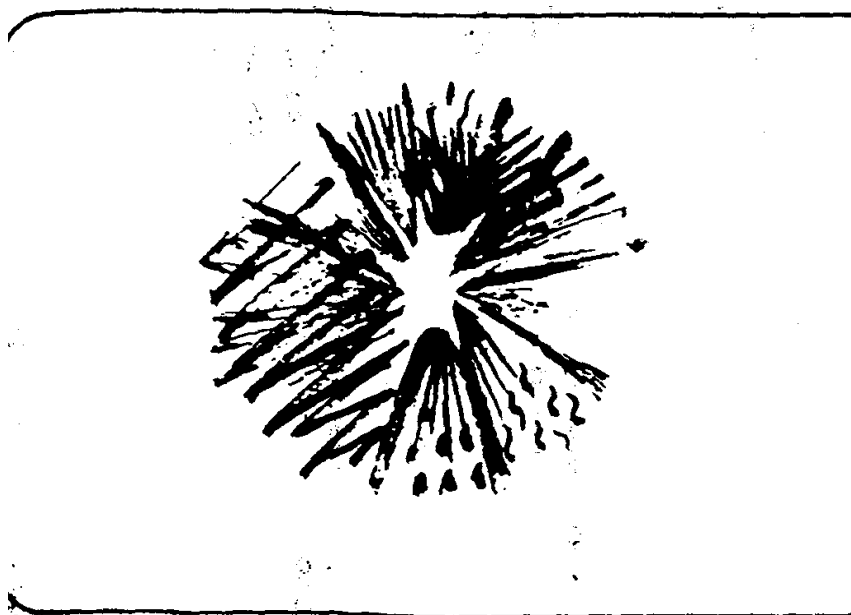
тональный крест, а также направленный вершиной вниз треугольник указывающий на погружение в бессознательное и потребность в обновлении. Если такие изображения сохраняются, это может быть связано с переживанием тревоги, депрессии и нерешительности. Эти мандалы характерны для лиц, переживающих кризис середины жизни с характерной для него потребностью в переоценке жизненных приоритетов. Подобные изображения статичны и часто производят впечатление жертвенности. Иногда они передают ощущение утраты физической целостности и напоминают о распятии. У автора такой мандалы можно предположить наличие мазохистических тенденций и переживания собственной беспомощности. Ощущение утраты физической целостности и мазохистические тенденции могут выражаться в разделении круга на четыре окрашенных в разные цвета сегмента, которые воспринимаются как отдельные, не связанные друг с другом элементы. Для того чтобы они воспринимались как части единого целого, необходимо присутствие пятого элемента в виде центра. В этом случае можно предполагать достижение вершины страдания — своего рода «пикового переживания».

Мандалы этой стадии могут ассоциироваться с прикованным к колесу Иксионом, а также с «колесом сансары»: «Мандала жизненного цикла основана на четырех природных элементах — воде, земле, огне и воздухе. Над ними — справа и слева — расположены спасительные силы Будды, положительное колесо доктрины, которое нейтрализует отрицательные энергии колеса жизни» (Neumann, 1972, p. 238).

*Вербальные ассоциации с «Воротами смерти»:* скорбящая мадонна, распятый Христос, Адонис, казненный Озирис, Иксион, унижение, поражение, чрево-могила, встреча со смертью, завершение, отвергнутость, депрессия, кататония, статика, изоляция, одиночество, покинутость, отчаяние, муки, импотенция, ригидность, череп, паралич.

### **Одиннадцатая стадия: «Фрагментация»**

Данная стадия может быть результатом патологического процесса, например шизофрении, если ее проявления сохраняются в течение длительного времени. Мандала, характерная для этой стадии, представляет собой «разрезанный пирог»; каждый сегмент изображения при этом имеет разную окраску, а центральный элемент может отсутствовать.



*Рис.12. Карты W и X (к одиннадцатой стадии: «Фрагментация»)*

Окраска такой мандалы дисгармонична, и из-за отсутствия центра она не производит впечатления целостного изображения. Если считать, что каждый сегмент или цвет в рисунке отражает те или иные психологические качества и аспекты индивидуальной динамики, тогда подобное изображение говорит о некоем разрушительном внутриспсихическом процессе либо проявлении саморазрушительных тенденций.

Подобные мандалы также могут свидетельствовать об ощущении утраты физической целостности, при котором разные части тела воспринимаются как несвязанные друг с другом. Отсутствие центра иногда говорит о разрушении Эго. Дисгармоничные цвета вызывают ассоциации с костюмом клоуна или шута. Что характерно, во многих культурах шут или «дурак» — это тот, кто может позволить себе делать и говорить то, чего не могут другие.

Иногда после создания мандалы этой стадии имеет место возвращение на пятую стадию с характерной для нее дефензивностью. Это вполне объяснимо, если учесть высокую вероятность разрушительных процессов и утраты ощущения психической целостности и границ "я" на стадии «фрагментации».

«Положительным символом женственности и чрева является рот; поэтому губы могут ассоциироваться с женскими гениталиями. Основанием для такой символической связи фемининности со ртом как расположенным в верхней части тела чревом является, по-видимому, то, что рот является местом «рождения» дыхания и слова... Аналогичным образом разрушительные проявления женского начала, чрево как место погребения наиболее часто имеет в качестве своего архетипического выражения оскаленную пасть или рот с зубами. Это, в частности, характерно для африканских статуэток, где «оскаленное чрево» заменено устрашающей маской, а также для ацтекских изображений богини смерти, украшенных множеством ножей и острых зубов. Мотив *vagina dentata* наиболее характерен для мифов североамериканских индейцев. В мифах некоторых индейских племен присутствует образ плотоядной, обитающей во влагалище Ужасной Матери рыбы» (Neumann, 1972, p. 167-168).

«Таким образом, когда богиня разгневана, она может закрыть чрева всех живых существ, и тогда жизнь замирает. Она — богиня-мать, хозяйка восточных врат — врат рождения; выступая же в качестве ужасной матери, она является хозяйкой западных врат, ведущих в подземный мир врат смерти» (Neumann, 1972, p. 170).

- 62 -

*Вербальные ассоциации с «Фрагментацией»:* распятие, расчленение, утрата чувства «я», психоз, растерянность, амбивалентность, тибетский «Чюд»-ритуал, дезинтеграция, гниение.

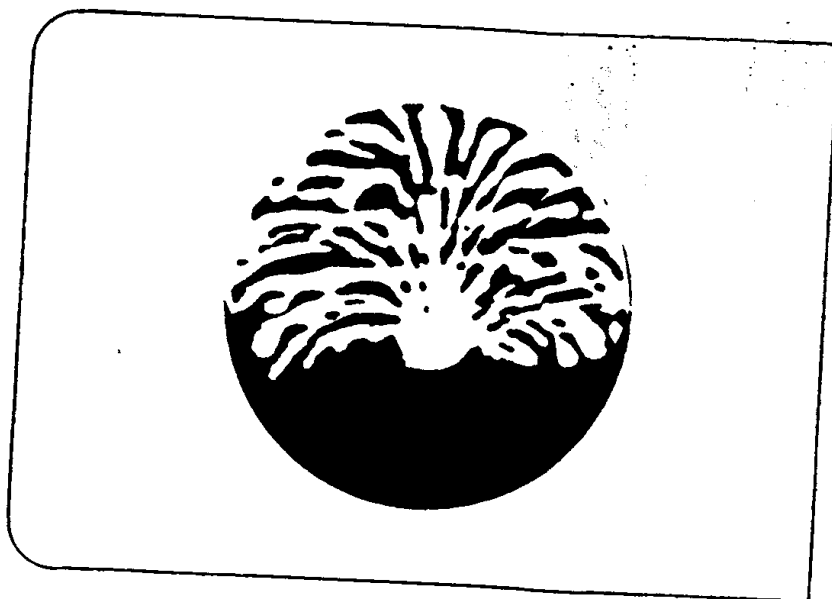
### **Двенадцатая стадия: «Трансцендентный экстаз»**

Данная стадия связана с экстатическими переживаниями, следующими за опытом «фрагментации». В отличие от предыдущей стадии, здесь присутствует ощущение энергетического центра. Мандалы этой стадии могут представлять собой изображение фонтана; иногда изображаемые потоки воды или энергии вырываются за пределы круга через его верхнюю часть. Нередко изображается фонтан белого света. Вслед за опытом «фрагментации» на этой стадии наступает объединение разных элементов «я». Нередко изображаются переливы цветов, указывающие на переживание «пикового опыта». В некоторых случаях, когда такие мандалы изображаются многократно, это указывает на наличие маниакального состояния. Иногда они связаны с переживанием психологической трансформации. Пользуясь аналогией с алхимическим процессом, можно связать данную стадию с нахождением квинтэссенции (начал бытия). Нередки экстатические переживания, ощущение блаженства, напоминающее оргазм. Индивид находится в активном, а не рецептивном состоянии и воспринимает себя в качестве «генератора» энергии.

В некоторых случаях вслед за этой стадией переживаются первая и вторая стадии, что указывает на переживание опыта «нового рождения».

*Вербальные ассоциации с «Трансцендентным экстазом»:* белый свет, мерцание, переливы, фонтан, пронзание копьем, нирвана, идущая из центра пульсация, мужской оргазм, интернализация божественной энергии, бездеятельное деяние, пиковый опыт, любовь ко всему, ощущение собственного могущества, естественная красота, самоактуализация, воскресение, завершение.

- 63 -



*Рис. 13. Карты Y и Z (к двенадцатой стадии: «Трансцендентный экстаз»)*



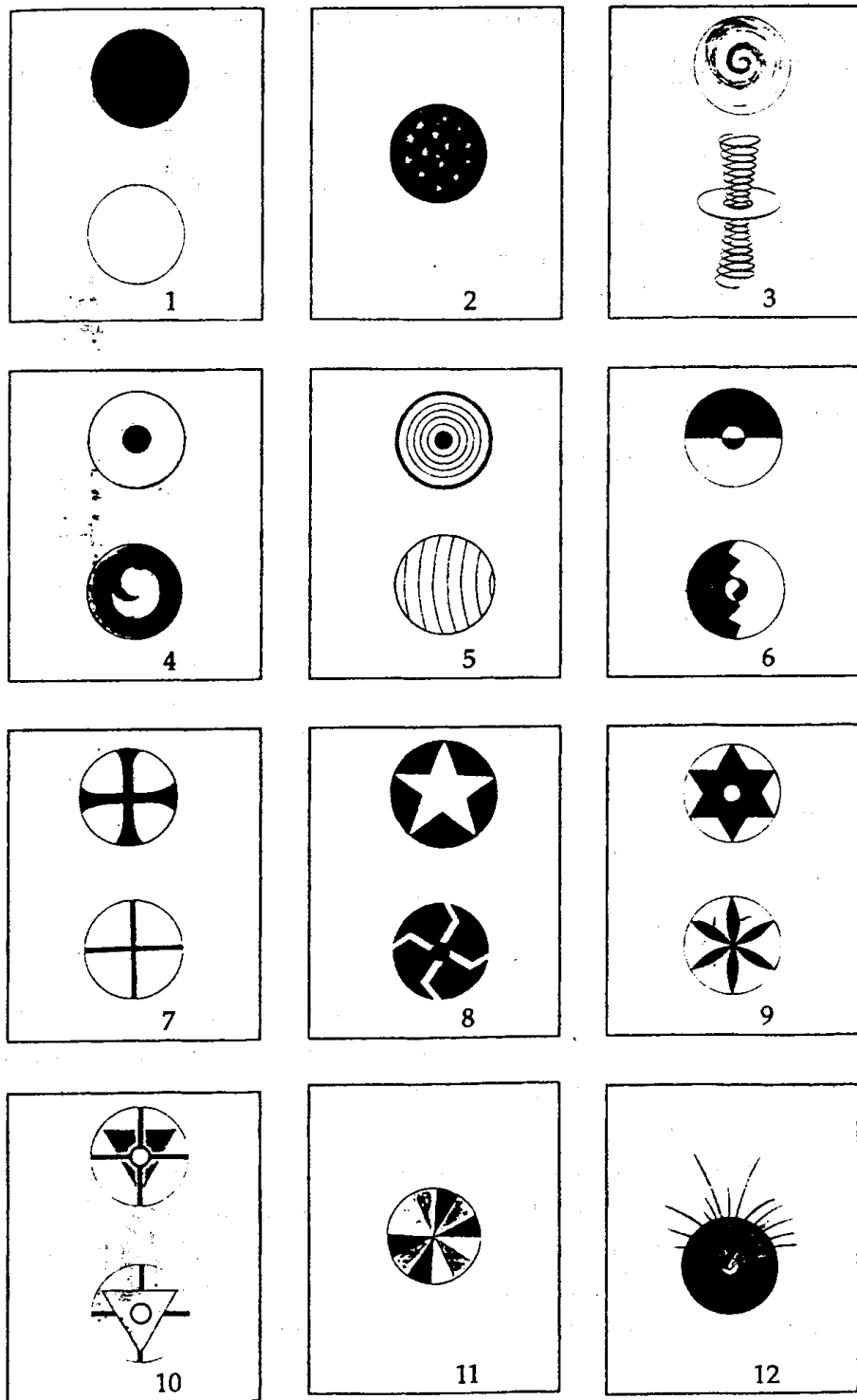


Рис. 14. Иллюстрации индивидуальных стадий

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАНДАЛЫ В ПСИХОДИАГНОСТИКЕ И ПСИХОТЕРАПИИ

*Джоанна Келлогг, Маргарет Мак Рэ, Хеллен Бонни и Франческо Ди Лео*  
(*Joan Kellogg, Margaret MacRae, Helen Bonny and Francesco Di Leo*)

### Значение цвета и формы в изображении мандалы\*

В 1969 г. я впервые предложила своим пациентам рисовать мандалы. В начале лечения мандала не только помогала им реализовать свою творческую энергию, но и способствовала разработке плана психотерапии. Создаваемые в ходе болезни и выздоровления мандалы также помогают нам отследить изменения в состоянии пациентов.

Оптимальный набор материалов для работы — это пастельные мелки (хорошо, если имеется набор из 48 цветов) и белый лист бумаги размером 12 на 18 дюймов. Размер изображения мандалы немаловажен, поэтому я раздаю пациентам бумажные тарелки десяти с половиной дюймов в диаметре, которые они обводят карандашом. После этого, используя мелки, пациенты заполняют пространство круга и иногда также пространство за его пределами.

В этой части статьи я опишу некоторые приемы интерпретации цвета и формы мандалы. Обратите внимание, что для результата интерпретации имеет значение не только цвет и форма, но и их расположение в мандале. Для краткости я опущу мифологический материал, а также работы по психологии и антропологии, которыми я часто пользуюсь в ходе интерпретации. Я упомяну только самые важные источники информации, чтобы читатели смогли познакомиться с ними самостоятельно. Конечно же, важно иметь для сравнения с мандалами пациентов мандалы, созданные здоровыми, хорошо функционирующими субъектами.

---

\* Джоанна Келлогг.

- 66 -

### Значение цвета в мандале

Каждому, кто занимается интерпретацией рисунков мандалы, нужно помнить, что каждый цвет имеет как положительное, так и отрицательное значение, в зависимости от того контекста, в котором он используется.

Начнём с черного цвета. Он традиционно ассоциируется с отрицанием жизни — разрушением. С другой стороны, можно рассматривать его как психологическую смерть, предшествующую новой жизни. Черный символизирует темноту чрева и земли, в которую брошено зерно. Любая жизнь зарождается во тьме.

По моим наблюдениям, большинство американцев избегают пользоваться черным цветом, если не считать случаев патологии. Черный цвет нередко используется пациентами с психическими расстройствами и крайне редко - здоровыми субъектами. Я считаю, что это связано с культурными табу, в частности с избеганием темы смерти и поощрением оптимизма. Американцы не любят касаться неприятных вещей. В изобразительных же работах клиентов и специалистов из Европы и в особенности из латиноамериканских стран черный цвет используется чаще, причем он во многих случаях вовсе не ассоциируется с депрессией и патологией. Мне это представляется признаком более здоровой позиции, которая связана с восприятием жизни и смерти как составных частей одного и того же.

Трудно проигнорировать и связь этого цвета с представлением о черной расе. Было бы ошибочно полагать, что если быть черным (иметь черную кожу) хорошо, то черный цвет всегда имеет положительное психологическое содержание. Оно определяется не физическими, а эмоциональными характеристиками субъекта. Кроме того, наши эмоциональные реакции имеют висцеральный характер (мы чувствуем «нутром»), слизистая же оболочка внутренних органов имеет красноватый оттенок. Обозначая биологическую границу субъекта, цвет кожи во многих случаях воспринимается также и как показатель эмоционального состояния. На это указывают глаголы «покраснеть» (от того или иного чувства), «побледнеть».

Общепринятое отрицательное отношение к черному цвету обусловлено тем, что он ассоциируется с тьмой, которая у многих вызывает страх. Во многих культурах существуют ритуалы, посредством кото-

рых люди пытались помочь солнцу взойти; утро было временем всеобщего ликования. Провинциальные жители верят, что ночь имеет тысячу глаз, наполнена жизнью. Она, как и бессознательное, внушает людям страх. Отсутствие света означает утрату веры, а потому обилие черного цвета в изобразительной продукции может являться признаком депрессии.

Теперь рассмотрим серый цвет. Этот цвет часто присутствует в мандалах употреблявших героин наркоманов, которые получают метадон, и иногда может указывать на наличие чувства вины. Серый цвет также может свидетельствовать об апатии и ощущении усталости от жизни. Обилие серого цвета в рисунке может указывать на утрату способности испытывать от неё радость и получать удовлетворение от еды и половой близости. Он также может быть индикатором «эмоциональной слепоты» и неспособности увидеть перспективу жизни.

Я полагаю, что тёмно-фиолетовый цвет является одним из наиболее значимых. Он указывает на состояние, которое предшествует дистанцированию от матери, на симбиотическую зависимость от неё. Это состояние ассоциируется с тёмно-фиолетовым цветом, поскольку он является результатом смешивания красного – цвета либидо – и синего цвета, который ассоциируется с амниотической жидкостью. И любовь, и ненависть связаны с эмоциональной привязанностью, а потому присутствие тёмно-фиолетового цвета в центре мандалы может указывать на сильную зависимость от матери с преобладанием чувства любви или ненависти. Последнее более вероятно, если речь идёт о рисунке взрослого мужчины, либидо которого заблокировано в силу его эмоциональной зависимости от матери. С другой стороны, тёмно-фиолетовый цвет может указывать на активность фантазии, которая в арт-терапии обычно играет положительную роль.

В историческом прошлом тёмно-фиолетовый цвет считался цветом королей. Тот, кто верит в своё благородное происхождение и считает себя особенным, нередко использует этот цвет. Он также может свидетельствовать о кровосмесительной связи в благородной семье. В истории известны случаи, когда мать-королева и её сын занимали трон совместно. Иногда это также могли быть брат и сестра, и в этом случае также можно предполагать наличие кровосмесительных тенденций.

- 68 -

Символическое значение тёмно-фиолетового цвета может быть раскрыто путем обращения к древним мифам, в особенности тем, в которых описываются ритуалы жертвоприношений. Этот цвет в мифах нередко связывается с принесением в жертву молодого бога.

Когда речь идет о коричневом цвете, у многих возникают ассоциации с фекалиями. Коричневый цвет может указывать на контакт с фекалиями во время родов и страх загрязнения. Иногда он указывает на наличие мазохистических тенденций. С другой стороны, коричневый цвет может быть признаком большого потенциала, ассоциируясь, в частности, с готовой к посеву почвой. Если коричневый цвет занимает незначительное пространство в центре мандалы, это может свидетельствовать о заниженной самооценке ее автора.

Теперь рассмотрим красный цвет. Я полагаю, что этот цвет связан с мужскими проявлениями и физиологией — сексуальной потребностью, кровью, деструктивными тенденциями и способностью отстаивать свои интересы. Все это необходимо для выживания, однако, когда красный цвет присутствует на рисунке в избытке, это может указывать на гнев и потребность кому-то отомстить. Когда же красный цвет используется вместе с черным, это свидетельствует об агрессивных тенденциях, готовых реализоваться в разрушительных действиях. В то же время, хотя красный цвет ассоциируется с кровью и взрывным темпераментом, он свидетельствует и о способности защищать свои интересы и свое «я», а потому его следует считать признаком психического здоровья. Неизменное отсутствие красного цвета в серии мандал может указывать на пассивность и недостаточную способность добиваться своего.

Когда красный цвет смешивается с черным (такое сочетание можно назвать грязно-красным цветом), трудно исключить наличие проблем, связанных с различными запретами, а также заболеваниями крови. У примитивных народов такой цвет ассоциируется с менструальной кровью, а потому — и с кровосмесительными потребностями, ранами и физическими заболеваниями. В отдельных случаях он может отражать опыт прохождения хирургических операций. Психологическое значение этого цвета определяется формой фигуры и его расположением в мандале.

Розовый цвет можно с большой долей уверенности считать символом тела (конечно, если абстрагироваться от различий в цвете кожи, о чем было сказано выше). Большинство людей связывают розовый и

- 69 -

телесный цвета с нежностью, чувствительностью, уязвимостью. Обилие розового цвета в мандале может указывать на эмоциональную хрупкость и незащищенность, страх обнажения и потребность в защите со стороны психотерапевта. В этом цвете можно увидеть проявление возвращения к внутриутробному состоянию.

Розовый цвет нередко используется теми, кто переживает соматическое неблагополучие. В период месячных многие женщины используют розовый и красный цвета. Женщины в большей степени, чем мужчины, придают значение своему физическому состоянию и на подсознательном уровне «понимают», что происходит в их теле. Они могут использовать розовый цвет в период менструаций, даже если они ничего не говорят о своей озабоченности физическим состоянием. Если в мандале присутствует розовый цвет, следует спросить женщину, нет ли у нее месячных, чтобы избежать ошибочного предположения о том, что у нее имеются определенные соматические проблемы.

Если розовый цвет сочетается в мандале с черным и, особенно, если на рисунке они расположены рядом, высока вероятность проявления у пациента саморазрушительных тенденций. В сочетании с розовым черный может ассоциироваться с ведьмой или иным разрушительным началом, «разверзшейся землей, готовой поглотить все живое» (Neumann, 1970, p. 58).

Обратимся теперь к оранжевому цвету — одному из наиболее интересных, поскольку он является результатом смешивания красного и желтого цветов. Оранжевый указывает на сильную эмоциональную зависимость от мужчины, которая может проявляться и в чувстве любви, и в чувстве ненависти. И в том и в другом случае красный цвет либидо сочетается с золотым или желтым цветом — цветом отца. Оранжевый цвет также может указывать на высокие амбиции и противостояние авторитетам или отцу. Присутствие в мандале большого количества оранжевого цвета свидетельствует об амбивалентном отношении к мужским фигурам и потребность в самоутверждении. В мандалах женщин оранжевый цвет может указывать на проблемный характер отношений с мужчинами. В некоторых случаях он отражает эмоциональную зависимость от отца, а также завышенную самооценку и выраженную амбициозность.

Оранжевый цвет в сочетании с цветом индиго (темно-синим), особенно когда они присутствуют в мандале в виде изогнутых фигур и используются мужчинами, может быть проявлением Эдипова комплекса.

- 70 -

Когда в рисунке женщины оранжевый сочетается с темно-зеленым и черным цветами, это может быть свидетельством проблем сексуальной идентичности.

Желтый цвет — цвет солнца. Ярко-желтый цвет указывает на высокий интеллект и сильный характер. В отличие от оранжевого, желтый цвет ассоциируется со здоровым самоутверждением, свободным от дефензивности и противостояния авторитетам. Светло-желтый цвет в мандалах как мужчин, так и женщин в большинстве случаев отражает ясный ум и любознательность. Он нередко также свидетельствует о хороших, теплых отношениях с отцом. Во многих мифах яркое желтое солнце с его всепроникающими лучами ассоциируется с плодородием и золотой спермой бога. Солнце и вода являются важнейшими условиями развития растительной, органической жизни.

Зеленый цвет ассоциируется с критическим состоянием, поскольку его положительные и отрицательные значения крайне поляризованы. Этот цвет отражает растительную жизнь. С мифологической же точки зрения он может рассматриваться как единство матери (синий цвет) и отца (желтый цвет) и символизировать здоровый рост и развитие. Он также указывает на способность заботиться о других и о себе, свидетельствует о состоянии зрелости, когда субъект интроецирует материнские и отцовские качества и сам становится родителем.

Иной смысл присущ темно-зеленому цвету. Последний ассоциируется с лесом, в котором обитают ведьмы и другие злые существа. Бледно-зеленый цвет, например, цвет шартрез, нередко используется больными шизофренией. Этот цвет вызывает у меня мысль об испепеляющем солнце, обесцвечивающем воды жизни. Практика показывает, что его наличие в рисунке является индикатором прекращения роста и развития и утраты энергетического потенциала. Хотя в бледных оттенках зеленого присутствует отцовский желтый цвет, он не ассоциируется с

поддержкой. Грязно-зеленый цвет можно считать противоположностью розового и, следовательно, носителем противоположных характеристик.

На наличие в рисунке любых оттенков зеленого цвета нужно обращать особое внимание. Любопытно, что психотерапевты и медицинские сестры часто пользуются зеленым и желтым цветами при рисовании мандал. Я полагаю, что в данном сочетании желтый цвет выражает силу характера, проявляемую через заботу о других; зеленый же цвет в

- 71 -

этом случае отражает способность оказывать другим поддержку. Зеленый, таким образом, свидетельствует о поддержке других, хотя прежде всего он ассоциируется со способностью заботиться о себе самом. Если зеленый цвет присутствует в большом количестве, это может указывать на некоторую ригидность или тенденцию к гиперопеке. Избыточное количество зеленого цвета требует пристального внимания, в особенности, если это характерно для мандал представителей помогающих профессий.

Перейдем к светло-голубому (или небесному) цвету. Для многих людей он символизирует воду как источник жизни и бескорыстную любовь матери, возможно поэтому он на многих рисунках обозначает деву Марию. Этот цвет также часто ассоциируется с тем местом, где человек чувствует себя защищенным и лелеемым и свободным от каких-либо обязательств. В женских мандалах этот цвет указывает на положительное отношение к себе как к женщине и идентификацию с материнскими функциями. Если же этот цвет в большом количестве используется мужчиной, это может указывать на некоторую пассивность. Любопытно, что некоторые мужчины используют этот цвет в сочетании с оранжевым. Такая комбинация указывает на наличие конфликта, который, по всей видимости, относится еще к детству, когда мать (светло-голубой цвет) была поставлена на пьедестал, а отец (оранжевый цвет) рассматривался как ее противоположность. Данное сочетание цветов может поэтому свидетельствовать об актуализации эдипального конфликта.

Теперь обратимся к темно-синему цвету. Исторически он принадлежал богине Кали, архетипу Великой Матери в его разрушительных проявлениях, символизируя чрево-могилу, идею о том, что все появившееся на свет должно умереть. Этот цвет используется теми людьми, для которых характерен конфликт с матерью. Она воспринимается ими как угроза, как нечто пытающееся их поглотить.

Парадоксальным образом, однако, присутствие в мандале темно-синего цвета указывает на интуитивные способности. Этот цвет, таким образом, имеет и определенные положительные значения. Негативным же аспектом симбиоза с матерью являются паранойяльные тенденции или дефензивные проявления. Если в мандале присутствует темно-синий цвет, можно сказать ее автору, что у него имеются интуитивные способности, а также способность к эмпатии. Нелишне также спросить их о том, нет ли в их отношениях с матерью каких-либо проблем.

- 72 -

Многие алкоголики обладают заметной интуицией и повышенной чувствительностью, при этом они часто используют темно-синий цвет в рисунках мандалы. Я полагаю, что страдающие аддиктивными расстройствами лица нередко принимают алкоголь и наркотики, чтобы блокировать стимулы, которые являются для них невыносимыми. Они прибегают к алкоголю и наркотикам как к средству контроля над неприятными эмоциями.

Когда темно-синий цвет располагается рядом с красным, можно констатировать наличие конфликта, условно называемого «единоборство с драконом»: «Космический герой вступает в поединок с драконом, для того чтобы обрести независимость. Он побеждает дракона, воплощающего собой архетип Великой Матери, тем самым освобождая себя и свое сознание от ее доминирования» (Neumann, 1970, p. 315).

Данные два цвета — красный и синий, — указывающие на борьбу за независимость и преодоление симбиотической зависимости, являются в то же время составными частями темно-фиолетового цвета, символизирующего мать в образе царственной особы. Чтобы стать самим собой, человек должен отделиться от матери и ее темных аспектов (ассоциирующихся с драконом). Когда это отделение происходит, он начинает более активно использовать красный, голубой и желтый цвета. Время единоборства с драконом — это интервал от 16 до 25 лет. Если человек не победил в этом единоборстве, темно-фиолетовый цвет сохраняется в его рисунках даже в зрелом возрасте.

Наконец, коснемся сиреневого цвета или цвета лаванды. Этот цвет нередко используется при изображении таких форм, которые напоминают языки пламени и исходят от неких

мифологических существ. Данный цвет, как правило, символизирует единство с божественной матерью и мистические переживания. К положительным аспектам сиреневого цвета следует отнести его связь с ощущением единства с вселенской жизнью. Этот цвет может также передавать опыт нового рождения. Сиреневый, цвет является результатом соединения голубого цвета — цвета положительного материнства с розовым — цветом сублимированной сексуальности. Сливаясь, они производят сиреневый цвет.

Этот цвет имеет и негативное содержание, поскольку часто встречается в мандалах тех лиц, которые страдают бронхиальной астмой и другими респираторными заболеваниями. Кроме того, он может указывать на асфиксию, имевшую место при рождении. Похожего бледно-го

- 73 -

лубого цвета бывают младенцы, перенесшие асфиксию, и губы страдающих одышкой больных. Таким образом, сиреневый цвет определенным образом связан с дыханием. Когда он присутствует в мандале проходящих LSD-терапию пациентов, это может указывать на возникновение их проблем с дыханием в ходе сессий с использованием LSD.

Я бы также хотела обратить внимание на связь сиреневого цвета с религиозными и мистическими переживаниями. Когда он присутствует в мандале, высока вероятность того, что автор рисунка является, религиозным человеком, и тогда сиреневый цвет является знаком духовного опыта.

Особым смыслом в изображениях мандалы обладают радужные переливы или множество цветов, расположенных в определенной последовательности. Они могут иметь как положительное, так и отрицательное содержание. Так, например, мандалы, в которых все цвета изображены без какого-либо порядка, могут отражать выраженные негативные переживания, связанные с утратой привычного чувства «я». Однако те же изображения, в случае, если им на смену впоследствии приходит более упорядоченное расположение цветов, могут указывать на положительные переживания экстатического характера. Изображения радуги могут быть связаны с первой стадией того процесса, который, предполагая момент дезинтеграции, ведет затем к обретению новой целостности.

Больные шизофренией часто используют цвета таким образом, что их рисунки вызывают ощущение дезинтеграции. Изображения радуги в этом случае имеют негативное содержание, указывая на распад личности. Аналогичное значение могут иметь изображения радуги в рисунках пациентов с пограничными расстройствами.

Наличие у пациента конфликтных отношений с родителями психотерапевт может определить потому, какие цвета использует пациент при создании мандалы. Так, например, если у женщины имеются напряженные отношения с матерью, она может при создании своей мандалы вначале использовать темно-синий цвет. Когда же ей удастся установить хорошие отношения с женщиной-психотерапевтом, в ее мандалах может появиться небесно-голубой цвет, указывающий на положительный опыт общения со значимым для нее лицом женского пола. Аналогичный процесс будет характерен для мужчины, который при создании своей первой мандалы использовал грязно-желтый цвет, указывающий на неразрешенный конфликт в его отношениях с отцом.

- 74 -

В ходе психотерапии, проводимой мужчиной, выступающим для пациента в качестве примера хорошего отца, такой пациент постепенно начнет использовать ярко-желтый цвет, указывающий на установление новых, положительных отношений с родительской фигурой, каковой является психотерапевт.

### **Значение формы в мандалах**

Я кратко охарактеризую некоторые формы, присутствующие в мандалах. Центральная их часть, конечно же, является наиболее важной: ее цвет и форма могут очень многое сказать о человеке. Если, например, изображение в центре мандалы имеет вид эмбриона или чем-то его напоминает, это может указывать на неспособность человека справляться со стрессом. Напоминающую эмбрион форму часто можно увидеть в центре мандал, созданных алкоголиками, что отражает их повышенную ранимость и слабохарактерность.

Следует учесть, что изображения эмбриона в мандалах предполагают извилистые линии. Мандалы могут включать как извилистые, так и прямые линии. Первые обычно указывают на преобладание эмоций над разумом и тесно связаны с феминностью. В отличие от извилистых

линий, прямые указывают на преобладание рационального начала и более характерны для мужчин. Поэтому изображение звезды можно считать символом мужественности, а изображение цветка — женственности. Пятиконечная звезда в середине мандалы — признак уверенно стоящего на ногах человека. Так же как и эмбрион, звезда может указывать на связь с материальным миром, физическим телом, однако звезда говорит о силе, в то время как изображение эмбриона — об уязвимости и слабости.

Крест в центре мандалы можно трактовать как крест (христианскую символику) или перекресток. Можно предполагать, что автор рисунка пребывает в состоянии нерешительности либо чувствует себя распятым. Нередко крест также ассоциируется с жертвой, и если он находится в центре, то может отражать состояние дезинтеграции, за которым следует формирование нового центра «я».

Расположенный в середине мандалы квадрат может соответствовать в воображении пациента саду или двору. В этом случае следует спросить, является ли он открытым или закрытым. Если «вход» во

- 75 -

«двор» или «сад» закрыт, возможно, что автор рисунка переживает состояние стресса. В эзотерической традиции квадрат или куб являются обозначением земли и физического пространства. Если изображен оранжевый квадрат, автор рисунка, возможно, в жизни пытается сопротивляться давлению, которое оказывается на него извне, со стороны социальных авторитетов. Если же у квадрата есть «вход» или «выход», его можно расценивать как дверь или ворота, через которые проходит энергия.

Треугольник в центре мандалы указывает на движение. Если треугольник направлен вершиной вверх, это признак активности и стремления защитить свои интересы. Если же вершина треугольника направлена вниз, прогноз неблагоприятен: такой треугольник указывает на движение вниз, к земле, возможность смерти и разрушения. Сочетание треугольника, направленного вершиной вверх, с треугольником, направленным вершиной вниз, формирует звезду Давида, сочетающую в себе созидательное начало с разрушительным.

Когда внешняя граница мандалы представлена цветной линией, это является благоприятным признаком. В случае отсутствия такой границы можно предполагать утрату психической целостности, поскольку мандала характеризует «я» ее автора; при этом то, что находится вне круга, ассоциируется с внешней по отношению к личности средой. Если же внешняя граница мандалы очень плотная, можно предполагать наличие паранойяльной настроенности или стремление защитить хрупкое «я». В то же время это может являться признаком интроспективной ориентации.

Обширное незакрашенное пространство в мандале свидетельствует о желании автора рисунка скрыть или подавить свои чувства. В сочетании с едва заметной внешней границей круга это, однако, указывает на готовность к контактам.

Оценивая состояние автора мандалы, обратите внимание на размер ее центра. Если он невелик, у автора можно предположить сниженную самооценку. Если же центр вовсе отсутствует, тогда не исключено, что вся мандала характеризует Эго автора. Если вся мандала раскрашена ярко-оранжевым или желтым цветом, высока вероятность инфляции: это, в частности, характерно для маниакальной фазы маниакально-депрессивного психоза.

- 76 -

### **Общие рекомендации**

В мандалах здоровых индивидов, как правило, присутствуют все основные цвета. Рассматривая мандалу, следует обратить внимание на то, какой из основных цветов отсутствует. Если в женских мандалах неизменно присутствуют оранжевый, желтый и красный цвета, но отсутствуют синий и голубой, можно предполагать наличие очень сильного *animus*, препятствующего развитию фемининных качеств женщины. Если же мужчина при создании мандал не использует желтый цвет и пользуется в основном зеленым и синим цветами, можно предполагать, что его мужские качества недостаточно проявлены и что он слишком пассивен.

Состояние каждого из нас может меняться, поэтому, используя мандалу как средство оценки процесса психического развития, следует быть готовым к тому, что характер изображения будет со временем меняться. Задача первичной оценки, которая зачастую происходит на материале всего нескольких мандал, — определить, каково состояние человека в данный момент,

допуская при этом, что через некоторое время оно может стать другим. Было бы ошибочным на основе анализа мандал навешивать на людей ярлыки и рассматривать их рисунки как нечто неизменное. Мандала становится эффективным средством работы лишь в том случае, если мы рассматриваем ее как часть непрерывного процесса развития и изменений.

## **Мандала как индикатор изменений в ходе психотерапии**

### ***Использование мандал в сочетании с музыкальной терапией\****

Основой для написания данного раздела послужила совместная работа авторов на базе Мэрилендского центра психиатрических исследований в г. Катонсвилле, штат Мэриленд. Клиентка проходила краткосрочную интенсивную индивидуальную психотерапию у Хелен Бон-

---

\* Хелен Бонни и Джоанна Келлогг

- 77 -

ни — музыкального терапевта, — предлагавшей клиентке в конце почти всех сессий нарисовать мандалу. После этого, без какой-либо иной сопроводительной информации, за исключением даты исследования и пола клиентки, рисунки отсылались Джоанне Келлогг с целью их интерпретации. Джоанна Келлогг и Хелен Бонни в течение психотерапевтического процесса ни разу не обсуждали материал совместно.

25-летняя клиентка по имени Черил проходила психотерапию с использованием техники под названием «направленная визуализация и музыка» (НВМ). В ходе сессий, продолжавшихся от одного до двух часов, после периода релаксации клиентке предлагалась для прослушивания определенная музыка, эффективность которой в плане фасилитации тех или иных переживаний была определена на основе тестирования.

При прохождении НВМ-процедур у клиентки происходило формирование потока ярких, образных представлений, которая она затем описывала. Данные образные представления, в свою очередь, являются составной частью психотерапевтической интервенции. Было обнаружено, что рисование мандал в конце сессий является полезным по целому ряду причин. Так как мандалы для своего создания требовали значительной концентрации, они давали клиентке возможность успокоиться после периода, наполненного подчас очень сильными переживаниями. Кроме того, она могла передать связанные с музыкой переживания и образы на бумаге.

В данном описании мы постараемся показать, насколько богатую, глубокую и точную информацию может содержать мандала. Есть веские основания считать, что она является не только ценным диагностическим инструментом, но и средством проверки субъективных впечатлений психотерапевта. В некоторых случаях мандала даже может являться основой для прогнозирования дальнейших изменений в состоянии клиента и построения психотерапевтического процесса.

Клиентка — миловидная молодая женщина — обратилась за психотерапевтической помощью по настоянию своего мужа — безработного музыканта, посетившего несколько тренингов, проводимых Институтом сознания и музыки. Черил имела степень бакалавра и проходила последипломную подготовку в области сценического искусства. Однако в тот период, о котором идет речь, она работала совсем в другой сфере. Она жаловалась на сильную тревогу, чувство вины и различ-

- 78 -

ные социальные фобии. Она ощущала свою несостоятельность, затруднялась в принятии решений, испытывала резкие смены настроения и ночные страхи и считала себя фригидной.

В данном описании приводится четыре из 17 созданных Черил мандал. Выбор именно этих четырех мандал был в определенной степени продиктован ограничениями, которые свойственны черно-белым репродукциям. Нам пришлось отобрать рисунки, на которых основные элементы изображения «читались» лучше всего.

В ходе восьмой НВМ-сессии Черил не слушала музыку, а в течение двух часов рассказывала о своих переживаниях. Черил, в частности, много говорила о том, что ее больная мать ставит свою болезнь ей в вину и постоянно придирается к ней. Хотя Черил знала, что она не виновата в болезни матери, она все равно испытывала чувство вины. Более того, всякий раз, когда те, с кем она общается, не получали того, что они хотели, она винила в этом себя. В ходе большинства сессий она плакала, но когда психотерапевт пыталась проявить к ней искреннее



сочувствие, Черил замыкалась. Однажды она сказала, что не заслуживает сочувствия со стороны окружающих, хотя и нуждается в нем. В ходе этой сессий Черил впервые заговорила о своем детстве. На следующую сессию она принесла своего рода письменный отчет о своих мыслях и переживаниях: «Проявления сочувствия со стороны Хелен и мое отстранение спровоцировали оживление неприятных воспоминаний о детстве... Я разозлилась на Хелен, на свою мать, просто разозлилась... когда я села рисовать мандалу... мне показалось, что все цвета такие некрасивые, но мне было приятно рисовать ими... я хотела наказать Хелен, рисуя такую некрасивую мандалу... я словно пыталась неприятно удивить ее и саму себя... и от этого мне стало хорошо... Наиболее значимым результатом психотерапии явилось то, что я стала прислушиваться к себе... Чем больше я погружалась в свой внутренний мир, тем более уверенно я себя чувствовала... Мне было плохо... оттого что я не могла наказать Хелен, что я очень высоко ценю ее искреннее сочувствие ко мне... Отвергнув ее помощь, я почувствовала, что она тоже очень ранима... и я словно ее за это наказала».

Арт-терапевт представила следующий комментарий к выполненной Черил в тот момент мандале (рис. 15): «Данный рисунок хорошо отражает (благодаря использованию телесного цвета) озабоченность клиентки своим соматическим состоянием и (черный цвет) проблемой

- 79 -

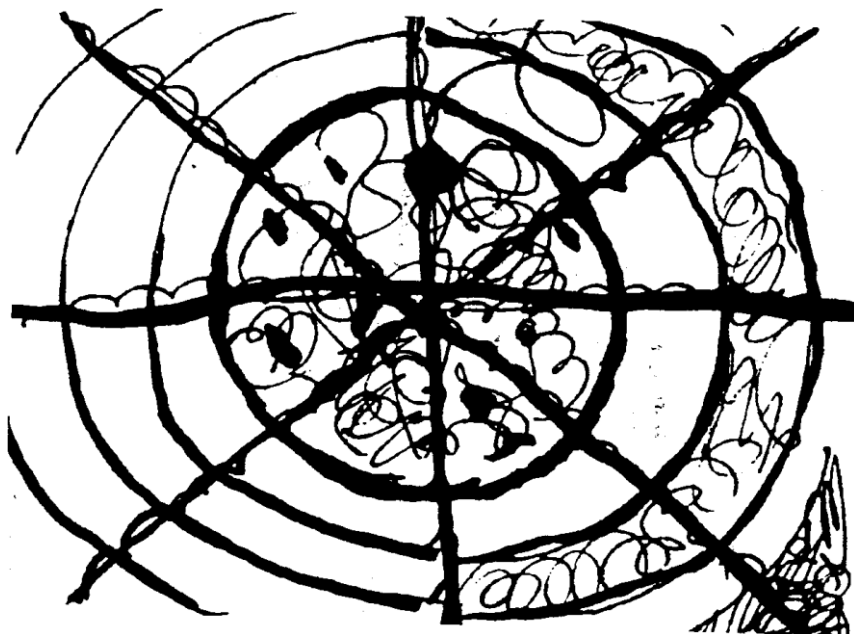


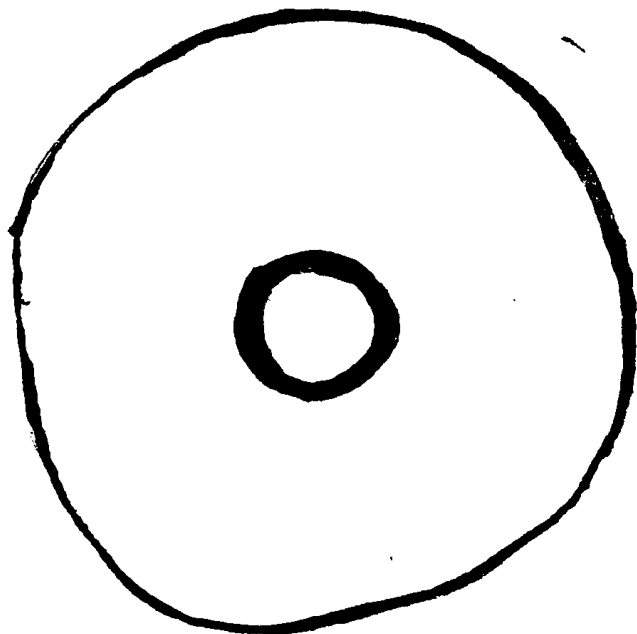
Рис. 15. Черил: рисунок № 1

смерти/ бессмертия и незащитности перед смертью. Общий характер изображения указывает на потребности в защите и склонность к эмоциональной зависимости (судя по тому, что черная паутина выходит за пределы круга). Синий цвет, в силу того что он занимает центр мандалы и присутствует в других ее частях, указывает на значимость материнской фигуры психотерапевта. Клиентка готова доверять психотерапевту. Клиентка словно говорит: «Я разрешаю тебе приблизиться ко мне; ты видишь, как я напугана. Выведи меня, пожалуйста, из этой западни». Клиентка также использует большое количество серого цвета, который часто является признаком чувства вины, ощущения собственной загрязненности и раскаяния».

В ходе десятой сессии Черил сообщила психотерапевту о том, что обнаружила в груди уплотнение и что смерть призывает ее к себе. Она также добавила, что ей нравится, что с ней происходит нечто очень важное. Слушая музыку Скрябина, Черил испытывала сильное чувство вины, связанное с воспоминаниями о тех моментах, когда она остро ощущала связь сексуальных переживаний с переживанием смерти. Она также ощущала боль в животе и тошноту, вспоминая о добрачной половой связи со

- 80 -

своим мужем. Она вспоминала про один фильм, в котором, утопая, пара занималась сексом; она сказала: «Я рыдала, когда смотрела эту сцену. Сцена жизни сменялась сценой смерти». Другой возникший у нее в процессе прослушивания музыки образ еще явственнее указывал на ее страх перед возможным раковым заболеванием и операцией. Однако прежде чем сессия закончилась, Черил позволила психотерапевту успокоить ее: психотерапевт накрыла Черил одеялом и включила кассету с записью медитативной музыки. Рассказывая о переживании физического и эмоционального тепла, Черил отметила, что раньше она «любила это, но не позволяла себе этим насладиться». Сейчас же она, наконец, позволила себе испытать чувство глубокой удовлетворенности от этого.



*Рис. 16. Черил: рисунок № 2*

Созданная в конце этой сессии мандала (рис. 16) получила следующую трактовку арт-терапевта: «Это очень интересное изображение; оно состоит лишь из белого круга, который окружен красным. Думаю, оно передает идею небытия — небытия, вызывающего ощущение комфорта в силу наличия этого красного, внешнего круга. Есть основания считать, что клиентка сильно озабочена состоянием своего здоровья. В настоя-

- 81 -

щее время, поскольку никакого серьезного заболевания у нее, по-видимому, нет, она, скорее всего, пытается справиться со страхом смерти, что означает формирование определенной философской позиции, позволяющей как-то объяснить физическую смерть. В то же время это тесно связано с философским объяснением жизни. Она так старалась уклониться от жизни, используя для этого свое тело! Она питалась сделать его источником физического неблагополучия, которое воспрепятствовало бы изменениям, ведущим к более полноценной и полноценной жизни — жизни, которая разительно отличается от ее жизни в настоящий момент».

Черил стоило больших усилий решить, стоит ли ей согласиться с предложением хирурга удалить образовавшуюся у нее кисту молочной железы как можно раньше. Она ждала, что скажет врач психиатрического центра. Поговорив с ним, она поняла, что восприняла кисту как наказание за успешную психотерапию и свое желание иметь ребенка. Эта мысль способствовала снятию психического напряжения и помогла ей, наконец, принять решение относительно операции. После того как она договорилась с хирургом об очередной встрече, киста стала быстро уменьшаться в размерах и необходимость в ее удалении отпала.

Тринадцатая НВМ-сессия завершила цепь вышеописанных событий и вызвала у Черил ряд образов, которые можно назвать образами субличностей (Assagioli, 1965). Говоря о них, Черил (являющаяся представительницей европеоидной расы) сказала, что она увидела свое «старое Я» в

черном цвете, а «новое Я» — в белом. Когда Черил оплакивала свое старое, умирающее «Я», психотерапевт ее обнимала. Черил при этом говорила, что это старое «Я» «более реально», чем «новая, белая женщина». Она высказывала сожаление по поводу того, что белая субличность должна занять господствующее положение. Она воспринимала эту новую субличность как всемогущую, мужественную и способную контролировать ситуацию. В ходе сессии она сказала, что ей, скорее всего, удастся установить равноправные отношения и с любимым черным ребенком внутри себя, и с белым родителем: «Никто из них не сможет мною управлять». Позже в ходе сессии она представила себе сад, земля в котором была черной, а затем увидела свою кисть белого цвета. Она приветствовала этот образ как свидетельство того, что кисть теперь стала частью ее тела. Затем она рассказала психотерапевту о том, что негативно относится к тем частям своего тела, которые связаны с проявлениями сексуальности.

- 82 -

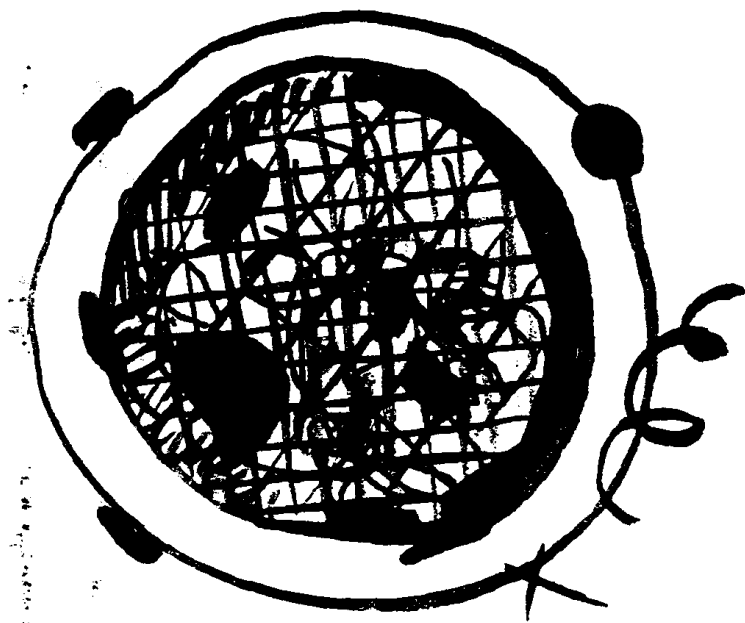


Рис. 17. Черил: рисунок № 3

Арт-терапевт следующим образом проинтерпретировала созданную в конце этой сессии мандалу (рис. 17): «Данная мандала отражает состояние напряжения и растерянности. Здесь проявляется негативное отношение клиентки к своей груди, которая у женщин часто становится объектом отреагирования отрицательных переживаний. В этой мандале грудь — это темно-зеленая фигура (темно-зеленый — цвет лесной ведьмы); возможно, она связана с отрицательными воспоминаниями клиентки о материнской груди. Верхний элемент — это другая грудь, нарисованная черным цветом. Она являет собой противоположность груди кормящей, что еще больше усиливает впечатление о негативном отношении клиентки к этой части своего тела. Это позволяет задуматься о том, что некоторые женщины испытывают потребность в том, чтобы пройти операцию на молочных железах. Возможно, клиентка интроецировала образ «плохой» груди, что заставляет ее ненавидеть свою собственную грудь и свою женственность. Двойственное отношение к мужчинам проявляется в черной раскраске правой части мандалы. Черный квадрат внизу ассоциируется с разрушением и указывает на нежелание клиентки принять женскую роль, которая воспринимается ею как ворота смерти. Ее мать, независимо от того, живая она или мертвая, до сих пор присутствует рядом с

- 83 -

ней в виде спутника, вращающегося вокруг мандалы. Она также присутствует внутри мандалы. Клиентка сдерживает сильные чувства. Положительным признаком являются красные линии в центре мандалы; это указывает на то, что она активно пытается преодолеть препятствия на пути проявления этих чувств. Ей действительно необходимо занять более активную позицию. Ее жизнь всецело находится в ее собственных руках, и она имеет достаточно сил, чтобы решить свои

проблемы. Однако она должна сама начать процесс изменений и не пытаться вернуться в прежнее состояние. Хуже всего, если она попытается адаптироваться к внешним обстоятельствам. Все, кто ее окружает, хотят, чтобы она к ним адаптировалась, однако клиентка чувствует, что исцеление возможно лишь если она будет опираться на активную, мужскую часть своей личности».

В ходе 18-й НВМ-сессии — одной из завершающих — Черил находилась в радостном настроении. Эта сессия была посвящена подведению итогов предыдущих сессий. В частности, мы говорили о том, что ей следует быть верной самой себе, открыто выражать свои чувства, а не пытаться удовлетворить потребности и ожидания других. Она неохотно говорила о скором завершении психотерапии, очевидно не желая обращаться к решению наиболее острых для себя проблем. Она говорила о том, что в ней до сих пор имеется много «темных пятен», однако, по ее словам, они стали доступнее для осознания.

Арт-терапевт дала следующую интерпретацию созданной в конце этой сессии мандалы (рис. 18): «Эта мандала является примером «оквадрачивания круга» и указывает на то, что изменения осуществимы (квадрат) и связаны с выбором из огромного количества различных возможностей (круг). Они требуют от клиентки большой смелости; альтернативой являлись бы мечты об изменениях и жизнь в мире фантазий. Я полагаю, что черные змеи сомнений были добавлены в последний момент. Когда клиентка пытается предпринять активные действия во имя изменений, эти змеи пытаются ее ужалить. Обращает на себя внимание параноидный глаз одной из таких змей слева — это не что иное, как отголосок опасений, которые были внедрены в бессознательное клиентки ее матерью и теперь заставляют ее испытывать чувство вины всякий раз, когда она пытается что-либо предпринять. Клиентка, наконец, пришла к новому пониманию себя и своей роли, и восклицание «Ой!» является ее реакцией на неожиданное появление змей. Я бы также обратила внимание на изображение вод жизни, которое отражает ее новое понимание реальности».

- 84 -

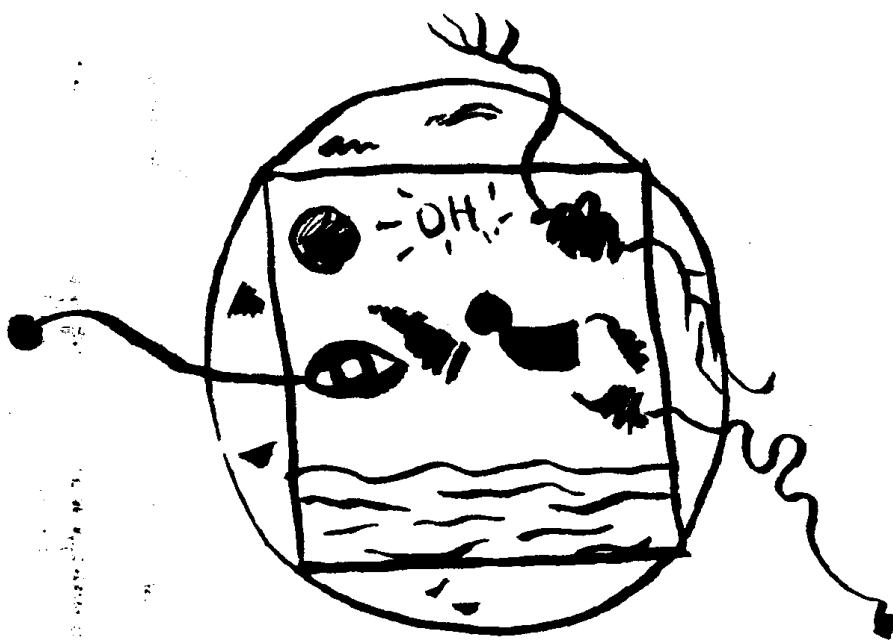


Рис. 18. Черил: рисунок № 4

Результаты психотерапии были впечатляющими, и на момент написания данной статьи стабильное состояние клиентки сохранялось уже более двух лет. Есть основания считать, что рисование мандал напрямую и опосредованно влияло на достижение этих результатов. По мере совершенствования техники интерпретации мандал этот метод, скорее всего, будет использоваться все чаще, в качестве составной части различных моделей психотерапии.

**Использование мандал в терапии в сочетании с психоделическими препаратами\***

В Мэрилендском психиатрическом центре мандалы также использовались в ходе лечения пациента, страдающего алкоголизмом. В терапии были применены психоделические препараты в сочетании с конвенциональной психотерапией. Лечение проводилось врачом Франческо Ди Лео, а Джоанна Келлогг, так же как и в предыдущем примере, интерпретировала мандалы, получая минимальную информацию о клиенте.

\* Франческо Ди Лео и Джоанна Келлогг.

- 85 -

Клиентом был 36-летний рабочий по имени Джон, создавший за период лечения семь мандал. Они имели более схематичный характер, чем рисунки Черил. Три мандалы приводятся и обсуждаются в этой статье с тем, чтобы показать, что даже на основе столь скудной графической продукции арт-терапевт может сделать весьма точные психологические заключения.

В период, о котором идет речь, Джон был повторно госпитализирован и проходил лечение в отделении, специализирующемся на аддитивных расстройствах. В прошлом он многие годы злоупотреблял алкоголем. Незадолго до помещения в это отделение он развелся с женой после 15 лет семейной жизни. Он винил себя и свое пристрастие к алкоголю в том, что потерял все, что обрел за свою жизнь: жену, детей, дом и работу. В течение длительного времени он не считал пьянство своей проблемой, однако признавал, что всю свою жизнь он считал себя хуже других, а потому, будучи трезвым, отличался пассивностью и слабохарактерностью. Лишь в состоянии опьянения он мог выражать свой гнев, проявляя насилие в отношении жены и испытывая затем чувство вины и раскаяния. Он вспоминал, что повторное замужество его матери, когда ему было 11 лет, вызвало в нем чувства отверженности и предательства, очень напоминавшие те чувства, которые он переживал в настоящий момент в связи с разрывом отношений с женой.

Для того чтобы сравнить мнение арт-терапевта со своим мнением и заключениями других специалистов, еще до начала лечения врач попросил Джона нарисовать мандалу (рис. 19). Этот рисунок был проинтерпретирован следующим образом: «Данный рисунок является классическим примером эмбриональной регрессии, характерной для алкоголизма. Ее центром является лабиринт, изогнутый влево (в сторону бессознательного), что подтверждает феномен регрессии. При этом используется темно-синий цвет, указывающий на негативный опыт общения с матерью и в то же время наличие симбиотической зависимости от нее, несмотря на исходящую от нее угрозу. Композиция в целом характеризуется бесформенностью, что говорит о беспомощности и незащищенности автора рисунка. Синие линии окружены розовыми, что указывает на трудности в выражении гнева. Все линии извилистые, что характерно для пассивно-агрессивного стиля реагирования».

- 86 -

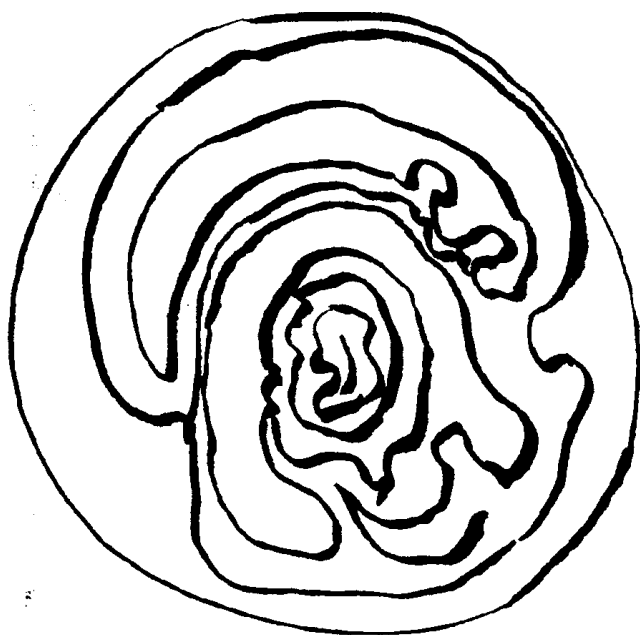


Рис. 19. Джон: рисунок № 1

Данная интерпретация практически полностью повторяла заключение, сделанное на основе психологического обследования клиента с применением диагностических интервью и батареи тестов.

После трех недель подготовки Джон получил первую высокую дозу психоделического препарата, в результате чего он пережил опыт рождения, которое протекало с большим трудом. Он отметил большое сходство между тем, насколько трудно это происходило, и тем, как он ощущает себя в реальной жизни: он всю жизнь напряженно работал, стараясь чего-то достичь и, в конце концов, так ничего и не достигая.

После нескольких сессий конвенциональной психотерапии, в ходе которых основной акцент делался на достижении инсайта и уяснении связи сделанных ранее Джоном наблюдений с его текущей жизненной ситуацией, он нарисовал свою третью мандалу (рис. 20). Интерпретация этого рисунка арт-терапевтом была следующей: «Знак вопроса в центре мандалы словно связан с попыткой автора рисунка понять, кем же он является на самом деле. Мандала чем-то напоминает матку. По сравнению с первым рисунком, расположение цветов на этой мандале совершенно иное: теперь красный цвет расположен внутри, а синий — снару-

- 87 -

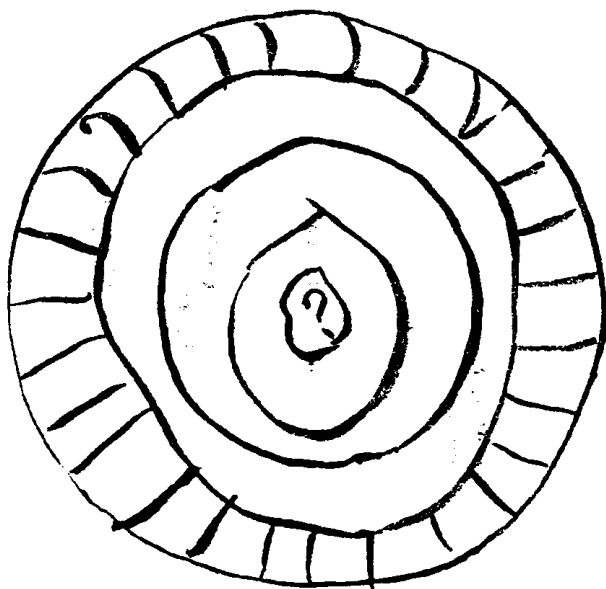


Рис. 20. Джон: рисунок № 2

жи, что указывает на связь чувства гнева с начальной стадией развития. Слегка изогнутые линии розового цвета, направленные вовне, указывают на потребность в эмоциональной зависимости. Они изогнуты влево, что свидетельствует о регрессивном характере этой потребности».

Данная интерпретация мандалы, будучи весьма краткой, удивительно точно отражает наиболее значимые аспекты психоделического опыта и те результаты, которые за ним последовали.

После следующей сессии психоделической терапии, когда пережитый Джоном новый опыт рождения был еще более мучительным, состоялись пять сессий конвенциональной психотерапии. Теперь Джон пребывал в состоянии крайней нерешительности — как в отношении дальнейшего лечения, так и в плане воссоединения со своей семьей. Психоделический препарат был при этом использован в последний раз, что привело к улучшению настроения Джона и помогло ему более ясно осознать свое положение. В конце сессии он признался, что всегда воспринимал свою жену, словно она была его матерью.

План лечения, с учетом того, что нами исследовалась эффективность психоделической терапии в качестве варианта краткосрочного, интенсивного лечения, предполагал ограниченное число сессий; поэто-

- 88 -

му мы должны были завершить свою работу с Джоном. Он смог достичь определенного улучшения в состоянии, однако его проблемы требовали дальнейшего воздействия.

Интерпретация седьмой мандалы (рис. 21), созданной незадолго до выписки Джона из больницы, отражает результаты психотерапии: «Мы видим здесь прямые линии в виде стрел, направленные вовне, что указывает на существенный прогресс. Можно констатировать ослабление страхов, в особенности страха внешнего осуждения. Налицо более экстравертированная ориентация. Автор рисунка движется во всех направлениях сразу и в то же время хорошо защищен внешними границами круга. Мне бы, однако, хотелось видеть больше желтого цвета. Здесь мы уже видим мужчину, но мужчину без достаточного чувства собственного достоинства. Красные направленные вовне стрелки приближаются к зеленому кругу. Темно-синий цвет, указывающий на негативные переживания, связанные с матерью, уже не присутствует в таком количестве, как прежде; он включен в зеленый цвет, который ассоциируется с людьми в целом, но не с матерью. Теперь перед автором рисунка стоят совершенно новые задачи».

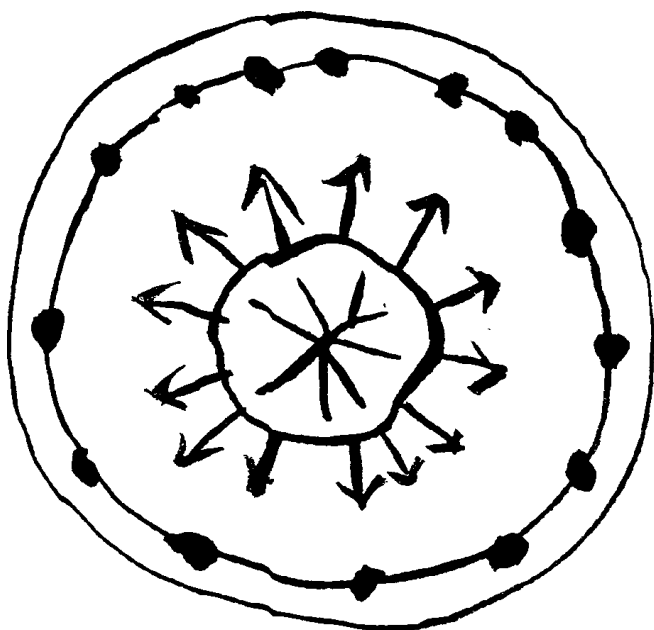


Рис. 21. Джон: рисунок № 3

- 89 -

Данный случай также подтверждает ценность мандалы в качестве средства первичной диагностики и оценки изменений в ходе психотерапии. Вполне вероятно, что мандала сможет дать еще больше ценной информации, если арт-терапевт будет присутствовать рядом с клиентом в процессе рисования и пользоваться иными материалами психотерапевтической работы. Однако метод интерпретации мандал необходимо систематизировать, чтобы диагностика и оценка стали доступны не только специалистам с особыми интуитивными способностями.

### **Мандала в качестве инструмента психотерапии: клинический пример\***

С юнгианской точки зрения символы отражают отношения между сознанием и бессознательным, а потому доступны для восприятия любого человека. Они включают как положительные, так и отрицательные значения и сами по себе не могут являться однозначными признаками патологии.

Идея о том, что символы включают универсальные и личные содержания, основана на сравнительных исследованиях символических образов, характерных для доисторических, примитивных и зрелых культур. В истории мандала всегда выступала в качестве символа психической интеграции; она отражает не только актуальное состояние личности, но и потенци ее развития. Поэтому посредством интерпретации архетипического содержания мандал можно оценить сильные и слабые стороны «я». Как и при интерпретации сновидений, объяснение пациентом содержания символов позволяет прояснить личное содержание универсальных образов.

Личность проявляет себя в мандалах таким образом, что арт-терапевту надо приложить определенные усилия, чтобы понять их смысл. Причины психологических проблем клиента могут быть обнаружены в мандалах еще до того, как пациент их осознает, и часто до того, как психотерапевт или иной специалист, занятые лечением клиента, смогут разобраться в его состоянии. Использование арт-терапевтом манда-

---

\* Маргарет Мак Рэ.

- 90 -

лы налагает на него высокую ответственность и в то же время наделяет его большими возможностями — все это, как правило, характерно для юнгианского аналитика.

Условия, в которых я работаю, и контингент моих пациентов налагают на меня определенные ограничения. Я использую арт-терапию в основном с острыми и хроническими психиатрическими пациентами, лечение которых сводится, главным образом, к приему лекарств и терапии занятостью или терапии средой. Я предлагаю этим пациентам рисовать мандалы в качестве формы самоисцеляющей практики. Часто создание первой мандалы знаменует собой начало арт-терапевтической работы. Я объясняю пациенту, что это не требует от них предшествующего опыта изобразительной деятельности или способностей к рисованию.

В зависимости от моих первых впечатлений от пациента, я в одних случаях даю им краткую инструкцию следующего содержания: «Начните рисовать в центре круга и затем создайте в нем определенное изображение». В других случаях я могу дать пациенту более подробные разъяснения относительно того, что ему следует делать, как например: «Мы используем в психотерапии круг, называя его мандалой, потому что круг — это символ космического порядка и того порядка, который присутствует в самом человеке. Я предлагаю вам найти в круге центральную точку, которая вызывала бы у вас ощущение равновесия. Это поможет вам достичь устойчивого состояния. Вспомните про те природные формы, которые растут и развиваются из центра, например про цветы, снежинки или морские раковины. Вы являетесь частью природы, и поэтому у вас тоже есть некий центр, из которого вы можете расти и развиваться. Начните рисовать с этого центра — вашего центра, — изображая определенную фигуру того или иного цвета, и пусть композиция вашего рисунка выстраивается сама собой. С помощью этого рисунка вы сможете узнать о себе нечто новое, поэтому, когда вы закончите рисовать, мы вместе обсудим вашу мандалу».

Когда имеется достаточно времени и у меня создается впечатление, что пациент обладает достаточно сильным Эго, я инициирую периодически возобновляющийся диалог, используя при этом ту или иную доступную для понимания пациента лексику. При этом я пытаюсь донести до него представления о возможности психологических измене-

- 91 -

ний и роста и достижения психической целостности. Я пытаюсь использовать такой язык, который способен помочь пациенту лучше понять самого себя благодаря анализу созданных им мандал.

Те вопросы, которые я при этом задаю, и мои комментарии основаны на идеях и принципах юнгианского анализа и исследованиях содержания символических образов, а также на результатах предпринятого Джоанной Келлогг изучения диагностических возможностей личных\* мандал и теории цвета Макса Люшера.

### **Роджер**

Следующий клинический пример, по моему мнению, достаточно необычен, поскольку он охватывает психотерапевтический процесс продолжительностью в 18 месяцев и в силу того, что пациент оказался готовым к весьма глубокой работе. Когда я начала с ним работать, он уже проходил гештальт-терапию и продолжал ее в течение всего времени, пока рисовал мандалы.

Пациент — 20-летний молодой человек по имени Роджер. Его направил для прохождения открытых арт-терапевтических сессий, проводимых мной на базе больницы Св. Иосифа (г. Патерсон, штат Нью-Джерси), гештальт-терапевт, включивший Роджера в психотерапевтическую группу, работающую в рамках программы дневной поддержки. Прежде чем гештальт-терапевт привел Роджера ко мне, он рассказал мне об истории жизни Роджера и симптомах его заболевания.

Роджер был вторым ребенком в семье из трех детей, воспитываемых матерью. Его отношение к ней было противоречивым, хотя он был к ней очень привязан. Он тяготился



высокими требованиями, которые она к нему предъявляла. В школе у него появились приступы сильной тревоги, которые еще более усилились в период обучения в колледже, из-за чего он вынужден был даже оставить учебу. Он начал посещать психотерапевта в возрасте 18 лет. Он жаловался, главным образом, на повышенную тревожность и, в частности, на страх того, что окружающие заметят, как он навязчиво смотрит на женщин.

\* Личные мандалы, в отличие от ритуальных, создаются не спонтанно, а на основе определенной инструкции. Ритуальные же мандалы включают трансперсональный смысл и являются средством развития сознания. Если использовать юнгианские понятия, то можно сказать, что личная мандала связана с фокусировкой на Эго, в то время как ритуальная — на Самости.

- 92 -

В арт-терапевтическом кабинете в течение многих сессий Роджер одиноко сидел с опущенной головой, избегая встречаться со мной взглядом. Он также избегал общения с другими пациентами, принимавшими участие в занятиях. В конце концов он поддался моим уговорам и начал рисовать, испытывая чувство гордости за созданные им рисунки и установив при этом со мной доверительные отношения.

В этой части статьи я приведу комментарии Роджера к его рисункам и свои собственные интерпретации его мандал. И сами мандалы, и комментарии Роджера в значительной степени помогли мне определить степень интенсивности психотерапии и то, в каком направлении она должна идти.

Первая созданная Роджером мандала (рис. 22) отражает опыт гештальт-терапии с характерной для нее сознательной фокусировкой на чувствах и их трансформации в образы. Роджер пояснил, что его рисунок передает чувство одиночества: на нем изображен окруженный водой остров. Не видно ни моста, ни корабля, которые помогли бы Роджеру выбраться с этого острова. Я указала ему на зеленые и коричневые оттенки, которыми раскрашен остров, заявив, что они могут указывать на потенциал развития. Затем мы обсудили жизненные цели и интересы Роджера и то, что ему следует предпринять, чтобы построить мост или корабль, с помощью которых он смог бы достичь того, что ему нужно.



Рис. 22. Роджер: рисунок № 1

- 93 -

Интерпретация архетипического содержания мандалы, представленной на рисунке 8, позволила мне понять то, что в психическом развитии Роджера имелась остановка, в связи с чем его проблемы вряд ли могли быть в настоящее время решены в психотерапии напрямую.

Изображенный на мандале Роджера остров напоминает дракона. И дракон, и вода связаны с архетипом Великой Матери и отражают основной комплекс Роджера. Он остановился на матриархальной стадии развития и продолжает пребывать во внутриутробном состоянии, что следует, конечно же, понимать в переносном смысле, хотя его мать по-прежнему о нем заботится. Роджер опасается регресса — как в смысле усиления зависимости от матери, так и в смысле усиления влияния на его психическую жизнь со стороны бессознательного. Учитывая то, что в этом состоянии его сексуальная идентичность дифференцирована явно недостаточно, его мандала свидетельствует о его психосексуальной незрелости.

Мандала обычно характеризует не только различные аспекты сознания, но и бессознательного. Представленная на рисунке 8 мандала позволяет понять следствия чрезмерной зависимости Роджера от матери. Присутствие в рисунке второго значимого элемента, расположенного в стороне от центра, можно связать с тенью. Этот элемент раскрашен коричневыми и рыжими оттенками и, по всей видимости, отражает подавляемое пациентом чувство собственной неполноценности. Это, однако, отчасти компенсируется гордостью Роджера, которая сама по себе играет положительную роль, но в то же время мешает ему предпринимать активные действия, чреватые возможным провалом. В мандале отсутствует активный, связанный с самоутверждением красный цвет; вместо него имеется розовый цвет, указывающий на пассивность. Отсутствует и желтый цвет надежды (ассоциирующийся с отцом и сознанием — *logos*). Отец Роджера умер, когда Роджеру было 15 лет. Он характеризовал отца как строгого человека. Композиция в целом достаточно четко организована и характеризуется относительно высокими эстетическими качествами, а ее границы ясно очерчены.

Представленная на рисунке 23 мандала была создана спустя неделю и свидетельствует о состоянии тревоги или даже паники. Наполняющие ее воды пребывают в активном движении, напоминают змей и выглядят довольно угрожающе. То, что на предыдущем рисунке выглядело как остров, расположенный в центре, на этой мандале смещено в

- 94 -



Рис. 23. Роджер: рисунок № 2

сторону и защищено оградой из колючей проволоки. Он оттесняет к краю мандалы напоминающую фонтан или гейзер фигуру, которая может ассоциироваться с исцеляющими силами. Тень же смещена влево.

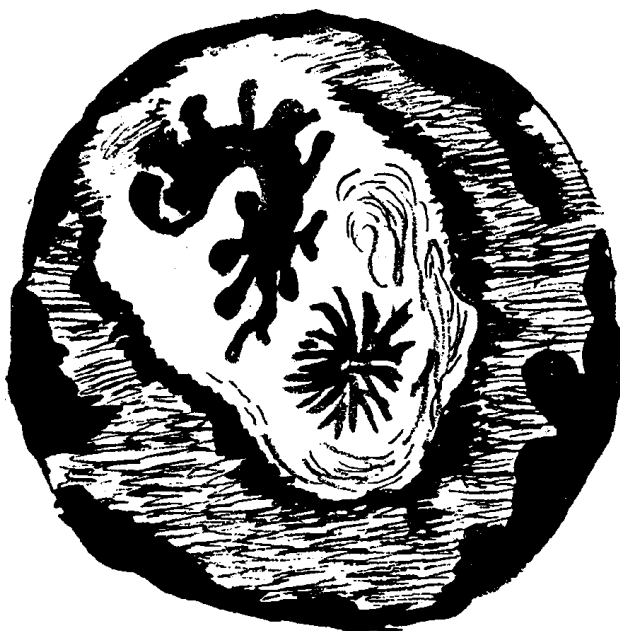
Создавая этот рисунок, Роджер выглядел подавленным и мало говорил. Он лишь заявил, что нуждается в прочном заборе, которым бы мог себя окружить, добавив, что мог бы поместить за этот забор и меня, за что я выразила ему свою благодарность.

Представленная на рисунке 24 мандала была создана несколько недель спустя. В это время Роджер был представлен гештальт-терапевтом новому специалисту-женщине. Как сообщил

Роджер, основной задачей психотерапии, согласованной вместе с новым специалистом, стало отреагирование длительно подавляемого гнева.

Эта мандала очень интересна. Впервые появляется красный цвет, располагаясь на периферии, возле границ мандалы. Тень, также раскрашенная оттенками красного цвета, стала больше и теперь угрожает центру, который представлен в форме цветка с радужными лепестками, тянущимися к воде, которая значительно уменьшилась в размере. Мы говорили с Роджером о гнев и силе характера и их взаимосвязи. Я по-

- 95 -



*Рис. 24. Роджер: рисунок № 3*

советовала ему продолжать развивать в себе те качества его интровертированной личности, которые символизирует расположенный в центре мандалы цветок. Эти качества проявились и в его тщательно выполненных рисунках, и в любви к истории и литературному творчеству.

Представленное на рисунке 25 изображение было создано по моей рекомендации: я попросила Роджера отреагировать свой гнев на бумаге. Круглая форма появилась спонтанно, в результате попыток Роджера как-то ограничить энергичные линии красного и оранжевого цветов, которые были готовы выйти из-под его контроля. В конце концов он сознательно нарушил границы круга, резко прочертив диагональ. Прошло еще несколько месяцев, прежде чем Роджер оказался готов в ходе работы со своим основным психотерапевтом выразить свой гнев на физическом уровне путем битья подушки.

Представленная на рисунке 26 мандала, созданная несколько недель спустя, по-видимому, отражает реакцию Роджера на пугающую его встречу со своей тенью. Роджер вновь пытается вернуться во внутриутробное состояние и защитить себя от того, что прорывается и снаружи, и изнутри.

- 96 -

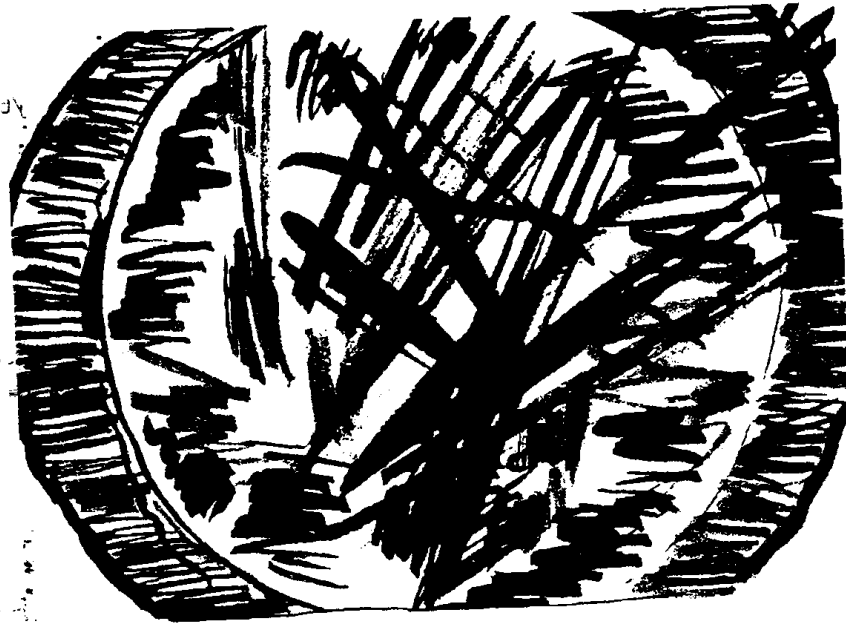


Рис. 25. Роджер: рисунок № 4



Рис. 26. Роджер: рисунок № 5

- 97 -

Следующие рисунки отражают борьбу Роджера за самоопределение. На них уже не видно того элемента, который символизирует тень. Одним из них является мандала, представленная на рисунке 27. Ее композиция сложна и динамична. Многие элементы изображения словно борются друг с другом, пытаясь захватить центр. Видна лента, проходящая через все пространство мандалы и придающая ей объемный характер, из-за чего мандала чем-то напоминает земной шар, что указывает на то, что она отражает подлинное «я» автора рисунка. Это свидетельство развития самосознания Роджера побудило меня обсудить с ним то, как мы воспринимаем глубину пространства в рисунке. Это также побудило меня порекомендовать Роджеру более активно устанавливать отношения с другими людьми, хотя это предполагало определенный риск,

аналогичный тому, который возникал в процессе экспериментов Роджера с рисунком, когда, пытаясь передать объем, он должен был доверять своей руке и зрению.



*Рис. 27. Роджер: рисунок № 6*

- 98 -

Намного позже, в соответствии с моей особой инструкцией, Роджер нарисовал мандалу, представленную на рисунке 28. Я объяснила ему, что в мандале, так же как в природе и в нас самих, красота связана с равновесием и что круг может быть очень красив, когда он заполнен симметричными формами. Я предложила Роджеру создать в круге симметричную композицию и при этом уравновесить прямые и извилистые линии.

Созданная Роджером композиция открыта и пластична; ее центр напоминает драгоценный камень как по форме, так и по цвету. В ней отсутствует красный цвет, однако больше желтого и фиолетового цветов, чем раньше, свидетельствуя о том, что проявления творчества могут, по-видимому, компенсировать все еще неразрешенные комплексы. Прямые линии слегка изогнуты, что указывает на влияние Эроса — фемининного принципа психической деятельности. Мы поговорили с Роджером о важности проявления творческого начала, независимо от того, в какой форме оно реализуется.



Рис. 28. Роджер: рисунок № 7

- 99 -

Изображенная на рисунке 29 мандала была создана незадолго до того, как Роджер завершил программу лечения. В рисунке полностью отсутствует синий цвет. Центр мандалы представлен крупным желтым крестом, на фоне которого виден более мелкий крест красного цвета. Центральная фигура имеет нечто, напоминающее лучи, которые раскрашены весьма гармонично и словно ее поддерживают. Композиция состоит из прямых линий, и это свидетельствует о том, что в рисунке впервые преобладает мужской принцип — принцип Логоса.

Роджер действительно в этот период стал более рационален и озабочен практическими вопросами. Он искал работу и собирался продолжить свое образование. Мандала свидетельствует о том, что он находится на перепутье. Отсутствие извилистых линий и синего цвета в рисунке свидетельствует о том, что он действительно изменился, однако теперь имеется опасность фиксации на противоположных качествах, что предполагало бы односторонность. Роджер не может отменить принцип Эроса, хотя и может временно подавить его в своем рисунке. В то же время он может добиваться большей интеграции своей личности, что всегда очень значимо в случае высокодифференцированного сознания.

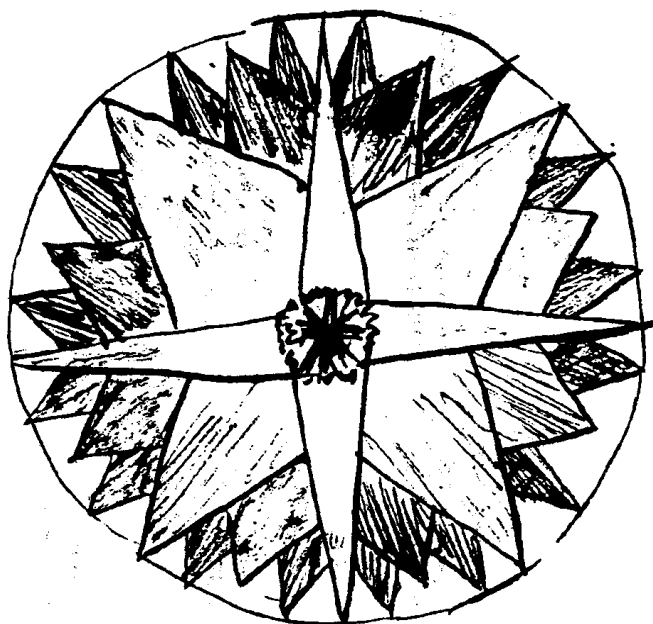


Рис. 29. Роджер: рисунок № 8

Роджер пояснил, что эта мандала отражает его надежды на будущее. В настоящее время он имеет работу, учится в колледже и посещает психотерапевтическую группу.

### **Заключение**

Во время работы с Роджером, так же как и с большинством моих пациентов, я мало контактировала с основным психотерапевтом. Лишь начав писать эту статью, я обратилась к гештальт-терапевту, начавшему работать с Роджером и продолжавшему следить за процессом его лечения, с целью обмена мнениями. Его диагностическое заключение, хотя и изложенное в общих понятиях, подтвердило мои наблюдения относительно тех проблем Роджера, которые проявились в ходе арт-терапии с использованием мандал в качестве основной техники. Психотерапевт заключил, что Роджер является «пассивно-сопротивляющейся личностью без каких-либо нарушений мышления», перечислив все те основные конфликты, над которыми мы работали вместе с Роджером.

Мое понимание мандалы благодаря работе с Роджером углубилось. Лишь по прошествии определенного времени я начала осознавать богатство скрытого в символических образах содержания. Однако даже если бы я вполне его понимала еще в период работы с Роджером, я бы вряд ли проводила обсуждение рисунков иначе. Я все равно стремилась бы сконцентрироваться на перспективе роста и развития, а не на проявлениях патологии. Я убеждена в том, что арт-терапевт способен поддержать и усилить положительные качества личности пациента, которые помогут ему преодолеть препятствия для своего психического роста. Являясь отражением личности пациента, мандала все время порождает свои причудливые формы.

## **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СНОВИДЕНИЙ, МАНДАЛ И МУЗЫКАЛЬНЫХ ОБРАЗОВ: КЛИНИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ**

### ***Кэрл Буш (Carol Bush)***

В данной статье описывается использование анализа сновидений, направленной визуализации и музыки и карточного теста мандалы в качестве трех основных психотерапевтических модальностей в лечении 35-летней пациентки. Сочетание этих методов помогало психотерапевту оценить динамику изменений состояния пациентки на разных уровнях психической деятельности.

Направленная визуализация и музыка (НВМ) является новой психотерапевтической модальностью, разработанной Хелен Бонни (Bonny, 1980, р. 39-58) и предполагающей использование музыки с тем, чтобы вызвать появление у пациента образных представлений, отражающих его переживания, и способствовать их последующему осознанию. При проведении НВМ-сессий используются специально подобранные сочетания музыкальных произведений, способствующие интеграции сознания и бессознательного. Психотерапевт подбирает такие сочетания музыкальных произведений, которые соответствуют характеру потребностей пациента (так, например, успокаивающе-анаклитическая музыка включает классические произведения, стимулирующие воспоминания о детстве и/или проявление проблем, связанных с мужской/женской идентичностью).

Музыка вызывает такие переживания, которые напоминают опыт спонтанных визуализаций. Пациент достигает состояния релаксации, и затем в процессе прослушивания музыки у него спонтанно проявляются образные представления. Являясь проективной техникой, НВМ стимулирует такие переживания, которые часто отражают скрытый психический материал. В процессе работы со своим бессознательным Юнгу удалось в свое время «трансформировать эмоции в образы, или, точ-

нее, найти те образы, которые были скрыты в эмоциях». Он был убежден в том, что чем больше образов он сможет вызвать и осмыслить, тем более «внутренне спокойным и уверенным» он станет. Он добавляет: «...если бы я оставил эти скрытые в эмоциях образы непроявленными, они бы, наверное, меня разорвали на части» (Jung, 1963, р. 177).

Мандала — это циркулярное изображение, являющееся архетипическим символом психической целостности. Создаваемые в ходе психотерапевтических сессий мандалы могут затем интерпретироваться с учетом особенностей их цвета, движения и формы. Джоанна Келлогг (Kellogg, 1978) предположила, что все создаваемые людьми мандалы соответствуют 13 базовым типам, называемым «архетипические стадии большого круга мандалы». Келлогг разработала карточный тест мандалы, включающий данные 13 базовых типов мандалы. Каждая стадия представлена двумя вариантами изображений. Их общее количество составляет 26; пациенту предлагается выбрать несколько карт с черно-белым изображением всех базовых типов мандал, нанесенным на прозрачные пластиковые пластины, после чего он должен подложить цветные карточки под черно-белые. При проведении тестирования пациент выбирает пять черно-белых карт и пять цветных карт.

Анализ сновидений, являющийся хорошо известной психотерапевтической техникой, использовался нами также в процессе работы с данной пациенткой и существенно помогал нам в понимании проблем пациентки и происходящих с ней изменений. Сновидения как отражение глубоко бессознательных процессов, НВМ, интерпретации мандал и карточный тест мандалы использовались нами в тесной связи друг с другом, что способствовало повышению эффективности психотерапии и всесторонней оценке состояния пациентки.

## **Клинический пример**

### **Сведения о пациентке**

Мэгги — крупная миловидная брюнетка, вышедшая замуж незадолго до начала психотерапии, — жаловалась на сниженное настроение, сонливость и неспособность принять какое-либо решение. Работая в медицинском учреждении, она тяготилась царившей в нем бю-

- 103 -

рократической атмосферой. Она также высказывала опасения, что ее отношения с мужем из-за ее плохого эмоционального состояния пострадают. Ее половая жизнь уже вскоре после замужества превратилась для нее в рутину.

Сессии продолжались от полутора до двух часов и проводились один раз в неделю в течение 18 месяцев. Пациентке было предложено в ходе каждой сессии обсуждать с психотерапевтом какой-либо из ее снов. Раз в две недели также проводились НВМ-сессии, предполагавшие обсуждение визуализаций после прослушивания музыки. Кроме того, пациентка иногда рисовала мандалы в конце НВМ-сессий. Чаще всего, однако, она рисовала мандалы дома после сессий. Карточный тест мандалы применялся по прошествии очередных 4-5 сессий с целью оценки изменений в состоянии пациентки.

Детские годы Мэгги прошли в традиционной деревенской семье. Она родилась от пожилых родителей и выросла в старом фермерском доме, построенном в XVIII веке, принадлежавшем ее предкам. Семья жила очень обособленно и общалась лишь с пожилыми друзьями родителей. Дом не был благоустроен, что создавало значительные неудобства. Родители Мэгги много работали и вместе с дочерью регулярно посещали церковь.

Мать Мэгги была строгой, критически настроенной женщиной, старавшейся воспитывать дочь в религиозном духе. Ее отец был пассивным, замкнутым человеком, уделявшим дочери мало внимания. Мэгги много времени проводила в одиночестве и всегда испытывала чувство неуверенности в себе.

В старших классах школы Мэгги впервые почувствовала себя более свободной и стала проявлять неповиновение родителям. В это время Она вступала в частые половые связи и, описывая его, говорила, что в тот период «слегка сошла с ума». Ее поведение при этом нередко носило саморазрушительный характер, поскольку она выбирала таких партнеров, с которыми у нее вряд ли могли сложиться устойчивые отношения, либо предпочитала партнеров на одну ночь. Все это лишь усиливало в ней чувство собственной неполноценности и отворачивания к самой себе. У нее всегда были проблемы с женской идентичностью. Она воспринимала себя как малопривлекательную и неинтересную и страдала от предменструального синдрома, проявлявшегося в плохом настроении и неприятных ощущениях внизу живота.

- 104 -



В попытке освободиться от религиозного влияния со стороны родителей, ограничивавшего ее в сексуальном и эмоциональном плане, она обратилась к метафизическим представлениям, которые, по ее мнению, позволяли ей осмыслить свой духовный опыт.

### **Психотерапевтический процесс**

В течение первых четырех месяцев психотерапии сновидения и визуализации Мэгги в ходе НВМ-сессий отражали ее чувства отчаяния и безысходности. Она, в частности, видела сон, в котором представляла себя узницей лагеря, расположенного на территории России, и у нее не было никакой возможности оттуда выбраться. В другом сне она врезалась на автомобиле в кирпичную стену. Она также говорила о своем желании что-то изменить на работе, но не видела никакой возможности это сделать.

Когда начал использоваться метод НВМ, Мэгги не могла слушать более легкую классическую музыку, в которой звучали арфа и/или флейта. Поэтому на начальном этапе психотерапии использовались лишь четыре музыкальные программы: «Бах», «Успокаивающе-анаклитическая музыка», «Музыка скорби» и «Музыка для расширения сознания».

Во время первой НВМ-сессии она увидела себя в образе заключенного в клетку эмбриона. Клетка была похожа на оскаленную пасть. Она чувствовала себя совершенно беспомощной и неспособной выбраться из этой клетки. Единственной возможностью выйти из этой ситуации, по ее словам, было бы умереть и возродиться в новой форме. Таким образом, основной темой ее переживаний было: «Что бы я ни делала, это мне не поможет». Такова была и ее жизненная позиция.

Возникший у Мэгги во время этой сессии образ клетки напоминал образ «vagina dentata» — влагалища с зубами. Влияние строгой и склонной к критике матери проявилось в следующем сновидении, которое Мэгги решила обсудить с психотерапевтом. «Я примеряю купальники вместе с матерью, и она никак не дает мне возможность сделать самостоятельный выбор», — сказала Мэгги. Судя по всему, она до сих пор неосознанно испытывала сильный контроль со стороны интериоризованного образа матери, мешавшего ей принимать решения.

- 105 -

Первая мандала Мэгги представляла собой примитивное изображение спирали красного цвета с включением более светлых оттенков телесного цвета. Эти цвета свидетельствуют о чувстве незащищенности и эмоциональной хрупкости. Поскольку спираль раскручивается против часовой стрелки, это указывает на переживание психического регресса и готовность к самопознанию. Другая мандала, созданная в начале психотерапии, состояла из двух полукругов — красного и зеленого, повернутых в противоположных направлениях друг к другу, что свидетельствовало о наличии конфликта между стремлением к действию и высоким самоконтролем. Комментируя этот рисунок, Мэгги сказала, что испытывает чувство безысходности и скованности.

Выбор карт при использовании карточного теста мандалы соответствовал характеру описанных выше образов. Мэгги выбрала четыре карты: две из них соответствовали стадии фрагментации (№ 11), при этом одна цветная карта была цвета шартрез, а другая — темно-фиолетового цвета. Данные карты, по-видимому, отражали высокий уровень стресса, который Мэгги испытывала в тот момент, ее страх дезинтеграции и чувства растерянности и беспомощности. Кроме того, она выбрала карту стадии № 3 в виде спирали коричневого цвета, отражающую негативный опыт общения с матерью и низкую самооценку. Выбор спирали указывал на готовность осознать психический материал. Последняя карта соответствовала стадии № 1 и представляла собой изображение паутины темно-синего цвета, указывающей на возможную родовую травму и свидетельствующую; о восприятии мира как враждебного и неприятного, что соответствовало ее постоянному ощущению того, что она не соответствует ожиданиям окружающих, в особенности женщин, которые то и дело ее критикуют.

В ходе очередной НВМ-сессии Мэгги увидела, как ее засасывает в находящуюся в океане воронку темно-фиолетового цвета. Попав в какое-то замкнутое пространство грязно-зеленого цвета, она внезапно поняла, что ее проглотил огромный осьминог. Ужаснувшись этому, она зарыдала. В конце концов она произнесла: «Я умираю... и части меня всплывают на поверхность...» Затем она с удивлением констатировала: «Но я чувствую, что рядом со мной находится кто-то, кто нежно собирает то, что от меня осталось!» Она пережила опыт фрагментации, который, однако, привел к положительным результатам. В ней просну-

лось то, что могло собрать части ее «я» воедино, и предполагаемая ранее возможность ее психологического возрождения получила зримое подтверждение.

В последующем Мэгги несколько раз видела себя во сне умирающей, ее сновидения также часто отражали ее ситуацию на работе. Всякий раз она испытывала во сне страх предпринять активные шаги для того, чтобы изменить существующую ситуацию. Хотя картины своей смерти в сновидениях ее парализовали, в реальной жизни она все более остро ощущала потребность изменить привычные для нее модели поведения и взяться за решение своих проблем. На работе она чувствовала себя безликим винтиком в бюрократической машине. Та пустота, которую она ощущала на работе, не являлась результатом лишь однообразия ее деятельности. Как показали последующие НВМ-сессии, ее состояние во многом определялось особенностями раннего развития.

Во время второй НВМ-сессии Мэгги услышала смех ведьмы и увидела лицо насмехающейся над ней старой старухи. Себя же она представляла в образе ребенка, чувствовавшего себя незащищенным перед ведьмой. В конце концов, однако, ведьма разозлила ребенка настолько, что в том проснулось желание оказать ей сопротивление. Когда это желание усилилось, она увидела себя приближающейся к тоннелю и продвигающейся по нему. Когда же она подошла к его выходу, тоннель закрылся снаружи и она оказалась заточенной в нем. Несмотря на это, от нее отделилось зернышко, вылетело наружу и упало в жирную, черную почву. Таким образом, у Мэгги впервые обнаружился потенциал, необходимый ей для дальнейшего развития; произошла мобилизация ее желания активного противодействия ситуации, которое могло послужить основой преодоления депрессии.

Взрывной характер переживаний в ходе визуализации осьминога и проснувшееся желание противостоять ведьме, по всей видимости, обозначали определенное изменение в ее состоянии. Ее апатия стала не столь выраженной, и ее сексуальные реакции стали более живыми. В ее сновидениях появилось больше эротического материала; у Мэгги также произошло некоторое эмоциональное сближение с мужем.

В течение следующих пяти месяцев, в середине психотерапевтического процесса многие сновидения и визуализации Мэгги и ее рисунки отражали происходящие в ней изменения. В ее визуализациях в

ходе НВМ-сессий преобладал образ ребенка. Она вначале увидела его одиноким, находящимся в темной комнате. Присмотревшись к нему, Мэгги заметила, что ребенок заточен в некое подобие трубы, и поняла, что он испытывает из-за этого сильное раздражение. Поняв, что она хочет выбраться на свободу, Мэгги вскоре увидела, что это — ребенок пятилетнего возраста, который чем-то обижен и плачет. Мэгги удивилась тому, насколько зол и обижен оказался ребенок и насколько он одинок. Ребенок обратился к ней со следующими словами: «Мне потребуется некоторое время для того, чтобы научиться изъясняться и вести себя так, как мне нужно».

Сновидения того периода содержали образы старых домов, в которых Мэгги пыталась навести порядок. Водопроводные трубы в этих домах были засорены, а мусорные бачки — наполнены до отказа. Тем не менее ей удавалось постепенно навести в них порядок. Во время НВМ-сессии Мэгги вновь увидела себя ребенком — теперь уже несколько более старшего возраста, — который пытался уговорить ее не совершать трудное восхождение на гору. Все это говорило о том, что этот ребенок хочет, чтобы взрослая Мэгги стала его другом.

Последующие НВМ-сессии вновь и вновь сопровождалась визуализацией внутреннего ребенка, что провоцировало оживление все новых воспоминаний. По мере того как одиночество и разочарование, которые Мэгги испытывала в детстве, обсуждались ею с психотерапевтом, она приходила к осознанию того, какую роль образ ребенка может играть на данном этапе ее жизни. Она становилась помощницей этому ребенку, в то время как ее родители никогда не пытались способствовать ее психическому росту. Она поняла, что они были довольны ею, лишь когда она с ними соглашалась. Она воскликнула: «Теперь я осознаю, что для того, чтобы они меня приняли, я должна быть совершенно безропотной — почти слабоумной!» Она искренне удивилась тому, как долго она пыталась быть помощницей своим родителям, считая себя в ответе за их счастье.

Выбор карт в тесте мандалы позволил сделать прогноз относительно прогресса психотерапии на среднем этапе работы. Мэгги впервые выбрала карту стадии № 4; которая указывает на начало чего-то нового, скорее всего на формирование у Мэгги нового представления

о себе самой. Это ощущалось ею в появлении более живых сексуальных реакций. На психологическом же уровне это выразилось в более от-

- 108 -

крытом выражении связанных с детством чувств гнева и сожаления, а также в ее стремлении построить новые отношения с родителями, выступая при этом в качестве взрослого человека.

В этот период Мэгги увидела несколько снов со сходной тематикой. В одном из снов она оказалась в совершенно незнакомом, диком месте, где ее подстерегала опасность. Мэгги ощущала необходимость сделать выбор, с тем чтобы изменить свою жизнь, но боялась расстаться со знакомым ей состоянием равнодушия и апатии. Ее опасения проявились в сновидениях: в одном из них она видела, как вокруг нее падали стены, оставляя ее незащищенной и открытой. Мэгги находилась в процессе перехода в новое состояние и пыталась сделать жизненный выбор. В другом сне она увидела человека, который ехал на трехколесном велосипеде с очень большими шинами. Велосипед столкнулся с препятствием, и человек упал прямо в росшу у дороги крапиву. По моему мнению, этот сон указывал на то, что характерное для Мэгги стремление остаться в безопасности впервые не убергло ее от неприятностей.

Во время последовавшей за этим НВМ-сессии Мэгги увидела себя в образе марионетки, которой никто не пытался руководить. Затем она увидела себя находящейся в старом складском помещении, окруженной серыми картонными обрезками, которые, по ее мнению, являлись не чем иным, как частями ее самой. Она въехала на склад, сидя в инвалидной коляске; из раны на ее груди стекала кровь. Она подумала, что у нее больное сердце, которое, несмотря ни на что, полно жизни. Когда я спросила Мэгги, в чем нуждается это больное сердце, она ответила, что оно нуждается в том, чтобы с ним «обращались как с новорожденным младенцем». Она показала, как она держит, убаюкивая, на руках свое сердце, как ребенка.

Выбор карт в карточном тесте мандалы свидетельствовал об усилении чувства обиды и недовольства. Мэгги выбрала карту стадии № 6 с изображением расщепленного по вертикали круга темно-красного цвета; другая карта соответствовала стадии № 8 и изображала пятиконечную звезду — также темно-красного цвета. Она никогда раньше не выбирала оттенки красного цвета, так же как и карту стадии № 6, указывающую на открытое неповиновение и вызов. То же самое касается и карты стадии № 8, свидетельствующей о зрелой идентичности. Все это указывало на то, что переживаемые Мэгги чувства раздражения и гнева достигли большого накала. Для Мэгги было очень важно пере-

- 109 -

жить период открытого протеста, чтобы убедиться в том, что она может управлять этими чувствами и благодаря этому достичь психологической зрелости и независимости.

В одну из ночей в этот период Мэгги увидела, как здание, в котором она работает, шатается и какой-то человек пытается его поджечь. Во время другого сна она увидела себя пытающейся убежать с работы, но автомобильные пробки ее задерживают. В третьем сне она увидела, как с нее сваливается огромная корка засохшей крови. В это время она нарисовала мандалу с изображением здания или кирпичной стены серого цвета, в которой имелись вкрапления темно-красных оттенков. Во время НВМ-сессии она также увидела кирпичные стены, возникавшие одна за другой, по мере того, как она их преодолевала. Когда она устала и хотела уже остановиться, какой-то человек начал над ней смеяться и бросать в нее черносливом. Разозлившись, она решила продолжать перебираться через стены. Судя по всему, Мэгги пыталась овладеть чувством гнева и уже была готова к активным действиям.

Она испытывала неосознанную потребность в катарсисе; ей необходим был некий эмоциональный стимул для того, чтобы окончательно преодолеть инерцию, препятствовавшую ее психическому росту и принятию решений в течение многих лет. Вскоре после сна, в котором она видела, как в нее бросают черносливом, она увидела себя во время другого сна смело входящей в вестибюль здания, в котором она работала. Затем она села на корточки, и из нее на пол вылилась большая порция менструальной крови.

Решимость Мэгги с каждым днем росла. Я всячески побуждала ее понять причины своего недовольства и более активно отстаивать свои интересы. Борьба взаимоисключающих потребностей проявилась во время очередной НВМ-сессии, когда она увидела себя находящейся в зоне, отделяющей свободную территорию от оккупированной. Находившиеся на оккупированной территории люди кричали ей, чтобы она на нее не входила, но она испытывала острую потребность это сделать, поскольку эта территория была ей уже знакома — здесь были видны голые скалы и редкий кустарник. Войдя на эту территорию, она почувствовала, как ее затягивает в

скалу какая-то сила. В конце концов она обратилась в гранитную скалу. Когда я спросила, что она чувствовала, став скалой, она ответила: «Странно. Я чувствовала себя хорошо защищенной — застывшей, но защищенной». Через минуту характер визуализации изменился,

- 110 -

и Мэгги вздрогнула. Улыбнувшись, она произнесла: «Скала вытолкнула меня обратно! Она сказала, что я ей больше не принадлежу!»

Поскольку образы Мэгги в это время часто отражали все еще сохраняющуюся нерешительность, я решила, что она, по всей видимости, прошла некий цикл развития: она осознала свои потребности и внутренне освободилась. Она гораздо лучше, чем раньше, стала понимать свои чувства. При этом ее сновидения и визуализации словно спрашивали ее: «Ты и дальше будешь пребывать в состоянии неопределенности или действительно попытаешься его преодолеть?»

В этот столь важный для нее период она пришла на одну из сессий с мандалой, на которой была изображена растрескавшаяся стена и встающее над ней солнце. Показывая мне рисунок, Мэгги сказала, что приступила к поискам новой работы.

При очередном использовании карточного теста мандалы Мэгги выбрала три карты, относящиеся к верхней части Большого Круга и свидетельствующие о формировании нового «я»: одна из карт относилась к стадии № 6 и содержала изображение расщепленного круга светло-зеленого цвета, что указывало на то, что она не только пытается бросить вызов обстоятельствам, но и найти реальный выход из создавшегося положения. Она была готова окончательно внутренне дистанцироваться от родителей. Эта карта также указывала на ее готовность отстаивать свои интересы в отношениях с социальными авторитетами.

Кроме того, Мэгги выбрала карту стадии № 7 с изображением креста желтого цвета, указывающую на рождение «я» и осознание себя в качестве независимого и зрелого существа. Оквадрачивание круга было достигнуто, указывая на психологическую автономность Мэгги! Третья карта относилась к стадии № 8 и содержала изображение пятиконечной звезды красного цвета, свидетельствующей о наличии значительного запаса энергии, необходимой Мэгги для самоутверждения.

В течение последнего месяца работы на прежнем месте Мэгги испытывала бодрость и предвкушение того, что ей вскоре предстоит найти для себя новое занятие. Ее семейная жизнь складывалась лучше, чем когда бы то ни было. Мэгги стала более спокойно относиться к своим родителям и больше не чувствовала себя скованной, уступчивой и незрелой в отношениях с ними. Ее чувство юмора стало проявляться в большей степени, чем раньше, и она часто подшучивала над собой и сложившейся ситуацией.

- 111 -

В течение последнего этапа лечения визуализации Мэгги при проведении НВМ-сессий свидетельствовали как о внутренних, так и внешних изменениях. В ходе одной из НВМ-сессий я использовала музыкальную программу под названием «Положительный аффект», включающую произведения Эльгара, Моцарта, Барбера и Штрауса. Эта музыка часто вызывает положительные, иногда — транс персональные и религиозные переживания. Ранее Мэгги не могла ее слушать. Слушая музыку, она увидела восход солнца; его лучи наполнили пейзаж всеми цветами радуги, заливая пространство золотым светом. Поднявшись на гору, Мэгги увидела фигуру в белых одеждах, протянувшую навстречу ей руки. Когда она приблизилась к этому человеку, он заключил ее в свои объятия. Ее переполнило удивительное чувство единения с этим добрым существом. Затем человек поднял руку и произнес: «Теперь ты обрела для себя нового проводника. Все, что ты видишь вокруг, принадлежит тебе». Мэгги торжественно ответила: «Я должна заключить все это в свое сердце. Передо мной — новая земля, которую я смогу освоить и защитить».

Лишь только она это произнесла, как сквозь все ее тело прошли волны тепла и она почувствовала, как ее сердце увеличивается в размерах. «Мое сердце будет мне служить компасом, — произнесла она, — оно является источником моей силы. Я чувствую исходящую из него энергию, но я не теряю самообладания и не чувствую себя сентиментальной. Это... я таю... я не могу больше говорить!.. Я сливаюсь с огромной книгой, которую куда-то несут... Теперь я стала атомом, который распадается...»

Когда Мэгги наконец вернулась в свое обычное состояние, она была глубоко взволнована — так же, как и я. Она выглядела решительной и наполненной внутренней силой. Спустя неделю она получила уведомление о приеме на новую работу. Сейчас я продолжаю встречаться с Мэгги

один или два раза в месяц. Она больше не является узницей своих страхов и не чувствует себя скованной обстоятельствами.

### ***Клинический комментарий***

Благодаря использованию в процессе психотерапии анализа сновидений, направленной визуализации и музыки и мандал, появляется возможность всесторонней оценки бессознательной динамики. Появившиеся у Мэгги в ходе НВМ-сессий на фоне измененного состояния сознания, визуализации и отражающие более глубокие уровни бессозна-

- 112 -

тельного сновидения имели схожую тематику. Хотя и в том, и в другом случае проявилась бессознательная динамика, визуализации в ходе прослушивания музыки включают осознаваемые элементы и подвержены контролю со стороны Эго. Сновидения же в большей степени направляются Оно и Суперэго, хотя влияние со стороны Эго и физического состояния также проявляется. Я полагаю, что и духовный опыт может находить свое отражение в содержании сновидений и визуализаций.

В ходе динамической оценки эмоционального состояния Мэгги стало очевидно, что возникавшие на начальном этапе психотерапии сновидения отражали одни и те же повторяющиеся темы, связанные с несвободой, контролем со стороны матери и ощущением социальной неполноценности. Материал НВМ-сессий отражал аналогичные темы, связанные с образами «vagina dentata», попавшего в клетку эмбриона, осьминога и ведьмы. Разница между образами направленной визуализации и музыки и сновидений заключалась в разной степени волевого контроля. Так, например, Мэгги использовала свои волевые качества для того, чтобы противостоять ведьме, предприняв тем самым одну из первых попыток освободиться от доминирования матери в структуре Эго.

Карточный тест мандалы служил инструментом оценки изменений, происходящих по мере раскрытия материала бессознательного и разрешения неосознаваемых конфликтов. Первичный выбор карт в карточном тесте мандалы отражал страх поглощения Эго бессознательным, блокирующий способность Мэгги к самостоятельным действиям. Позже, по мере того как Мэгги осознавала причины своего страха, она постепенно обрела способность к проявлению чувства гнева. При этом выбираемые ею карты стали относиться к верхней части Большого Круга Мандалы, а формы и цвета карт указывали на готовность к утверждению себя в качестве самостоятельной личности.

Во время среднего этапа психотерапии Мэгги смогла осознать те проявления своей психической жизни, которые связаны с внутренним ребенком. Она смогла соединиться с тем аспектом внутреннего ребенка, который стремился бросить вызов внешним авторитетам, предпринимая самостоятельные действия, а не отреагируя свои потребности в хаотичном сексуальном поведении, как это имело место во время обучения Мэгги в старших классах школы. Она также смогла осознать и удовлетворить свою потребность в поддержке, благодаря работе с образом раненого сердца.

- 113 -

Во время преодоления невротических паттернов реагирования Мэгги в течение нескольких месяцев видела образы стен, камней и скал, демаркационной зоны и различных «расщепленных» объектов. Очевидно, что преодоление привычных паттернов поведения давалось ей непросто, о чем свидетельствовала визуализация, связанная со слиянием Мэгги со скалой, которая, в конце концов, ее вытолкнула со словами «Ты больше мне не принадлежишь». Выбор карт в этот период также указывал на изменение отношения Мэгги к себе, о чем свидетельствовали карты стадии № 7 с изображением желтого креста и стадии № 8 с изображением красной звезды. Самодостаточное Эго Мэгги было, наконец, оформлено, и оно обладало достаточной энергией для того, что бы сделать необходимый выбор.

Заключительная сессия с визуализацией библейской фигуры, наделяющей ее способностью быть защитницей своего внутреннего мира, по всей видимости, свидетельствовала об актуализации высшего «я», вдохновляющего Мэгги и помогающего ей обозначить цель своего дальнейшего развития. Мэгги сообщала, что чувствует себя более уверенной в себе, способной любить и делать выбор.

Благодаря сочетанию анализа сновидений, направленной визуализации и музыки и мандал, мне удалось помочь Мэгги соединить сознательные и бессознательные элементы психической

деятельности и освободить ее первоначально слабое, склонное к страхам Эго. Используя такие элементы творческой экспрессии, как музыка, цвет и образы, этой молодой женщине удалось творчески и подчас драматически раскрыть содержание своей психики. Работая совместно, мы смогли достичь глубоких изменений в ее отношении к себе и окружающему миру.

- 114 -

## **СВЯЗАННЫЕ С ИСЦЕЛЕНИЕМ ИЗМЕНЕНИЯ: СУБЪЕКТИВНЫЕ И ОБЪЕКТИВНЫЕ ИНДИКАТОРЫ\***

**Дебора Глик (Deborah Glik)**

### **Введение**

Связь между участием в различных религиозных группах и состоянием здоровья уже давно является предметом исследований (James, 1902, Durkheim, 1961(1912); Jung, 1933). В социологических исследованиях эта связь неоднократно изучалась, главным образом, путем опроса (Stack, 1983; Peterson and Roy, 1985; Witter Stock Okun and Haring; Idlev, 1987). В области социологии религии, антропологии и психиатрии углубленные клинические и этнографические исследования показали, что участие в некоторых религиозных группах или практиках может иметь лечебный эффект (Kiev, 1964; Frank, 1973; Kleinmann, 1980; Ness, 1980; Pattison, 1980; Griffith, Mahy and Young, 1986). Описываемые здесь исследования являются продолжением традиции изучения эффектов воздействия исцеляющих ритуалов на состояние здоровья представителей различных религиозных групп.

Духовное или ритуальное религиозное целительство в последние несколько десятилетий получило широкое распространение в западных индустриальных обществах (Frank, 1973; Wallis and Morley, 1976; Bird and Reimer, 1982) и продолжает также оставаться важнейшей составной частью систем здравоохранения в развивающихся странах (Kleinmann, 1980). В большом числе публикаций описываются системы и ритуалы духовного целительства (Csordas, 1983; Easthope, 1985; Skultans, 1976; Griffith, Mahy and Young, 1986; Garrison, 1974; Pattison, Lapins and Doerr, 1973; Ness, 1980; Peacock, 1984; McGuire, 1988) и их роль в новых религиозных движениях (Fichter, 1975; Ellwood, 1979; Westley, 1983).

---

\* Данный материал был представлен на ежегодной конференции американских социологов религии (Вашингтон, 10 августа 1990 г.).

- 115 -

Обещание исцеления телесных, ментальных и духовных недугов привлекает людей в те группы, которые практикуют ритуалы исцеления в большом разнообразии их вариантов. Одним из подходов к исследованию эффектов воздействия исцеляющих практик является наблюдение в течение определенного времени за участниками религиозных групп с целью оценки связанного с исцелением опыта. Хотя были предприняты определенные социологические исследования такого рода, направленные на выявление отношения представителей религиозных групп на процесс исцеления (Kleinmann, 1980; Sneek, 1981; Neitz, 1988; Poloma, 1984, 1987; McGuire, 1988), немногие из этих исследований оказались результативны или предполагали использование стандартизованных методов оценки состояния здоровья. В то же время достаточно широко, в том числе в популярной литературе, публикуются отчеты людей о полученном ими опыте исцеления (Levin and Corell, 1986). Несмотря на их определенную ценность, они не позволяют ни достаточно полно выявить влияние исцеляющих ритуалов на представителей различных религиозных групп, ни определить связь между исцеляющими практиками и состоянием здоровья людей.

Клейнман и Санг (Kleinmann and Sung, 1979) и Клейнман (Kleinmann, 1980) описали «клиническую реальность» опыта болезни и исцеления, увиденную глазами участников исцеляющих ритуалов. Исследуя опыт исцеления, Клейнман описал, как исцеляющий ритуал помог людям справиться с болезнью, дистрессом и неблагоприятными внешними обстоятельствами. Отчеты участников исцеляющих ритуалов о болезни и выздоровлении, излагаемые с использованием культурально значимых символических систем тайваньской шаманской традиции, позволили очевидцам исцеляющего процесса сконструировать свою систему взглядов (Kleinmann, 1980). Однако данные последующих наблюдений за состоянием участников ритуалов ограничиваются всего несколькими примерами; кроме того, названные

исследователи не применяли никаких стандартизованных методов психологической оценки, для того чтобы подтвердить изменения в состоянии здоровья.

Аналогичным образом Финклер (Finkler, 1981) изучала постоянных участников мексиканских спиритуалистических групп. Она обнаружила, что, несмотря на то, что симптомы болезней иногда даже усиливались, участники групп были склонны отрицать или минимизировать ощущение дискомфорта. Фактически имела место общая тенденция

- 116 -

реструктурирования восприятия проявлений болезни. Эти выводы были, главным образом, основаны на данных качественного анализа, поскольку сбор данных и анализ результатов использования стандартизованных тестов (Корнельского медицинского опросника) имели кросс-секционный, а не систематический характер.

Гриффин и его коллеги (Griffin et al., 1986) использовали стандартизованные психологические тесты (симптоматический опросник Хопкинса) для систематической оценки эффектов воздействия баптистского ритуала «оплакивания», который можно рассматривать в качестве разновидности исцеляющего ритуала. Эти исследователи обнаружили наличие значимых, измеряемых изменений в проявлении психологических симптомов у участников ритуалов. Тестирование проводилось непосредственно перед ритуалом и после него. Недостатками этого исследования можно считать небольшой размер группы, короткий отрезок времени исследования, а также отсутствие попыток связать результаты тестирования и субъективным восприятием своего состояния участников ритуалов.

Являясь продолжением данной линии исследований, проведенная нами работа предполагала оценку как субъективных, так и объективных индикаторов состояния здоровья и психического состояния респондентов. Данное исследование проводилось на выборке из 170 человек, активно посещающих группы духовного целительства, расположенные в одном из крупных городов Атлантического побережья США. В качестве индикаторов, связанных с исцелением изменений, выступали: 1) отчеты респондентов о процессах и феноменах исцеления; 2) состояние здоровья, определяемое на основе самоотчетов; 3) данные проективных тестов. Все эти индикаторы анализировались с целью выявления связи между заявлениями респондентов о достигнутом исцелении и сохраняющихся во времени психосоциальных изменениях. Основными вопросами, на которые мы стремились ответить в процессе наших исследований, были следующие: в какой мере можно оценить субъективное благополучие респондентов, являющееся одним из показателей состояния их здоровья? Какие индикаторы связанных с исцелением изменений обладают наибольшей чувствительностью? Результаты данного исследования могут быть использованы для того, чтобы попытаться найти ответ на общий вопрос: какова природа исцеления, происходящего в ритуальном контексте?

- 117 -

### ***Характеристика групп духовного целительства***

Духовное целительство в западной культуре является символической формой целительства. Оно характерно для деятельности самых разных групп, представляющих различные религиозные течения (Westley, 1983; Glik, 1988; McGuire, 1988). Ритуалы духовного целительства в современном американском обществе привлекают прежде всего тех людей, заболевания которых отражают стресс модернизации (Glik, 1986, 1988). Социализация в группах духовного целительства предполагает усвоение жесткой системы религиозных взглядов, которые, в свою очередь, определяют то, как индивид пытается достичь воображаемых или реальных изменений.

В г. Балтиморе, где проводилось данное исследование, широкое распространение получили харизматические религиозные группы, исповедующие очень ригидную библейскую доктрину (Sneck, 1981) и «нью-эйдж» группы, исповедующие более либеральные, синкретические доктрины (Ellwood, 1979, Levin and Corell, 1986). В целом христианские харизматические группы привлекают представителей рабочего и среднего класса, в то время как «нью-эйдж» группы — представителей среднего и высшего среднего класса (Glik, 1986, 1988).

Ритуалы духовного целительства, как правило, происходят в малых группах, формирующихся вокруг духовных лидеров или целителей, — тех лиц, которые обладают особым «даром» целительства. Малые группы, в которых протекают подобные ритуалы, идет ли речь о молитвенных группах, собирающихся вне церковных церемоний, специальных исцеляющих сеансах во время богослужения или сессиях «исцеляющих прикосновений», организуемых в

светских местах, как правило, состоят из постоянных посетителей, которые прошли процесс поиска наиболее подходящей для себя группы духовного целительства и стали, наконец, ее ярыми приверженцами. Группы в немалой степени способствуют социальной идентификации и социализации их участников благодаря наличию определенных групповых норм и моделей поведения. Члены таких групп, как правило, глубоко религиозны и преданны определенной системе взглядов на природу и процесс исцеления (Glik, 1990a, 1990b).

- 118 -

Целители в этих группах воплощают героическую ролевую модель. Сами зачастую имея опыт болезни, страдания или дистресса и достигнув состояния благополучия, такие целители воспринимаются членами группы как «особые люди». Духовные качества целителей рассматриваются как результат преодоления страданий и разного рода иных испытаний, воспринимаемых как средства проверки ими веры или препятствия, которые необходимо преодолеть во имя спасения и достижения состояния просветления. В контексте групп духовного целительства харизматические лидеры, как правило, были ориентированы на развитие духовных качеств других членов группы и достижения ими исцеления, самореализации и успеха.

В практике изучения нами групп большое значение в плане сохранений? здоровья и исцеления придавалось индивидуальному выбору, силе разума или веры в исцеление души и тела, следованию ритуальному поведению, а также оговоренным и зачастую традиционным нормам поведения, необходимым для достижения личных изменений. Участники всех этих групп ждали изменений, чему способствовали частые заявления некоторых из них о достигнутом исцелении (Ness, 1980). Такие заявления не были исключительными событиями, а рассматривались как вполне закономерное явление, характерное для таких групп. Большое количество респондентов в нашем исследовании заявляли, что исцеление действительно имело место в период его проведения.

### **Методы исследования**

Участники групп духовного целительства наблюдались и опрашивались нами в течение двух лет (1981-1983). Углубленное обследование отдельных респондентов проводилось в течение шестимесячного периода. Вслед за рассылкой опросников добровольцы приглашались для прохождения интервью. Каждый респондент был опрошен за период исследования трижды.

### **Критерии отбора**

Обсервационные техники использовались с целью выявления и отбора групп духовного целительства, расположенных в районе г. Балтимора. Группы включались в исследование в том случае, если их члены

- 119 -

встречались регулярно (от двух раз в месяц до одного раза в неделю) с целью совершения ритуалов исцеления; все обследованные нами респонденты являлись постоянными участниками этих ритуалов. Для прохождения углубленного интервью нами было отобрано 176 человек, представлявших 23 разных группы духовного целительства. В среднем на момент начала обследования респонденты участвовали в ритуалах исцеления в течение 2-3 лет, хотя некоторые из них участвовали в них уже более 20 лет, а некоторые — менее 6 месяцев. За период проведения исследований некоторые респонденты (их оказалось менее 10) вышли из групп или перешли из одной группы в другую. В то же время никто из них не утратил своей веры в исцеление, несмотря на переход в другую группу.

### **Методы оценки**

С целью определения состояния здоровья были использованы специальные протоколы, позволявшие оценить степень физического, психического и поведенческого благополучия или «качества жизни». Два индикатора состояния физического здоровья были основаны на «спектре физического здоровья Беллока, Бреслоу и Хочстима (Belloc, Breslow and Hochstim, 1971). Индекс физического здоровья подсчитывался на основании оценки субъективных характеристик здоровья, энергии и сна. Индекс выраженности болезненных проявлений подсчитывался на основе средневзвешенных показаний трех шкал: шкалы нетрудоспособности (функциональной



нетрудоспособности); шкалы хронического заболевания; шкалы ухудшения зрения или слуха и шкалы острых симптомов болезни.

Два индикатора психического здоровья включали совокупный индекс благополучия Кэмпбелла и соавторов (Campbell et al., 1976) и итоговый показатель краткого симптоматического опросника (Derigatis & Melisataros, 1983), состоящего из 53 вопросов, направленных на определение психосоциального дистресса и включающего 9 подшкал. Мы использовали общий индекс тяжести расстройства и показатели трех из девяти подшкал — тревоги, депрессии и враждебности. С целью определения поведенческого благополучия респондентов (их приверженности здоровому образу жизни) использовался индекс

- 120 -

поведенческого благополучия, представляющий собой набор из девяти вопросов, позволяющих оценить следование респондентов здоровым или патологическим ролям.

В дополнение к методам оценки «качества жизни» использовались углубленные открытые вопросы, направленные на оценку личного опыта исцеления и оздоравливающих эффектов участия в исцеляющих ритуалах. Ответы на эти открытые вопросы качественного характера кодировались на основе оценки их содержания.

Для того чтобы оценить возможные психодинамические изменения, происходящие у вовлеченных в группы духовного целительства респондентов, была использована проективная методика «Карточный тест мандалы», разработанная на основе юнгианской практики рисования мандал Джоанной Келлогг (Kellogg, 1978). Методика предполагает комбинирование набора символов с цветом. Данные символы коррелируют с определенными личностными свойствами и психическим состоянием респондентов (Di Leo, Grof and Kellogg, 1977; Kellogg, Mac Rae, Bonny, Di Leo, 1977; Kellogg, 1978; McRae, 1980; Buch, 1988). Тест позволяет определить индивидуальные психологические тенденции на уровне разных форм когнитивных процессов и психических состояний. В контексте ритуального целительства эти тенденции могут иметь определенную связь с переживанием исцеления (Csordas, 1983; Fischer, 1975, 1976).

Карточный тест мандалы основан на конструкте, названном Большой Круг Мандалы, отражающем прохождение индивидом двенадцати психодинамических стадий развития (Kellogg, 1978, 1986). Анализ и интерпретация результатов тестирования построены на данном конструкте.

Использованный нами вариант карточного теста мандалы состоит из набора карт с изображением различных символов, а также набора цветных карт. После заполнения опросников респонденты должны были выбрать по четыре наиболее привлекательных для них карты с изображением символов и подобрать к ним цветные карты.

### **Анализ результатов**

Общими вопросами, на которые мы стремились ответить в нашем исследовании, являлись следующие: в какой мере заявления респондентов об исцелении связаны с изменениями индикаторов физического

- 121 -

и психического здоровья и состояния сознания? Для того чтобы оценить эту связь, использовался перекрестный анализ, предполагавший учет распределения индикаторов в разные моменты времени, а также количественное сравнение результатов измерений. Поскольку различия между двумя типами групп духовного целительства, действующими в районе г. Балтимора — христианскими харизматическими группами и «ню-эйдж» группами, описанными нами ранее (Glik, 1986, 1988), — были несущественны, мы изучали общую выборку, состоящую из респондентов, представляющих разные типы групп. Это было связано с предположением, что изучаемые нами процессы происходят независимо от идеологических, организационных и ритуальных различий между группами.

### **Результаты исследований**

Возраст респондентов колебался от 35 до 65 лет, 40 % из них были либо холостыми, либо разведенными; большинство из них были белыми и принадлежали к среднему или рабочему классу. Среди респондентов было вдвое больше женщин, чем мужчин, тем не менее достоверные различия между мужчинами и женщинами были выявлены лишь по ограниченному числу индикаторов состояния здоровья (Glik, 1986). Состояние здоровья подавляющего большинства

респондентов оценивалось как среднее для их возрастной группы. У определенного процента респондентов были выявлены лишь хронические или связанные со стрессом заболевания. Менее чем у семи процентов респондентов имелись тяжелые заболевания или терминальные состояния.

Во время второго и третьего интервью респондентов спрашивали о достигнутом с момента первого интервью и связанном с ритуалами духовного целительства улучшении состояния. Эти вопросы были ориентированы на выявление исцеляющего эффекта в целом и не касались каких-либо специфических проблем. Подсчитывался средний показатель положительных ответов на этот вопрос во время второго и третьего интервью, отражающий общий уровень исцеления за период исследования.

- 122 -

Таблица 1

**Уровни исцеления в группе респондентов (N - 170)**

	N	%
Отсутствие исцеления (0)	13	8,1
Очень слабое исцеление (1)	10	6,3
Слабое исцеление (2)	22	13,7
Частичное исцеление (3)	44	27,5
Почти полное исцеление (4)	39	24,4
Полное исцеление (5)	32	20,0
Средний показатель = 2,96		

Как видно из таблицы 1, 13 респондентов (8,1 %) заявили об отсутствии какого-либо исцеления; 10 респондентов (6,3 %) заявили, что исцеление было очень слабым; 22 респондента (13,7 %) ответили, что исцеление было слабым; 44 респондента (27,5 %) отметили частичное исцеление; 39 респондентов (24,4 %) отметили эффект почти полного исцеления и 32 респондента (20 %) констатировали эффект полного исцеления.

Результаты мультивариативного анализа (MANOVA) показателей качества жизни в разные моменты времени, выступавших в качестве зависимых переменных и показателей исцеления, выступавших в качестве независимых переменных, представлены в таблице 2. Представленные в таблице 2 данные показывают, что различия в показателях качества жизни между респондентами, констатировавшими исцеление, и теми, кто отрицал эффект исцеления, были значимыми и касались показателей тяжести заболевания, физического и поведенческого благополучия. Таким образом, отметившие эффект исцеления лица имели лучшие показатели физического здоровья и здорового поведения. В то же время существенных различий в показателях психического здоровья между теми, кто констатировал эффект исцеления, и теми, кто его отрицал, отмечено не было.

- 123 -

Таблица 2

**Результаты мультивариативного анализа показателей состояния здоровья**

а) Тяжесть заболевания (зависимая переменная) F = 2,48, DF (3,1 80); Wilks lambda = 0,06			
	1 измерение	2 измерение	3 измерение
Неисцелившиеся (N=68)	2,18 (1,14)	1,88 (1,34)	1,84 (1,29)
Исцелившиеся (N=131)	1,85 (1,28)	1,65 (1,19)	1,40 (1,40)
univariate F	3,44*	1,44	4,95*
б) Физическое благополучие (зависимая переменная) F = 2,85, DF (3,194); Wilks lambda = 0,95*			

	1 измерение	2 измерение	3 измерение
Неисцелившиеся (N=68)	15,2 (2,9)	15,5 (2,92)	14,07 (3,19)
Исцелившиеся (N=131)	16,4 (2,7)	16,5 (2,44)	14,91 (2,52)
univariate F	8,28**	6,63*	4,10*
с) Общее благополучие (зависимая переменная) F = 0,63, DF (3,186); Wilks lambda = 0,98 (N. S.)			
	1 измерение	2 измерение	3 измерение
Неисцелившиеся (N=68)	1,69 (0,84)	1,74 (0,74)	1,74 (0,80)
Исцелившиеся (N= 131)	1,64 (0,69)	1,61 (0,69)	1,64 (0,72)
univariate F	0,17	1,43	0,37
d) Индекс общей тяжести состояния (зависимая переменная) F = 0,71, DF (3,189); Wilks lambda = 0,99 (N. S.)			
	1 измерение	2 измерение	3 измерение
Неисцелившиеся (N=68)	0,62 (0,24)	0,59 (0,31)	0,53 (0,31)
Исцелившиеся (N= 131)	0,57 (0,34)	0,53 (0,27)	0,53 (0,33)
univariate F	0,87	2,12	0,73
e) Поведенческое благополучие (зависимая переменная) F = 1,45, DF (3,195); Wilks lambda = 0,99 (N. S.)			
	1 измерение	2 измерение	3 измерение
Неисцелившиеся (N=68)	3,47 (2,0)	2,86 (1,84)	2,67 (1,67)
Исцелившиеся (N= 131)	3,78 (1,8)	3,32 (1,72)	3,19 (1,78)
univariate F	1,19	3,05	3,99*

В таблице 3 представлены корреляции между показателями уровней исцеления и изменениями качества жизни. Изменения качества жизни определялись на основе вычитания индивидуальных показателей в ходе завершающего интервью: положительные величины свидетельствуют о достигнутом улучшении, в то время как отрицательные величины - об ухудшении состояния, за исключением показателей поведенческого благополучия, которые имеют противоположную направленность. Как и ожидалось, различные показатели качества жизни оказались взаимосвязаны, что указывает на высокую согласованную валидность разных критериев. Однако изменения показателей качества жизни во времени не были существенно связаны с заполненными респондентами уровнями исцеления (смотри первый столбец в таблице 3).

Необходимо отметить, что каких-либо значимых тенденций в изменениях качества жизни в данной выборке нами обнаружено не было. Состояние некоторых лиц улучшалось, других — ухудшалось, однако значимых изменений уровня здоровья за период исследования, свидетельствующих о том, что данный контингент лиц стал более «здоровым», не было выявлено. Кроме того, повторный мультивариативный анализ, направленный на определение корреляций между утверждениями о достигнутом исцелении и изменением качества жизни, также показал отсутствие достоверных различий между теми, кто контактировал эффект исцеления, и теми, кто его отрицал.

Таблица 4 показывает выбор респондентами карт с разными символами, связанными со стадиями Большого Круга Мандалы (Kellogg, 1986). Эти стадии, в свою очередь, характеризуют уровень психического развития респондентов и особенности их когнитивных процессов. Большой Круг Мандалы можно разделить на три группы стадий и соответствующими им значениями:

- 125 -

Таблица 3

**Корреляционная матрица: связь между заявленным исцелением и изменениями показателей физического, психического и поведенческого здоровья**

	AV ER	ILL SEVCH	GW BCH	GSI CH	DEP CH	AN XCH	HOS CH	PHY SCH	BEN CH
ILL SEVCH	0,06								
GW BCH	- 0,02	0,05							
GSI CH	0,05 *	0,13 *	0,14 *						
DEP CH	0,05	0,00	0,33 **	0,54 **					
AN XCH	0,06	0,07	0,08	0,50 **	0,33 **				
HOS CH	- 0,02	0,02	0,24 **	0,40 **	0,34 **	0,37 **			
PHY SCH	0,02 **	0,21 **	0,16 *	0,19 *	0,12 *	0,10 *	0,05		

BEN CH	0,03	- 0,15**	- 0,02	- 0,18 *	- 0,13 *	- 0,17**	- 0,09	- 0,24**	-
m	3,5	0,42	- 0,027	0,03 7	0,05	0,07 2	0,02 7	- 1,462	- 1,00
SDS	0,9	0,98	0,60 6	0,12 7	0,38	0,39 9	0,33	2,57	2,09

**Примечания:**

AVER — уровень исцеления

ILL SEVCH — изменения тяжести заболевания

GW BCH — изменения общего благополучия

GSI CH — изменения общей тяжести состояния

DEP CH — изменения показателя депрессии

AN XCH — изменения показателя тревоги

HOS CH — изменения показателя враждебности

PHY SCH — изменения физического благополучия

BEN CH — изменения поведения

- 126 – 127 -

Таблица 4

**Выбор карт, соответствующих трем группам стадий Большого Круга Мандалы**

а) Стадии с 1 по 4							
	1 измерение		2 измерение		3 измерение		
	N	%	N	%	N	%	
Отсутствие выбора	6	6	5	2	1	2	2
1-2 места	0	5	1	4	8	9	7
3-4 места		6	5	3	5	5	4
б) Стадии с 5 по 8							
	1 измерение		2 измерение		3 измерение		
	N	%	N	%	N	%	
Отсутствие выбора	7	7	6	2	2	2	1
1-2 места	1	4	3	9	7	1	6
3-4 места		4	3	5	4	3	2
в) Стадии 9-12							
	1 измерение		2 измерение		3 измерение		
	N	%	N	%	N	%	
Отсутствие выбора		6	5	7	6	2	1
1-2 места	7	9	1	8	9	7	5
3-4 места	7	1	4	1	2	1	2

- 128 -

1. Стадии с 1 по 4 включительно указывают на переработку материала на уровне бессознательного, опыт рождения, развития и психоаналитического самоопределения;

2. Стадии с 5 по 8 включительно указывают на переработку материала на уровне сознания, опыт сознательной деятельности и самоактуализации;

3. Стадии с 9 по 12 включительно указывают на переработку материала как на сознательном, так и на бессознательном уровнях, процессы психологических изменений, трансформации и фрагментации, экстатические переживания.

Данные тестирования с использованием карточного теста мандалы, полученные в разные моменты времени, представлены в таблице 4. Наибольшее внимания заслуживает тот факт, что респонденты чаще всего отдавали предпочтение картам, соответствующим стадиям с 5 по 8 и с 9 по 12, и гораздо реже — картам, соответствующим стадиям с 1 по 4. Наиболее «популярными» были стадии с 9 по 12, часто связанные с «измененными состояниями сознания» и опытом психологической трансформации.

В таблице 5 представлена связь между выбором карт, соответствующих разным стадиям Большого Круга Мандалы и заявленными респондентами эффектами исцеления в разные моменты исследования. Заявившие о значительных положительных изменениях в своем состоянии респонденты значительно чаще стали выбирать карты, соответствующие стадиям с 5 по 8 и с 9 по 12. Те же, кто констатировали отсутствие эффектов исцеления, выбирали эти карты примерно с той же самой частотой, независимо от момента тестирования. Изменения в частоте выбора карт, соответствующих стадиям с 1 по 4, у тех, кто отметил эффект исцеления, и тех, кто его отрицал, были сходными.

В таблице 6 представлен выбор разных цветов при тестировании с использованием карточного теста мандалы. Цвета имеют условные обозначения в зависимости от их интенсивности и связаны с различными группами описанных выше стадий. Мы разделили цвета на три основные группы по степени их интенсивности; каждая группа имеет свое психологическое содержание:

1) темные оттенки — отражающие переработку материала на уровне бессознательного;

- 129 -

Таблица 5

**Изменения в выборе карт во времени у лиц, отметивших эффект исцеления, и тех, кто его отрицал**

а) стадии с 1 по 4	Неисцелившиеся		Исцелившиеся		
	N	%	N	%	
Более редкий выбор	4	20	2	20	$\chi^2$
Нет изменений выбора	8	40	2	20	3,8
Более частый выбор	8	40	5	50	(N.S.)
б) стадии с 5 по 8	Неисцелившиеся		Исцелившиеся		
	N	%	N	%	
Более редкий выбор	6	30	1	10	$\chi^2$
Нет изменений выбора	9	45	1	10	
Более частый выбор	5	25	6	60	
с) стадии с 9 по 12	Не исцелившиеся		Исцелившиеся		
	N	%	N	%	
Более редкий выбор	7	33	2	20	$\chi^2$
Нет изменений выбора	8	36	1	10	8,2
Более частый выбор	4	18	5	50	4**

2) средние по интенсивности оттенки — отражающие переработку материала на уровне сознания;

3) светлые оттенки — отражающие переработку материала на уровне как сознания, так и бессознательного, а также опыт психологической трансформации.

- 130 -

Как видно из таблицы 6, общее распределение цветов указывает на то, что большинство респондентов избегают темных оттенков, отдавая предпочтение средним по интенсивности и светлым оттенкам. Выбор цветов, таким образом, аналогичен выбору карт, соответствующих разным стадиям.

Таблица 6

**Распределение цветов разной интенсивности в выборе цветковых карт респондентами в разные моменты исследования**

a) темные оттенки	1 измерение		2 измерение		3 измерение	
	N	%	N	%	N	%
Отсутствие выбора	28	1	21	7	28	8
1-2 места	7	2	6	3	7	1
3-4 места		4		2		2
b) оттенки средней интен- сивности	1 измерение		2 измерение		3 измерение	
	N	%	N	%	N	%
Отсутствие выбора		9		1		2
1-2 места	1	8	03	5	1	8
3-4 места	6	5	2	3	5	3
c) светлые оттенки	1 измерение		2 измерение		3 измерение	
	N	%	N	%	N	%
Отсутствие выбора		8		1		7
1-2 места	0	9	8	6	3	5
3-4 места	7	1	0	2	2	8

- 131 -

В таблице 7 представлена связь между выбором цветов и заявленными респондентами эффектами исцеления. Те, кто отрицал какие-либо эффекты исцеления, продолжали избегать выбора темных цветов. Те же, кто заявлял о достигнутом исцелении, также продолжали отдавать предпочтение более светлым оттенкам, причем частота их выбора со временем увеличивалась. Выбор же оттенков средней интенсивности существенно не менялся.

Таблица 7

**Изменения в выборе цветов разной интенсивности во времени у лиц, отметивших эффект исцеления, и тех, кто его отрицал**

a) темные оттенки	Неисцелившиеся		Исцелившиеся		
	N	%	N	%	
Более редкий выбор	7	3	1	8	$\chi^2$
Нет изменений выбора	1	0	05	9	11, 5**
Более частый выбор	4	1	7	3	
b) оттенки средней интен- сивности	Неисцелившиеся		Исцелившиеся		
	N	%	N	%	
Более редкий выбор	9	4	3	5	$\chi^2$

Нет изменений выбора	5	1	3	2	1,5
Более частый выбор	8	8	9	4	
с) стадии с 9 по 12	9	4	3	3	
	1	9	0		
	Неисцелившиеся		Исцелившиеся		
	N	%	N	%	
Более редкий выбор	8	3	2	1	$\chi^2$
	8	2	8		
Нет изменений выбора	8	4	1	1	4,6
	3	7	7	6*	
Более частый выбор	8	3	7	5	
	8	0	7		

- 132 -

### **Обсуждение**

Целью данного исследования было изучение связи между «объективными» индикаторами состояния здоровья (качества жизни) и психической динамикой (карточный тест мандалы), с одной стороны, и заявлениями участников групп духовного целительства о достигнутом исцелении, с другой стороны. Результаты исследования свидетельствуют о наличии весьма слабой связи или даже ее отсутствии между изменениями качества жизни респондентов во времени и их утверждением о достигнутых эффектах исцеления. В то же время была отмечена некоторая связь между психодинамическими феноменами и утверждением об исцелении: те лица, которые заявляли о выраженных эффектах исцеления, демонстрировали более значительные изменения в своем психическом состоянии, определяемые с помощью карточного теста мандалы. Кроме того, те, кто сообщал о более высоком уровне физического и поведенческого благополучия, часто заявляли и о достигнутом исцелении.

Значительное число подвергшихся опросу лиц положительно отвечали на вопросы, касающиеся эффектов исцеления, хотя вопросы касались лишь тех эффектов, которые проявлялись в период проведения исследований. Хотя несколько человек заявили о полном исцелении, большинство опрошенных отметили лишь определенное улучшение в состоянии своего здоровья или жизненной ситуации (Glik, 1990b). Более того, как и в исследованиях Клейнмана и Санга (Kleinmann and Sang, 1979) и Финклер (Finkler, 1981), в нашем исследовании были те, чье состояние, по их мнению, за период наблюдения существенно не изменилось. Результаты наших исследований согласуются со сделанными ранее наблюдениями, состоящими в том, что измеряемое с помощью конвенциональных методов качество жизни в результате ритуалов целительства существенно не меняется.

Проведение карточного теста мандалы на выборке участников групп религиозного целительства позволило выяснить, как различные способы когнитивной переработки материала или переход от одного из них к другому связаны с заявлениями респондентов о достижении исцеления. Можно предполагать, что изменения в способах когнитивной переработки материала могут вызывать изменения восприятия, которые, в свою очередь, связаны с ощущением «исцеления».

- 133 -

Хотя участвовавшие в исследовании лица не опрашивались непосредственно в ходе совершения ритуалов исцеления, полученные нами данные позволяют допустить, что участники групп религиозного целительства могут переживать изменения восприятия себя и окружающего мира, а также способов переработки информации (Csordas, 1983), коррелирующие с ощущением исцеления. Более того, ритуалы исцеления могут стимулировать появление у их участников определенного «опыта исцеления» или переживание ими «событий особого рода» благодаря использованию в ходе этих ритуалов связанной с внушением личной силы и трансформации риторики (Csordas, 1983; McGuire, 1983), которая способна вызывать яркие образные



представления и измененные состояния сознания (Griffith et al., 1986). Многими исследованиями связь переживания «измененных состояний сознания» с участием в ритуальных действиях была подтверждена (Ludwig, 1968; Fischer, 1975, 1976; DiLeo, Grof and Kellogg, 1977; Galanter, 1982; Lex, 1979).

С учетом высокой частоты появления опыта «трансформации и изменений», можно предполагать, что участники групп религиозного целительства имеют определенную предрасположенность к переживанию «измененных состояний сознания». Это согласуется с юнгианским представлением о том, что опыт раннего детства и особенности окружающей ребенка среды могут способствовать усвоению определенных когнитивных стилей и тенденций, связанных с переживанием разных психических состояний.

Поскольку использование нами различных критериев оценки качества жизни респондентов предполагало дифференциацию эффектов воздействия исцеляющих ритуалов по степени их оздоровляющего эффекта, на основании результатов применения карточного теста мандалы. Можно предполагать, что каждая стадия Большого Круга Мандалы обладает определенным потенциалом как здоровья, так и патологии. Если имеет место «застревание» на тех или иных стадиях, вероятность патологических изменений повышается. В то же время вряд ли есть основания говорить о том, что одна Стадия лучше, чем другая. Здоровым индивидом является тот, кто способен проходить разные стадии Большого Круга, не утрачивая при этом присущей ему целостности и равновесия. На основе полученных нами результатов можно предполагать, что у субъектов, имеющих относительно высокий уровень физического и поведенческого благополучия, участие в

- 134 -

ритуалах исцеления может вызывать определенные психодинамические изменения, которые затем интерпретируются ими как положительные или «исцеляющие» в контексте группы. В отличие от них, у менее физически и поведенчески благополучных индивидов тенденция к переживанию психодинамических изменений, по-видимому, ниже (см. таблицу 5), а потому они реже оказываются готовыми пережить опыт «исцеления». Что касается связи цветового выбора с отчетами о достигнутом исцелении, то она, по данным нашего исследования, не столь очевидна.

## **Заключение**

Литература на тему ритуального целительства свидетельствует о том, что оно может быть действенным в решении определенных психосоциальных и психосоматических проблем, включая экзистенциальные проблемы, проблемы соматизации стрессовых воздействий, адаптации к хроническим заболеваниям и состоянию нетрудоспособности (Bourguignon, 1976; Garrison, 1974; Galanter, 1980; Kleinmann, 1980; Ness, 1980; Finkler, 1985; Glik, 1986; Griffith et al., 1986). Изложенные в этой статье результаты исследований свидетельствуют о различных эффектах, связанных с переживанием измененных состояний сознания, но не с психологическими изменениями. Эти результаты также показывают, что эмпирическое изучение эффектов исцеления должно строиться на серьезной в концептуальном и методологическом отношении основе. Оно должно охватывать достаточно большие группы испытуемых, а для их обследования должны использоваться валидные инструменты оценки, способные зафиксировать возможные изменения.

Подытоживая, можно заявить о том, что, несмотря на существование разных подходов к лечению заболеваний и практик оздоровления, сакральные системы целительства, действующие в контексте группы и основанные на ритуальных практиках (Alland, 1962; Ness, 1980; Kleinmann; 1980; Moerman, 1983), могут способствовать облегчению психического состояния их участников и предоставлять им средства интерпретации «феноменов исцеления» (Frank, 1973; Lex, 1979). Не пытаясь анализировать в данной публикации природу этих феноменов с точки зрения их связи с регрессивными (O'Keete, 1982) или транс-

- 135 -

формационными процессами (Wilber, 1983), результаты исследования позволяют предполагать их связь с состояниями сознания и стилями переработки информации. Полученные данные свидетельствуют, что переживаемое в контексте ритуальных групповых действий «исцеление» имеет существенные отличия от тех процессов исцеления, которые имеют место в контексте психологических или медицинских воздействий.

- 136 -

## ПОСЛЕСЛОВИЕ

### *Джоанна Келлогг (Joan Kellogg)*

Всякая мандала является продуктом индивидуального творчества, создаваемым в определенное время и в определенном месте. Поэтому она всегда уникальна и не может быть в точности повторена. Проблемы, радости, тревоги, аффекты, физическое состояние организма и многое другое — все это находит свое отражение в мандале, которая может рассматриваться в качестве голограммы. Большинство людей, несмотря на отсутствие у них опыта предшествующей изобразительной деятельности, достаточно легко создают абстрактные композиции; в некоторых случаях мандалы имеют конкретный характер, то есть включают изображения реальных объектов (людей, животных, растений и т. д.). Можно предполагать, что два типа мандал, связанных с абстрактными и конкретными изображениями, в определенной мере отражают особенности мышления: в случае преобладания абстрактного мышления над конкретным мандалы имеют отвлеченный, геометрический характер, в случае преобладания конкретного мышления — более реалистический, фигуративный характер. В последнем случае, однако, следует исключить органическое поражение головного мозга, тяжелое соматическое заболевание и иные факторы.

Тринадцать стадий с соответствующими им архетипическими формами в сочетании с определенными цветовыми признаками могут служить общим руководством к интерпретации мандал. В то же время любая мандала, будучи уникальным продуктом индивидуального творчества, выходит за рамки любых общих моделей интерпретации. Создаваемые регулярно, мандалы могут отражать эффекты различных психотерапевтических интервенций и форм лечения.

Что касается моего личного процесса, то я испытываю по поводу публикации данного материала противоречивые чувства. Я смогла преодолеть пятую стадию с характерными для нее паранойяльными установками в отношении использования результатов моего труда дру-

- 137 -

гими людьми. Сейчас я нахожусь на шестой стадии — стадии парадоксов и амбивалентности. Передача знаний и опыта другим порой столь же болезненна, как и роды. Несмотря на опасения по поводу того, как другие распорядятся твоим «детисцем», оно должно появиться на свет и стать достоянием других. Если мы верим в мудрость разделенного знания и не пытаемся сохранить его в руках узкого круга «избранных», нам следует предоставлять другим свободный доступ к научной информации. Поэтому мне предстоит вскоре переход на седьмую стадию — стадию ответственного отношения к психологическим знаниям и опыту искусства и веры в то, что другие будут с пониманием и тактом пользоваться созданным тобой инструментом. Прошу читателей извинить меня за недостаточную ясность изложения материала. Мне было действительно трудно облечь свои мысли в слова. Я буду приветствовать любые попытки обмена опытом использования мандал. Какую стадию выберете вы? Их тринадцать, и мы не должны останавливаться на достигнутом. Жизнь заставляет камни катиться под нашими ногами, и обмен опытом требует большой самоотдачи. В любом случае, он заставляет нас идти дальше.

### **Приложение 1. Инструкция по Созданию мандал**

Возьмите лист размером 12 на 18 дюймов (30 на 45 см) и тарелку 10-11 дюймов (27 см) в диаметре и обведите ее простым карандашом. Отложите карандаш.

Возьмите цветной пастельный мелок и нарисуйте что-нибудь в центре круга, выбрав тот цвет, который в наибольшей степени приятен вам в данный момент. Сфокусируйте внимание на нарисованной вами форме и подумайте, какое следующее действие она вам подсказывает. Важно получить от этой работы удовольствие.

Внешние границы круга не должны являться для вас непреодолимым препятствием. Если вы хотите выйти за их пределы, вы можете это сделать — это ваш круг.

Когда вы закончите рисовать, подпишите рисунок и поставьте дату, а также укажите, где находится верхняя часть изображения.

- 138 -

## Приложение 2. Авторская программа базовой подготовки в области арт-терапии и других направлений терапии творчеством

### Руководитель программы А. И. Копытин

*1-й уровень.* Общий обзор современной арт-терапии и ее отдельных форм и направлений.

Диагностический и психотерапевтический инструмент мандала. Метод направленной визуализации в сочетании с изобразительной работой. Арт-терапевтическая работа со сновидениями.

*2-й уровень.* Психология цвета и формы. Психологические концепции цвета. Арт-терапевтические техники работы с цветом. Подходы к интерпретации цвета и формы. Интерактивные арт-терапевтические техники. Анализ групповой динамики в процессе интерактивной групповой арт-терапии.

*3-й уровень.* Арт-терапевтическая работа с детьми и подростками. Мультимодальные арт-терапевтические техники. Сочетание художественной экспрессии с движением и танцем, музыкальным исполнением, драматической формой. Различные варианты песочной терапии. Арт-терапевтическая работа с психосоматическими расстройствами.

*4-й уровень.* Арт-терапия в работе с психиатрическими пациентами, пожилыми и престарелыми, пациентами с тяжелыми соматическими заболеваниями, беременными. Современная подростковая арт-терапия. Рисуночный тест Сильвер для оценки когнитивной и эмоциональной сфер. Теория и практика драматерапии. Освоение драматерапевтических техник, а также методов оценки драматического опыта человека. Перформанс и инсталляция в арт-терапии.

*5-й уровень.* Арт-терапия в работе с зависимостями (алкоголизм, наркомания, табакокурение и т. д.). Арт-терапия в решении гендерных вопросов (взаимоотношения полов, сексуальная идентичность и т. д.). Арт-терапия в решении проблем, связанных с действием культурного фактора: работа с мигрантами и беженцами, исследование культурной идентичности, преодоление состояния «культурного шока». Работа с природными материалами и объектами, «ландшафтный театр» и т. д. Фототерапия.

Программа проводится регулярно на базе Института практической психологии «Иматон» (Санкт-Петербург, Московский пр., 19).

Получить дополнительную информацию о программе можно по телефонам: (812) 320 7154, (812) 315 1127

По окончании обучения выдается свидетельство о повышении квалификации

### Выездные программы

Арт-терапевтическая ассоциация принимает заявки на проведение выездных учебных программ в любом регионе Российской Федерации и за рубежом (в объеме от 40 до 200 часов), согласно тематике базового курса подготовки в области арт-терапии. Содержание программы и объем часов определяются совместно с заказчиком.

Адрес для направления заявок и предложений: 190000 Санкт-Петербург, а/я 87, Арт-терапевтическая ассоциация, А. И. Копытину

## ЛИТЕРАТУРА

- Alland, A. (1961). «Possession» in a revivalistic Negro church // J. for the Scientific Study of Religion. 1: 204-213.
- Belloc, Nedra B., Lester Breslow, and Joseph R. Hochstim. (1971). Measurement of Physical Health in a General Population.
- Bird, Frederick and Bill Reiner. (1982). Participation Rates in New Religions and Para-Religious Movements // J. for the Scientific Study of Religion. 21: 1-14.
- Bonny, H. L. (1980). The role of taped music programs in the GIM process. Theory and Products. Baltimore, MD: JCM Book.
- Bourguignon, Erika (1976). The effectiveness of religious healing movements: a review of recent literature // Transcultural Psychiatry Research Review. 13, 5-21.
- Bush, Carol (1988). Dreams, mandalas, and music imagery: therapeutic uses in case study // The Arts in Psychotherapy. 15: 219-225.
- Campbell, Angus, Phillip E. Converse, and Willard Rogers. (1976). The Quality of American Life. New York: Russell Sage Foundation.

- Csordas, T. (1983). The rhetorical transformation in nature healing // *Culture, Medicine, and Psychiatry*. 7: 333-375.
- Derogatis, Léonard and Melisateros, N. (1983). The Brief Symptom Inventory: An Introductory Report. *Psychological Medicine* 13:595-605.
- Dileo, F., Grof, S., and Kellogg, J. (1977). The use of a mind-revealing drug (D.P.T.), music, and mandalas in psychotherapy: a case présentation. In *Proceedings of the Conférence of the American Art Therapy Association*, (pp. 78-86). Virginia Beach, Virginia.
- Durkheim, Emile, [1912] (1961). *The Elementary Forms of the Religious Life*. (Trans, by J. W. Swain). New York: Collier.
- Easthope, Gary (1985). 3 Marginal Healers. In Jones, Kenneth (ed) *Sickness and Sectarianism*, London: Gower.
- Ellwood, Robert A. (1979). *Alternative Altars: Unconventional and Eastern Spirituality in America*. Chicago: University of Chicago Press.
- Fichier, Joseph H. (1975). *The Catholic Cuit of thé Paraclete*. New York: Sheed & Warrd, Inc. .
- Finkler, Kasa (1980-81). Non-medical treatments and their outcomes, (Part 1 & 2) *Culture, Medicine, and Psychiatry*. 4, 271-310, 5, 65-103.
- Finkler, Kaja (1985) The social conséquences of wellness: a view of healing outcomes from micro and macro perspectives // *International J. of Health Services*. 16, 627-642.
- Fischer, Roland (1975). Transformations of consciousness: a cartography II. The perception-méditation continuum. *Confina Psychiatrica*. 18: 221-244.
- Fischer, Roland (1976). Transformations of consciousness: A cartography. The perception-hallucination continuum. *Confina Psychiatrica*. 19: 1-23.
- Frank, Jerome (1973). *Persuasion and Healing*. Baltimore, Maryland: The John Hopkins University Press.
- Galanter, M. and Buckley, P. (1978). Evangelical religions and meditation: psychotherapeutic effects // *J. of Nervous and Mental Disease*. 166 (10): 685-691.
- Garrison, Vivian (1974). Sectarianism and psychosocial adjustment: a controlled comparison of Puerto Rican pentecostals and catholics. In Zaretsky and Leone (eds) *Religious Movements in Contemporary America*, Princeton: Princeton University Press.
- Glik, Deborah C. (1986). Psychosocial Wellness Among Participants in Spiritual Healing Groups: A Comparison Groups Survey // *Social Science and Medicine*. 22 (5): 579-586.
- Glik, Deborah C. (1988). Social, symbolic, and ritual dynamics of spiritual healing groups // *Social Science and Medicine* forthcoming.
- Glik, Deborah C. (1990a). Participation in Spiritual Healing, Religiosity, and Mental Health // *Sociological Inquiry*. 60 (2): 158-176.
- Glik, Deborah C. (1990b). The redéfinition of the situation: the social construction of spiritual healing experiences // *Sociology of Health & Illness*. 12 (2): 151-168.
- Griffith, E. E. H., Mahy, G. E., and Young, J. L. (1986). Psychological benefits of spiritual Baptist «Mouming»: An Empirical Assessment. *Am. Journal of Psychiatry* 143: 226-229.
- Idler, Ellen L. (1987). Religious Involvement and thé Health of the Elderly: Some Hypothèses and An Initial Test // *Social Forces*. 66: 226-238.
- James, William C. (1902). *The Varieties of Religious Expérience*. New York: Longmans, Green, and Company.
- Jung, C. G. (1933). *Modem Manin Search of a SouÛl*. New York: Harcourt, Braee, and Johanovich.
- Jung, C. G. (1963). *Memories, dreams, reflections*. New York: Vintage.
- Kiev, Ari (Ed.) (1964). *Magic. Faith and Healing*. New York: The Free Press.
- Kellogg, J. (1978). *Mandata. Path of Beauty*. Mandata Assessment and Research Institute, Baltimore, Maryland.
- Kellogg, J. (1986). *Color Theory from the Perspective of thé Gréât -Round of Mandata*. Presented at Color Panel American Art Therapy Conférence. Los Angeles, Galifornia. November 15, 1986.
- Kleinraan, Arthur (1980). *Patients and Healers in thé Context of Culture*. Berkeley, Calif: University of California Press.
- Kleinmann, Arthur and Liliás H. Sung (1979). Why do Indigenous Practitionérs Successfully Heal? // *Social Science and Medicine*. 13 (B), 7-26.
- Levin, J. and Corell, J. (1986). New Age healing in the U.S. // *Social Science and Medicine*. 23 (9): 889-897.
- Lex, Barbara W. (1979). The neurobiology of ritual trance. In *The Spectrum of Ritual: A Biogenetic Structural Analysis*. New York: Columbia University Press.
- Ludwig, A. M. (1968). Altered states of consciousness. In *Trance and Possession States*. R. Prince, ed. Montreal, R. M. Bucke Memorial Society.
- Macrae, M. (1980). *Mandala Therapy*. In *The Psychotherapy Handbook*. R. Herink, ed. (pp. 362-364) New York: Meridian Press.
- Maslow, Abraham (1968). *Toward a Psychology of Being*. (2nd Ed.) New York: D. Van Nostrand.
- McGuire, Meredith. (1983). Words of Power: Personal Empowerment and Healing. *Culture, Medicine and Psychiatry*. 7:221-240.
- McGuire, M. (1988). *Ritual Healing in Suburban America*. New Brunswick, New Jersey: Rutgers University Press.
- Moerman, Daniel H. *The Anthropology of Symbolic Healing* // *Medical Anthropology Quarterly*. 20 (1):59-80.
- Ness, Robert C. (1980). The impact of indigenous healing activity — an empirical study of two Fundamentalist churches // *Social Science and Medicine*. 148: 167-180.
- O'Keefe, Daniel (1982). *Stolen Lightning: The Social Theory of Magic*. New York: Vintage Books.
- Pattison, E. M., Lapins, A. L. and Doerr, H. A. (1973). Faith Healing: A study of persoqality and function // *J. of Nervous and Mental Disease*. 157: 394-409.
- Peacock, James (1984). Symbolic and psychological anthropology: thé case of pentecostal faith healing. *Ethos*. 12(1), 37-53.
- Peterson, Larry R. and Anita Roy. (1985). Religiosity, Anxiety, and Meaning and Purpose: Religion's Conséquences for Psychological Well-Being. *Review of Religious Research* 27: 49-62.

- Skultans, Vieda Empathy and Healing. In Landon, J.B. (ed) Social Anthropology and Medicine, New York: Academy Press.
- Sneck, William. (1981). Charismatic Spiritual Gifts: A Phenomenological Analysis. Washington, DC: University Press of America.
- Stack, Stephen. (1983). The Effect of Religious Commitment on Suicide // J. of Health and Social Behavior. 24:362-374.
- Wallis, Roy and Peter Morley (1976). Marginal Medicine. New York: Free Press.
- Westley, Frances. (1983). The Complex Forms of the Religious Life: A Durkheimian View of New Religious Movements. Chico, California: Scholars Press.
- Wilber, Ken (1983). A Sociable God. Boulder, Colorado: Shambala.
- Witter, Robert A., William A, Stock, Morris A. Okun, and Marilyn J. Haring. (1985). Religion and Subjective Well-being in Adulthood: A Quantitative Synthesis. Review of Religious Research. 26:332-342.