

Предисловие

Жорж Сименон, создатель знаменитого сыщика Мегре, дал мне точку опоры, когда я собирался разделить с другими свою борьбу с «теневогой» темой стыда. Понимание пришло, когда я прочел следующее:

Каждый имеет теневую сторону, которой он более или менее стыдится. Но когда я вижу кого-то похожего на меня, имеющего те же симптомы, тот же стыд и ту же внутреннюю борьбу, то говорю себе, что я не одинок, я не чудовище.

Так Сименон, тонкий психолог и непревзойденный автор неопределенности, помог мне увидеть, что книга о стыде могла бы стать даже чем-то вроде «психотерапии» — не только для автора, как это обычно происходит, но, возможно, и для читателей. Сегодня я скептически отношусь к книгам, которые заманчиво обещают читателям сделать их счастливее, здоровее и мудрее. Такие достижения требуют реальной психотерапии, которая предполагает встречу двух людей во плоти. Все же, читая строчки Сименона, мне показалось, что индивидуумы, мучающиеся от стыда, смогли бы получить некоторое облегчение, слушая про других, кто страдает похожими муками, или укрепить свой дух, зная, что они не одни такие. Конечно, желание скрыть свой стыд — и тот факт, что вы стыдитесь — является универсальной человеческой характеристикой. Стыд заставляет нас желать провалиться сквозь пол, забиться в угол и умереть. В эти моменты мы действительно одиноки.

Меня долго удивляло, почему так мало написано на тему стыда с точки зрения глубинной психологии. Хультберг высказал подобное недоумение в 1988 году в выразительно озаглавленном эссе «Стыд: спрятанная эмоция». Но при более подробном исследовании я обнаружил, что существует ряд относящихся к теме публикаций на английском языке, осо-

бенно в США. Они представляют для меня большой интерес и стоят упоминания в моей библиографии (Kaufmann, 1989; Lynd, 1961; Tomkins, 1987; Lewis, 1971, 1987a, 1987b; Miller, 1985; Nathanson, 1987; Izard, 1977; Sidoli, 1988; Wharton, 1990 и др.). Психоаналитическая монография Леона Вурмсера, озаглавленная «Маска стыда» (1981) требует отдельного упоминания. В ней много глубоких и тонких прозрений, и я весьма рекомендовал бы ее всякому, кто знаком с психоаналитической терминологией и теорией.

Однако, по моим сведениям ни одной книги подобной той, что я здесь представляю, еще не существует. В ее написании я позволил себе руководствоваться своими собственными субъективными проблемами — моим «личным уравнением». Так как только представляя то, что значимо для тебя, можно разговаривать с другими убедительно и уверенно.

В течение многих лет практики в качестве психотерапевта и юнгианского аналитика я понял, что стыд занимает центральное место в нашем эмоциональном опыте. Я часто обдумывал статус стыда в ткани нашей психологической экзистенции как целого. Я наблюдал различные эмоциональные нюансы стыда в себе, своих друзьях и в клиентах, сам страдал от них — или, помещая себя на место других, эмпатически сострадал — прежде, чем я собрался проанализировать их и найти им место в психологической структуре. Естественно, я также прочитал и был вдохновлен работами различных специалистов. В настоящей книге, однако, я собираюсь упомянуть только те точки зрения, которые наиболее лично и профессионально значимы для меня.

Стыд имеет множество вариаций — это целая семья аффектов, которая включает в себя не только чувство неполноценности и унижения, но также застенчивость, зажатость, стеснительность и так далее. Для подверженного стыду человека не всегда очевидно, что его различные чувства являются вариациями единственной эмоции — стыда. Кроме острого переживания стыда, с которым этот человек иден-

тифицируется, существуют смущающие переживания, которые вызывают чувство беспокойства. Я назвал это явление «тревогой стыда», или беспокойством, связанным со стыдом, и обозначил им страх быть пристыженным за собственную вину, собственную небрежность, попадание в неловкую ситуацию, или «слишком строгий подход» к другим. Я считаю, что эти вариации стыда встречаются чаще всего, как в повседневной жизни, так и в практике психотерапии. Вот почему я придал беспокойству, связанному со стыдом, такое центральное место в моих размышлениях.

Стыд сложным образом связан с социальным контекстом. Он вращается вокруг вопроса, какого уважения я заслуживаю в глазах других людей, и каково их воздействие на мое ощущение ценности себя как человека. Чем больше я сомневаюсь в своей собственной ценности, тем более важным становится мнение окружающих, и тем более чувствительным я буду к малейшему намеку на отвержение. Таким образом я пришел к мнению, что главной причиной стыдливости является недостаток уверенности в себе и самоуважения. Любая психотерапия, занимающаяся этой склонностью к стыду, должна начинаться с работы над недостатком самооценки.

Придя к этому пониманию, я обнаружил, что должен снова поставить себя перед сложным вопросом о самоуважении и его истоках. Здесь мой интерес сместился главным образом к полю современных исследований младенчества, которые доказали, что существует связь между нынешней самооценкой и ощущением ценности себя, вынесенным из нашего детского окружения в прошлом. Различные формы взаимодействия матери и ребенка, так замечательно описанные в литературе по исследованию младенчества, напоминали мне происходящее с моими анализируемыми. Я понял, что следует поучиться из исследований младенчества тому, как вести себя в терапевтическом диалоге с людьми, страдающими от нарушенной самооценки. Я хотел бы тепло поблагодарить Мисс Лотту Кехлер из Мюнхена, которая

привлекла мое внимание к этим исследованиям — особенно к работе Даниила Стерна.

О моем способе изложения: как юнгианский аналитик, я разделяю точку зрения Юнга, что наука о психике никогда не сможет достаточно полно охватить калейдоскопическое богатство и сложность живой души. Никакое психологическое утверждение никогда не сможет дотянуться до этой сложности. Естественно, я приложил все усилия, чтобы быть, насколько возможно, ясным и конкретным. Но ради психологической правды, я довольно часто пытался прибегнуть к таким квалифицирующим выражениям как «может быть», «возможно», «вероятно», «часто» и «мне кажется». Для многих обсуждаемых психических конфигураций «может быть», «при других обстоятельствах» и в «определенных ситуациях» будут совершенно различны или различным образом истолкованы. В добавление, для того, чтобы не перегружать текст, я принял слегка старомодное решение: употребляя выражения в мужском роде, я часто адресуюсь к персонам обоих полов одновременно. Для меня это настолько естественное предположение, что мне не кажется необходимым напоминать о нем читателю всякий раз. Следовательно, я надеюсь, что не буду обвинен в патриархальных предрассудках за скатывание к произнесению «он» и «его», когда ссылаюсь на индивидуумов вообще.

Мне еще остается выразить свою благодарность: Дэвиду Стоунстриту, издателю из «Routledge» за вдохновение на английскую версию этой книги; Дугласу Уитчеру за искренние усилия и сотрудничество в переводе текста, и Сюзан С. Роберте, которая своими редакторскими навыками довела текст до ясного и свободного английского письменного стиля. Далее я хочу адресовать искреннюю благодарность своим анализируемым. Не имея возможности поучиться у них, я не смог бы написать книгу, подобную этой. Я особенно благодарен тем, кто дал мне разрешение описать виньетки из их терапевтических сессий, опуская все несущественные данные, чтобы сохранить анонимность. Спасибо также

моей жене Дорис Якоби-Жуйе за ее неоценимую помощь. Придерживаясь духа этой книги, я преодолел свой ложный стыд, чтобы высказать мою личную признательность ей публично.

Так что, принимая в расчет утверждение Сименона, я надеюсь всеми этими средствами передать читателям мое понимание того, как переживаются стыд и беспокойство, связанное со стыдом, с чем они связаны, и как с ними можно работать в психотерапии.

Глава 1. Феноменология стыда и тревоги стыда

Разница между стыдом и виной

Я начну с предположения, что оба эти ощущения — стыд и вина присущи всем людям и архетипически заложены в человеке, но не так то легко отличить одно от другого. Они имеют тенденцию появляться одновременно, и мы определяем по опыту, как интерпретировать возникшее чувство, как чувство стыда или вины. Вот простая и знакомая аналогия, которая поможет нам отличить одно от другого. Чувство вины дает мне ощущение, что я плохой человек, потому что я что-то сделал — или возможно только задумал сделать — то, что Марио Якоби делать нельзя. Но я могу почувствовать подобный дискомфорт, даже когда не сделал что-то, что был обязан сделать. Чувство вины происходит от этических или моральных норм, называемых в философской этике «непреложными законами» (should-laws). Можно проследить, что английский глагол *should* происходит от среднеанглийских слов *scholden*, *schulde*, *scholde*, *shulde* и англосаксонских *scolde*, *sceolde*, означающих «я обязан» (см. словарь Уэбстера, 1990). Таким образом, я остаюсь в долгу перед некоторыми правилами («should»), выполнение которых принято считать «добром». Это поднимает сложный вопрос о добре и зле, решение которого находится на уровне человеческой совести или интрапсихического авторитета, ответственного за соблюдение этих критериев.

Чем это отличается от проявлений стыда? При определенной интенсивности стыд охватывает нас с головы до пят, заставляет чувствовать полную собственную никчемность, иногда даже в тех случаях, когда мы ничего плохого и не делали.

Интересно опять заглянуть в этимологию. Этимологические изыскания обычно представляют огромный психологический интерес, они рождают определенные ассоциации, которые могут быть полезны при психологических интерпретациях. Этимологи связывают современное английское слово «shame» (стыд) с индо-германским корнем kam/kem, означающим «покрывать, прикрывать». Идея прикрывать себя каким-либо одеянием длительное время казалась основной составляющей понятия «стыд» (Wurmser, 1981:29).

Позже, слово «стыд» (срам) использовалось при обозначении половых органов — «тайных мест». Стыд также был связан с позором и часто использовался в литературе, например, Шекспиром для обозначения бесчестия:

*Но беды настигли мой титул,
С позором втоптал меня в грязь.*

Когда кто-то опозорен, потеряв свою честь, он унижен, отмеченный клеймом позора. Джейн Остин писала, что «позор никогда не стереть», а Шелли о «клейме бесчестья» (the brand of infamy). Определенно, что в некоторые времена слово стыд ассоциировалось с дискредитацией, унижением, потерей общественного положения.

Как я уже сказал, существует много общего между стыдом и виной. Понятие вины дает возможность пристыдить виноватого, засадить его в позорную яму и заклеить позором. Но что же все-таки особенного в понятии «стыд», который не всегда является реакцией на неэтичное поведение? Ведь кому-то может быть стыдно за свою рыжую шевелюру, кому-то за свой чересчур низкий или высокий рост или за свою тучность. Преступное деяние или бездействие — это еще не все, что может вызывать презрение общества. Например, принадлежность к определенному кругу людей или семье, также может спровоцировать чувство неполноценности. Таким образом, чувство стыда возникает в зависимости от моего оценивания всего своей жизни или самого себя, или, что более точно, насколько они обесцениваются в

моих глазах, причем не столько от мнения других, сколько от моего собственного.

Чувство вины появляется, когда я являюсь причиной чего-либо несчастья или нарушаю какие-то общепринятые нормы. Но в тоже время мне одинаково стыдно за мое неэтичное поведение, за мою тучность или избыточный вес. В любом случае, чувство стыда всегда ведет за собой потерю самоуважения, тогда как кто-то виноватый может все же надеяться на исправление своей ошибки.

При ближайшем рассмотрении можно обнаружить, что чувство стыда часто ранит гораздо глубже, чем чувство вины. Таким образом, чувство вины может служить в качестве своего рода защиты против стыда. Например, когда кто-то брошен своей любимой, то здесь помимо раны, связанной с утратой, присутствует и болезненная потеря самоуважения от нанесенного поражения. Боль можно облегчить, занявшись поиском каких-то глубоких причин, приведших к разрыву. Это сделать проще, чем думать, что ты был просто недостаточно привлекателен или сексуален. Если человек не склонен избегать этой боли, обвиняя в разрыве другую сторону, он предпочтет размышлять над теми случаями, когда был виноват перед любимым человеком (причинил боль, отвергал, был равнодушен). Покаяние в своих проступках поддерживает в нем надежду, что ошибки могут быть исправлены, а в последствии прощены. Но само ощущение, что он может быть недостойн любви, ранит куда сильнее. Это может быть одной из причин того, что мы слышим о вине, гораздо чаще, чем о стыде.

Кто-то вообще может отрицать свое чувство вины (или саму вину), сам обвиняя кого-либо во всех смертных грехах или принимая позу «борца за свои права», таким образом защищаясь от обвинений. Однако есть случаи, когда чувство стыда служит защитой от обвинений, особенно когда виноватый может понести наказание. В этом случае, он не берет ответственности за те действия, которые повлекли за собой всплеск чувства вины, он просто вязнет в трясине

угрызений совести. Такая «покаянная поза» позволяет ему страдать, но не отвечать за свои поступки, а его оппонент вынужден поумерить свой праведный пыл. Тот же, кто все еще жаждет наказания виновной стороны, сам почувствует себя виноватым, если будет упорствовать в преследовании столь смиренно кающегося грешника. Такое поведение часто бессознательно разыгрывается как невротическая форма защиты. Классическим примером такой политики могут служить демонстративные угрызения совести Насера, после поражения Египта в шестидневной войне. Президент так искренне и долго убивался по поводу своей вины, что сумел вновь полностью завоевать сердца своих сограждан.

Как я уже говорил, чувство стыда возникает, когда наше самоуважение находится под сомнением или атаковано либо снаружи, либо изнутри. У каждого из нас есть внутри так называемый «эго-идеал» — частично сознательный образ того, как мы хотим, чтобы нас воспринимали. Чем выше требования совершенства этого эго-идеала, тем легче стать жертвой чувства неполноценности и стыда.

Это затрагивает проблему, которая будет обсуждаться позднее. Сейчас давайте подведем следующие итоги: в чувстве стыда узнаются до боли знакомые требования нашего эго-идеала, в то время как сигналы чувства вины исходят из нашей совести — так называемого «Суперэго». Стыд связан с фантазией, что я буду подвергнут унижению, что меня осмеют другие или я сам. В основе же чувства вины убеждение, что я совершил что-то неправильное.

В дополнение к этим рассуждениям о стыде и чувстве вины можно привести такое эмоциональное состояние, когда эти две эмоции входят в конфликт друг с другом. Например, я вспоминаю о молодом человеке, все сексуальное поведение которого окрашено темой вины и греха. Его проблема заключалась в неспособности достичь оргазма во время сексуального контакта. В результате он стал избегать всех возможных форм интимных отношений. Выяснилось, что истоки его проблемы были связаны со сложными отношениями

с чересчур ханжески настроенной матерью. Однако к психотерапевту его привел симптом покраснения от стыда и смущения. Каждый раз, когда его друзья студенты начинали говорить на темы сексуальных отношений, ему приходилось преодолевать страх, связанный с сильной стыдливостью. Анализ показал, что за этой стыдливостью скрывались два противоречивых, мучительных чувства. Во-первых, он боялся, что все по его разговору будут подозревать, что он сексуально озабоченный человек, хотя на самом деле ему было неудобно обсуждать эту тему, и внутри себя он не одобрял такие разговоры, так же как и его мать. В то же самое время, он боялся, что может открыться его мужское половое бессилие. Затем у него появлялся страх покраснеть от стыда, который и представлял его проблему.

В его симптоме был воплощен следующий конфликт: в соответствии со строгими, религиозными представлениями его матери, половые акты и сексуальные фантазии являлись греховными. Если он нарушал ее священное правило, запрещающее секс, он грешил. Если он подчинялся ее порядкам, он не только подавлял часть своей плотской энергии, ему становилось стыдно, что он хуже других мужчин, находящихся вокруг него.

Вюрсмсер описывал дилемму «вина-стыд» (1988: 288), возникающую, когда человек чувствуют вину за отделение от своих родителей и от их частично интернализированных внутренних заповедей — даже если такое отделение необходимо для дальнейшего развития его личности. Вместо тех ощущений, которые мы обычно связываем с самостоятельностью и отделением от родителей, такой человек чувствует себя слабым, зависимым и бессильным что-либо изменить. Эти ощущения неполноценности, неподготовленности к жизни, являются причиной стыда не только перед другими людьми, но и перед самим собой. Вюрсмсер считал, что вина и стыд прямо противоположные понятия. Вина — это реакция на силу и мощь, стыд — на слабость и бессилие.

Так в вышеприведенном примере, человек, который страдал от приступов покраснения, мучился от вины всякий раз, когда начинал внутренне укрепляться как личность и переставал следовать материнским установкам. Когда подобное чувство вины угрожало стабильности его эго, он снова чувствовал бессилие и стыдился этой слабости.

Этот пример подводит нас к теме эмоциональных нарушений, которую мы будем рассматривать далее. Здесь же я пытался поделиться некоторыми размышлениями на тему различий между чувствами стыда и вины.

Тревога и стыд

Тревога также играет большую роль в связи с чувством стыда, когда речь идет о страхе совершить глупость или попасть в неловкое положение. Хотя Фрейд и не предлагал четко разработанной теории стыда, его глубоко интересовали психологические предпосылки чувства вины. В его понимании, чувство вины было частью морального беспокойства, вызываемого совестью, «Суперэго» (Freud, 1923). Таким образом, чувство тревоги есть основное, главенствующее переживание, а чувства вины и стыда — его производные. Вина и стыд являются аспектами многостороннего феномена тревоги.

Что такое тревога? Насколько мы можем судить, тревога — изобретение природы, цель которого защитить жизнь. Мы не можем определить, знает или нет муха чувство тревоги, но когда мы настигаем надоедливую домашнюю муху, намереваясь прибить ее, она будет предпринимать естественные попытки спастись, ведя себя так, как будто ей ведом страх. У нас может даже появиться сострадание. Вероятно, именно из-за подобной проективной эмпатии и связанной с ней тревоги, некоторые люди не могут обидеть и блоху. Во всяком случае можно утверждать, что муха обладает врожденным инстинктом самосохранения, проявления которого у человека связаны с чувством тревоги. Тревога — это эмо-

ция на пороге между жизнью и смертью. Как часто люди, которые находятся в подавленном состоянии или устали от жизни, говорят, что с удовольствием покончили бы с ней, если бы не так боялись это сделать.

Но функция человеческой тревоги состоит не только в том, чтобы обеспечивать наше конкретное, физическое выживание; она также возникает при угрозе для автономии эго и опасности потери самоконтроля. Дикие животные демонстрируют поведение, которое мы истолковываем как ответную реакцию тревоги (т. е. бегство) только в случае угрозы физического уничтожения. В отличие от животных, люди обладают способностью заранее предугадывать широкий спектр неприятных ситуаций, т. к. внутреннее чутье подсказывает нам, как бороться с неопределенностью будущего. Давным-давно, Аристотель определил тревогу как «недовольство или беспокойство, которое возникает от мысли о предстоящей, всеразрушающей неудаче, или о болезни, причиняющей дискомфорт» (проецировано в Blaser and Poeldinger, 1967:12). В конечном счете, тревога связана с осознанием нашей уязвимости перед всеми видами неизвестного и неизбежным в жизни риском. Мы изобрели индивидуальные и коллективные методы самозащиты от такого риска, включающие меры страхования себя от болезни, старости, безработицы и несчастных случаев. Несомненно, прав психиатр Курт Шнайдер, сделавший следующее наблюдение:

«Изучая природу человеческого бытия, мы скорее нуждаемся в объяснении фактов отсутствия тревоги, чем случаев, когда она овладевает людьми». (Schneider, 1959:28)

Был бы законным вопрос, не основана ли наша культура, включая обе ее стороны, темную и светлую, по большей части на попытке справиться с тревогой, предпринимая какую-нибудь деятельность.

Чувство стыда может качественно отличаться от тревоги, но его также можно рассматривать как особенную форму тревоги. Заметьте, что тревога присутствует всякий раз, когда мы думаем о какой-нибудь ситуации, порождающей чувство стыда. Например, в случаях тревоги перед экзаменом, волнения перед публикой, тревоги во время встречи с важными персонами, или некоторых формах тревоги по поводу сексуальных отношений. Это беспокойство связано с перспективой попадания в щекотливую ситуацию в ближайшем или отдаленном будущем.

В случае с предэкзаменационной тревогой ясно, что провал на экзамене может повлечь за собой нежелательные последствия для вашей дальнейшей карьеры. Но это только один аспект проблемы. Наряду с этой тревогой, приходит и страх выглядеть полным идиотом в случае неудачи на экзамене. На самом деле именно страх не оправдать собственных ожиданий, так же как и ожиданий своего учителя, очень часто ведет к болезненному очернению себя.

Но в основном, экзамены — это часть условий, которые должны быть обязательно выполнены; мы не рассматриваем их как возможность проявить себя. Куда хуже последствия страха перед публикой, аудиторией, который больно бьет по тем, кто желал бы оказаться в центре внимания. Лидеры групповых обсуждений, тамада за столом, актеры, музыканты, лекторы — все они подвержены убеждению, что заслуживают внимания публики. Когда этих людей постигает неудача, их дискомфорт вызван стыдом за неоправданно высокое мнение о себе, а также за то, что теперь это стало очевидным для всех.

Аналогичным образом тревога, связанная с импотенцией или фригидностью, болезненна не только из-за отсутствия сексуального удовлетворения, но и из-за чувства стыда за то, что партнер обнаружит ваш недостаток, или за то, что вы не чувствуете себя полноценным мужчиной или женщиной.

Дилемма тревоги стыда, таким образом, вращается вокруг вопроса: способен ли я оправдать ожидания других лю-

дей и свои собственные? Способен ли я успешно справиться с ролью учителя, начальника, любовника? Или я буду ошаманен и провалюсь с позором?

Страх стыда может также привести к реактивному образованию в виде чрезмерной застенчивости или зажатости. За таким робким характером скрывается тенденция стыдиться при всяком проявлении собственной неловкости. По возможности такие люди стараются избегать ситуаций, которые могут поставить их в неудобное положение. Они чувствуют, что лучше промолчать, чем рискнуть ляпнуть что-нибудь неуместное и вызвать тем самым осуждающие взгляды. Знаменитая латинская поговорка, которая гласит: «Если бы вы попридержали свой язык, то сошли бы за философа», — оправдывает такую форму защиты. Они боятся подставляться, выделяться из толпы, брать на себя инициативу, так как этими действиями рискуют обнаружить собственное невежество и потерять как уважение окружающих, так и самоуважение. В то же самое время им может быть неловко давать повод другим считать, что они задавлены как личность, которой нечего сказать, что они зарыли свои таланты в землю. Принимая это во внимание, такому человеку стыдно от своей неприметности, заброшенности, от ощущения себя как пустого места. Таким образом, развивается порочный круг: страх собственной ранимости и постыдной уязвимости порождает робость, а застенчивость и нерешительность порождают стыд.

Психологические исследования показывают, что в основании такой тревоги и бессилия часто лежит потребность быть замеченным, любимым, даже желанным. В этом могут особенно остро нуждаться все, кто в детстве сталкивался с разочарованием, отвержением, и насмешками. Таким образом, эта потребность может быть связана со старыми психическими травмами в той же степени, как и с постоянно наносимыми новыми. В то же самое время, это может бояться подобных потребностей, отвергать их, отрицая само их право на существование. Это означает, что это берет на

себя роль родительских фигур, которые первыми очернили эти потребности. Я говорю здесь о душевных страданиях, которые сегодня относят к категории «нарциссических расстройств». В следующей главе мы вернемся к этой теме.

Как стыд влияет на нас

До сих пор мы говорили о тревоге, связанной со стыдом, страхе оказаться в неудобном положении и о последствиях стыда. Главным образом само тревожное предчувствие провоцирует симптомы стыда в виде покраснения, дрожи, запинающейся речи, слабости и т. д.

Тревоги ограничивают нашу свободу и ослабляют нашу способность настраиваться в зависимости от требований той или иной ситуации. Они побуждают нас все время быть на стороже. Например, тревожные мысли об импотенции или фригидности отвлекают внимание от партнера. Итогом же будет дальнейшее ослабление сексуального влечения. Та же картина наблюдается, когда человек обеспокоен своим дурацким поведением, дрожащим голосом, трясущимися руками, хотя все это происходит непроизвольно. Ему становится неловко, он чувствует себя растерянным и скованным. Это может привести к острому чувству стыда, которое сродни падению в пропасть, а все окружающие, мнимые или реальные, как ему кажется, будут смотреть на его отчаяние и злорадно смеяться.

Большинство травматических событий, связанных с переживанием стыда, обычно случается в детстве, и часто привкус горечи от таких эмоциональных ран преследует человека всю его оставшуюся жизнь. Например, пятидесятипятилетнему мужчине очень не нравилась вишня. Это было связано с неприятным воспоминанием о несчастье, которое произошло с ним в десятилетнем возрасте, когда он ездил в школу, находившуюся далеко от дома. Его мама, не задумываясь, положила ему в дорогу вишенки, хотя было общеизвестно, что вишня в сочетании с водой из питьевого

фонтанчика часто приводит к поносу. На обратном пути в поезде, эта комбинация неожиданно дала о себе знать. Все имевшиеся в наличии туалеты были заняты в этот критический момент, и когда он метался от отчаяния в середине вагонного прохода, раздался характерный звук — произошло непоправимое. В ужасе он удалился в маленькую кабинку, освободившуюся в это время, и даже по прибытии поезда на конечную остановку ничто не могло заставить его выйти оттуда, ни злобный стук учителя в дверь, ни угрозы, ни просьбы, ни обещания. Наконец, его вытащил оттуда железнодорожный рабочий, который пришел с ключом и открыл туалет. И здесь ни у кого не нашлось ни сострадания к маленькому мальчику, ни какого-либо способа уберечь его от жуткого унижения. Целый класс ждал его выхода из поезда, и как только он появился, все набросились на него с криками «засранец» (вонючие портки, сраные портки). Когда он пришел в свой родной дом в действительно вонявших штанах, его мать немедленно разразилась оскорбительной, обвинительной речью, упирая на то, что он опозорил их семью и лишь затем, с презрением держа его за шкуру, швырнула в ванную. На следующий день он отказался идти в школу. Хотя учитель запретил всем одноклассникам произносить кличку «засранец», когда в классе раздавался смех, несчастному казалось, что одноклассники потешаются над его бедой. Вскоре он перешел в другую школу и смог подавить в себе эти грустные воспоминания. Но в глубине себя, он продолжал бояться, что кто-нибудь из новых одноклассников будет посвящен в тайну его позора, кем-то из прежнего класса. И по прошествии многих лет он продолжал считать себя «засранцем», нанося непоправимый ущерб своему чувству собственного достоинства. До настоящего момента эти воспоминания все еще вызывают в нем чувства унижения и стыда.

Другой сорокапятiletний мужчина не может забыть следующий позорный эпизод, который произошел с ним, когда ему было четырнадцать. Как сын «представителей выс-

шего общества» он посещал школу танцев, но неловкость на танцевальной площадке, привела к тому, что от него отказались все партнерши. В школе с ним училась светловолосая девушка, объект его мыслей и желаний. Однако у него не доставало храбрости взять и прямо заговорить с ней. Вместо этого он решил послать ей страстное любовное послание. Он долго не решался на этот шаг, не в силах преодолеть свою стеснительность, представляя себе, как она может громко рассмеяться, прочитав его. Мучений от таких переживаний было достаточно, чтобы погасить огонь его любви. Когда же, как и ожидалось, он не получил никакого ответа, он стал избегать любых контактов с ней. С этих пор все, что ему могло представиться о ней в фантазиях — была только ее насмешка. Тем не менее, он не прекратил своих периодических визитов к ее соседям в надежде мимолетом поймать ее взгляд. Но когда он издали увидел ее, смеющейся со своими подругами, он был абсолютно уверен, что они смеются над его письмом.

Оба, описанные мною, случая относятся к области, в которой человек наиболее чувствителен к стыду.

В первом случае тема контроля анальной зоны сделала стыд более острым благодаря воспитанию, придающему такое внимание чистоте как важному показателю социализации. Владение сфинктерными мускулами указывает на то, что ребенок достиг определенной степени самостоятельности; это повод для гордости. Потеря контроля, особенно на глазах у своих сверстников, означает регресс и невыносимое унижение. Можно сказать, что тот человек скатился не только до уровня младенца, но и превратился в «грязную свинью», в «засранца». Во втором случае, присутствуют первые юношеские эротические переживания и признание в своих любовных фантазиях. Как оказалось, для мальчика этого возраста описывать свои чувства в письме было слишком рискованным. Эротическая тема, в конце концов, обязательно провоцирует буквальное снятие покровов, «разоблачение» — что усиливает ощущение своей ранимости.

Конец ознакомительного фрагмента.
Приобрести книгу можно
в интернет-магазине
«Электронный универс»
e-Univers.ru