



Made with
TEXT

АЛХИМИЯ И ПСИХОЛОГИЯ

Татьяна Иванова

18+

Татьяна Иванова

АЛХИМИЯ И ПСИХОЛОГИЯ

<https://litres.ru/74182204>

SelfPub; 2026

Аннотация

Эта книга — проводник на пути от внутреннего хаоса к целостности. Опираясь на открытие Юнга, увидевшего в алхимии зашифрованную психологию бессознательного, автор проводит читателя через четыре стадии трансформации: от чёрной депрессии Nigredo к рождению подлинного «Я» в Rubedo.

Здесь нет абстрактной теории. Есть живой разговор о Тени, Аниме, Анимусе, о том, как отношения становятся алхимическим сосудом, а телесный симптом — посланием души. Есть практические техники: активное воображение, работа со сновидениями, дневниковые практики.

Для тех, кто чувствует, что кризис — не поломка, а приглашение стать собой.

Содержание

Глава	4
Конец ознакомительного фрагмента.	25

Татьяна Иванова

Алхимия и психология

Глава

Часть I. Пролог в лаборатории души.

«Алхимия — это не химия, приправленная мистикой. Это мистика, пережитая в образах химических превращений».

— Карл Густав Юнг

Глава 1. Почему алхимия говорит с нами сегодня?

1.1. Разочарование в плоском мире.

Современный человек живёт в мире, который ему объяснили до конца — и который от этого не стал понятнее. Нейробиология картирует эмоции, фармакология регулирует настроение, когнитивная психология предлагает протоколы работы с убеждениями. И всё же растёт тоска — смутное, неопредмеченное чувство, что при всём комфорте и эффективности утрачено что-то сущностное. Мы стали грамотными, но не стали мудрыми. Мы научились купировать симп-

томы, но разучились читать их смысл. Мы знаем, как работает мозг, но не знаем, куда движется душа.

Алхимия возвращается в интеллектуальное поле именно в такие эпохи — когда рационализм исчерпывает свою объяснительную силу, а человек вновь начинает спрашивать не «как?», а «зачем?» и «кто я?». Она предлагает язык, на котором душа говорит сама с собой, — язык символов, парадоксов, тёмных намёков и внезапных озарений.

1.2. Алхимия как «тенивая сестра» науки.

Школьный нарратив представляет алхимию как тупиковую ветвь познания, как смесь жадности (поиск золота) и невежества (вера в философский камень). Это не просто упрощение — это защитная реакция нововременного сознания, которое вытеснило всё, что не укладывается в субъект-объектную парадигму.

Однако если читать алхимические трактаты не как химические руководства, а как свидетельства внутреннего опыта, картина меняется радикально. Когда алхимик XIV века говорит: «Возьми чёрный свинец, разлагай его, пока он не станет белым лебедем, а затем накаляй, пока не явится красный феникс», — он описывает не столько реакции металлов, сколько этапы преображения собственной души, спроециро-

ванные на вещество.

1.3. Золото, которое нельзя положить в карман.

Истинной целью алхимии никогда не было получение обычного золота. В этом пункте сходятся и посвящённые традиции, и современная глубинная психология. *Aurum nostrum non est aurum vulgi* — «Наше золото — не золото толпы», повторяют трактаты снова и снова.

Что же это за золото? В психологических терминах — это достижение целостности, интеграция разрозненных, конфликтующих частей психики в единое, осмысленно функционирующее целое. Юнг назвал этот процесс индивидуацией, а её результат — Самостью. Алхимики называли его *Lapis Philosophorum*, Философским камнем, и говорили, что он способен исцелять болезни, превращать неблагородное в благородное и даровать долгую жизнь.

Все эти качества обретают точный психологический смысл:

- Исцеление болезней — разрешение невротических конфликтов, освобождение от власти комплексов;
- Превращение неблагородного в благородное — трансформация низших, теневых импульсов в творческую, осо-

знанную энергию;

· Долгая жизнь — не физическое бессмертие, а обретение такого качества бытия, при котором человек живёт полностью, не откладывая жизнь на потом, не прячась от неё за защиты Эго.

1.4. Кризис смысла как *Materia Prima*.

Каждый человек, приходящий в терапию или встающий на путь самопознания, приносит с собой то, что алхимики называли *Materia Prima* — Первичную Материю. Это хаотическое, неприглядное, часто отвергаемое состояние. Депрессия, потеря ориентиров, повторяющиеся разрушительные сценарии в отношениях, чувство внутренней пустоты, «экзистенциальная тошнота» — всё это психологические эквиваленты того самого первовещества, с которого начинается *Opus Magnum*, Великое Делание.

И первое, чему учит алхимический взгляд: это не брак материала. Это именно *materia* — то, из чего предстоит родиться золоту. Проблема современного человека не в том, что у него «неправильные» симптомы, а в том, что он не знает, что с ними делать, и пытается их уничтожить, вместо того чтобы вступить с ними в диалог.

1.5. Символ как орган связи.

Мы привыкли думать о символах как об условных знаках — что-то вроде дорожных указателей, где форма произвольна, а значение зафиксировано: красный крест — медицина, голубь — мир. Алхимический символ работает иначе. Он никогда не сводится к однозначной трактовке. Он — живая воронка, через которую сознательное соприкасается с бессознательным, личное — с архетипическим, временное — с вечным.

Змея, кусающая свой хвост (Уроборос), — это не «знак цикличности». Это портал, вводящий созерцающего в состояние, где время и вечность, начало и конец перестают быть противоположностями. Зелёный Лев, пожирающий Солнце, — это не аллегория химической реакции. Это образ встречи Эго с силой, превосходящей его контроль, но необходимой для трансформации.

Вот почему алхимия не может быть «переведена» на язык понятий без остатка. Её нужно созерцать, с ней нужно спать, её образы должны прорасти в сновидениях, вызывать сопротивление, пугать и завораживать. Только тогда символ начинает работать как живой посредник между мирами.

Глава 2. Встреча двух миров: Юнг и древние трактаты.

2.1. Кризис Юнга и зов глубин.

Историю открытия алхимии Юнгом нужно рассказывать как историю личного кризиса, потому что именно так оно и было. После разрыва с Фрейдом в 1913 году Юнг погрузился в то, что позже назвал своей «конфронтацией с бессознательным» — период, длившийся около семи лет, когда он добровольно спускался в глубины собственной психики, фиксируя видения, записывая диалоги с внутренними фигурами, создавая рисунки и мандалы. Внешне это напоминало психоз, внутренне — было началом его главного открытия.

Уже позже, оглядываясь на этот опыт, он начал искать в истории культуры параллели тому, что пережил. И в 1926 году, после сна о старинной библиотеке и чтении трактата «Тайна Золотого Цветка», присланного Рихардом Вильгельмом, он узнал в алхимических текстах точное описание того процесса, который наблюдал у себя и пациентов.

2.2. Гениальная гипотеза: проекция души в колбу.

Центральное открытие Юнга состояло в следующем: алхимики, сами того не осознавая, проецировали бессознательное психическое содержание на химические процессы. Их реторты и тигли были сценой, на которой разыгрывалась

внутренняя драма. Субстанции, с которыми они работали, были носителями архетипических образов. Операции, которым они их подвергали, — символическими эквивалентами психических трансформаций.

Это не значит, что алхимики «ничего не знали о химии». Напротив, они были блестящими практиками, накопившими огромный массив эмпирических знаний. Но их психическая организация была такова, что они воспринимали материю как живое, одушевлённое поле, с которым можно вступать в отношения. Материя была для них *not dead* — не мёртвая. Она страдала, ждала освобождения, жаждала совершенства — точно так же, как душа человека.

Так Юнг нашёл недостающее звено между архаическим мышлением и современной психологией. Алхимия стала тем мостом, который соединил гностические евангелия, средневековые бестиарии, сновидения пациентов XX века и клиническую практику.

2.3. Текст, который читает тебя.

Чтение алхимических трактатов требует особой установки. Это не аргументативные тексты, выстроенные по законам логики. Это, по выражению Юнга, «сновидческий материал наяву» — поток образов, нанизанных друг на друга, проти-

воречивых, ускользающих, провоцирующих. Алхимический автор часто нарочно запутывает читателя, использует десятки имён для одного и того же, предупреждает, что «профан не поймёт», и скрывает ключевые указания в маргиналиях.

Психологическая причина этого не только в защите от инквизиции (хотя и в ней тоже). Главное — текст должен быть не просто прочитан, а прожит. Он должен запутать Эго, выбить его из привычных опор, заставить блуждать в лабиринте, пока не возникнет интуитивное, целостное постижение — то, что алхимики называли *donum Dei*, даром Божьим, а Юнг — инсайтом или нуминозным переживанием.

2.4. Архетип: структура живой души.

Здесь необходимо сделать важнейшее теоретическое отступление. Понятие архетипа — одно из самых превратно понимаемых в юнгианстве. Архетип — это не «древний образ», не «мифологический сюжет», не «врождённая идея». Сам Юнг многократно уточнял: архетип *per se* (сам по себе) — это психоидный фактор, структурирующий принцип, находящийся на границе психического и соматического. Мы никогда не воспринимаем архетип непосредственно. Мы воспринимаем архетипический образ — то есть архетип, проявленный в материале личного опыта, культуры, эпохи.

Мать — архетип. Конкретное сновидение о матери, образ Богородицы, фигура ведьмы, материнский аспект начальника — всё это архетипические образы Матери. Они бесконечно разнообразны и культурно обусловлены, но в их основе лежит единый структурирующий принцип, который организует человеческий опыт определённым, узнаваемым образом.

Алхимия работает именно с архетипическими образами — предельно сгущёнными, эмоционально заряженными, вырванными из личной биографии и поднятыми до космического масштаба. Именно поэтому они обладают такой преобразующей силой: они адресуются не к биографическому Эго, а к безличным, глубинным слоям психики, где только и возможна настоящая метанойя (перемена ума).

2.5. Клиническая иллюстрация: сон о короле и змее.

Чтобы теория обрела плоть, приведу пример. Пациент, мужчина 42 лет, успешный финансист, обращается с жалобами на «механистичность жизни» и повторяющиеся приступы необъяснимой тревоги. Внешне — идеальная персона: компетентность, контроль, отличный костюм. На тридцатой сессии он рассказывает сон:

«Я в подземелье. На каменном полу лежит старый король,

из его груди растёт дерево с серебряными листьями. Я знаю, что должен его спасти, но не могу подойти, потому что вокруг ствола обвилась огромная змея, и она смотрит на меня».

Работа с этим сновидением заняла месяцы. Король в данном случае — архетипический образ внутреннего правителя, организующего принципа, который у данного пациента был полностью вытеснен Персоной (социальной маской). Король умирает. Дерево с серебряными листьями — алхимический образ *arbor philosophica*, древа философов, символ живой, растущей целостности, которая пробивается даже через омертвевшие структуры. Змея — страж порога, тот самый Меркурий, который и пугает, и зовёт одновременно.

Пациент, не знакомый с алхимией, спонтанно продуцирует образы, которые средневековый адепт мог бы поместить в свой трактат. Как это возможно? Потому что в глубине психики мы все — алхимики. Бессознательное говорит на одном языке, независимо от эпохи, образования и культурного багажа.

2.6. Конструктивное и редуктивное: что алхимия даёт терапии.

Фрейдовский анализ движется редуктивно: он сводит симптом к его инфантильному источнику, к вытесненному

влечению, к эдиповой драме. Это необходимая работа, без неё невозможно освободиться от власти прошлого. Но её недостаточно.

Юнгианский подход, подкреплённый алхимией, добавляет конструктивное (или перспективное) измерение: симптом не только указывает на травму в прошлом, но и на потенциал в будущем. Он — не только шрам, но и указатель направления. Nigredo (чернота, депрессия) — не просто патология, которую надо убрать; это необходимая стадия растворения старых структур, без которой невозможна подлинная трансформация.

Алхимическая метафора позволяет терапевту и клиенту удерживать сразу два взгляда: аналитический (из чего это состоит, каков генез?) и синтетический (куда это ведёт, что рождается?). В этом, возможно, главный дар алхимии современной психологии — она возвращает страданию достоинство смысла.

2.7. Персона, Тень и Самость: расстановка сил.

Прежде чем идти дальше, введём базовую карту психики, которая понадобится нам на протяжении всей книги.

Персона — это маска, которую мы предъявляем миру.

Она формируется под давлением социальных ожиданий, семейных предписаний, культурных норм. Персона не является чем-то «плохим» — без неё невозможна социальная жизнь. Но беда случается, когда человек отождествляется с Персоной настолько, что забывает: он больше своей маски.

Тень — это всё, что не вошло в Персону. Всё, что мы не хотим или не можем о себе знать: подавленные желания, отвергнутые качества, нереализованные потенциалы. Тень — не синоним зла. В ней хранится и наше золото, которое мы по каким-то причинам сочли неподобающим. Тень проецируется: то, что мы не признаём в себе, мы с удивительной точностью находим в других и ненавидим их за это.

Анима и Анимус — внутренние фигуры, представляющие бессознательную противоположность сознательной гендерной идентификации. У мужчины есть внутренний женский образ (Анима), у женщины — внутренний мужской (Анимус). Они — посредники между Эго и бессознательным. До тех пор, пока они не осознаны, они управляют человеком через проекции, влюблённости, навязчивые убеждения, эмоциональные захваты.

Самость — центр и периферия психики одновременно, архетип целостности, тот образ Божий в душе, который и является целью алхимического Делания. Эго — лишь малая

часть Самости, её земной представитель. Индивидуация — процесс постепенного смещения центра тяжести личности от Эго к Самости, от части — к целому.

2.8. Меркурий — проводник и трикстер.

Среди всех алхимических фигур центральное место занимает Меркурий. Он — дух, заключённый в материи, посредник между верхом и низом, философское ртуть, одновременно и яд, и лекарство, и то, что трансформируется, и то, с помощью чего трансформируют.

Психологически Меркурий соответствует тому, что Юнг называл трансцендентной функцией — способности психики порождать символы, примиряющие противоположности. Когда сознательная установка («я должен быть сильным») вступает в конфликт с бессознательным импульсом («я хочу плакать и быть слабым»), Меркурий-трикстер может явиться в сновидении или фантазии с образом, который вместит и то и другое, — например, фигурой раненого воина, который плачет, не теряя достоинства. Этот третий, символический выход, не сводится ни к одному из полюсов, но создаёт новое качество.

Меркурий неуловим, парадоксален, часто амбивалентен. Он может являться в снах как вор, мошенник, ребёнок, го-

воращее животное, странный попутчик, внезапный импульс, который ломает планы и открывает дверь в неожиданное. Работа с Меркурием — это готовность быть ведомым, не зная конечной цели, доверять процессу, который умнее Эго.

Глава 3. *Materia Prima*: Исходный хаос.

3.1. Универсальный «некто» в начале пути.

Все алхимические трактаты начинаются с поиска и правильного распознавания Первичной Материи. Авторы предупреждают: *Materia Prima* — это не какая-то конкретная субстанция, которую можно купить или добыть. Это то, что «находится повсюду, но никем не ценится», что «все попирают ногами», что «лежит на дороге», что «продаётся за бесценок». Это грязь, отбросы, хаос. Психологически — это та часть нашего опыта, которую мы склонны обесценивать, игнорировать, стыдиться и выбрасывать на свалку сознания.

Materia Prima — это состояние «до формы». Это то в нас, что ещё не стало собой. Это потенциал, который мучает своей неоформленностью. Экзистенциальная тревога, беспредметная тоска, смутное томление, которое не может назвать свой объект, — вот её психологические приметы.

3.2. Недифференцированность и море бессознательного.

Первичное состояние психики можно представить как океан, где сознание — лишь небольшая освещённая область. В начале пути (и в начале любой серьёзной внутренней работы) человек сталкивается с тем, что освещённая область мала, а океан огромен и тёмн. Это переживание может быть ужасающим.

В мифологиях творения мир возникает из хаоса, из водной бездны, из нерасчленённой тьмы. Психологически *Materia Prima* соответствует той стадии развития, когда Эго ещё не выделилось из бессознательного, или той жизненной ситуации, когда старые структуры уже рухнули, а новые ещё не возникли. Это — межвременье, состояние *betwixt and between*, междумирье. В нём нет опор, нет координат, нет идентичности.

Современный человек попадает в это состояние при разводе, потере работы, смерти близкого, в середине жизни, когда прежние смыслы исчерпаны. И часто он пытается как можно скорее из этого состояния выскочить — найти нового партнёра, срочно занять себя, купить билет в Таиланд, записаться на курс «как стать счастливым за 30 дней». Алхимия учит иному: не выскакивать, а остаться. Потому что именно в этом хаосе скрыто семя будущей целостности.

3.3. Тень: враг, который ждёт признания.

Первый сгусток *Materia Prima*, с которым встречается человек, — это Тень. Тень формируется параллельно с Персоной: всё, что не вписывается в желаемый образ себя, отправляется в изгнание. Ребёнок, который быстро усвоил, что злиться нельзя, потому что мама этого не выносит, вытесняет гнев. Подросток, который понял, что его чувствительность высмеивается сверстниками, прячет уязвимость. Взрослый, строящий карьеру в жёсткой конкурентной среде, подавляет потребность в нежности и отдыхе.

Проблема в том, что вытесненное не исчезает. Оно живёт в бессознательном, накапливает энергию и прорывается в виде аффектов, оговорок, сновидений, проекций на других. Человек, подавивший гнев, становится пассивно-агрессивным или внезапно взрывается по пустякам. Человек, спрятавший уязвимость, становится ригидным и неспособным к близости. Человек, отрицающий свою жадность, обличает жадность окружающих с патологической настойчивостью.

Алхимически Тень — это тот самый «чёрный свинец», с которого начинается Делание. Её нельзя уничтожить (она — часть нас), её нельзя игнорировать (она найдёт способ напомнить о себе). Её можно только осознать и интегрировать.

3.4. Интеграция Тени: практический подход.

Интеграция Тени — не моральный акт и не упражнение в позитивном мышлении. Это длительный, болезненный, но освободительный процесс. Он включает несколько этапов:

Первый этап: распознавание проекций. «Меня бесит, когда коллега хвастается. Почему? Потому что я сам хочу признания и не позволяю себе его хотеть». «Меня раздражает, когда партнёр плачет. Почему? Потому что я сам отчаянно хочу разрешить себе плакать, но не могу». Другие — наши зеркала. Всё, что вызывает в нас чрезмерную, неадекватную ситуации эмоциональную реакцию, — это крючок, на который поймана наша собственная Тень.

Второй этап: встреча с Тенью внутри. Когда проекция распознана, её нужно «забрать обратно». Это можно делать через активное воображение (см. практику ниже), через работу со сновидениями, через дневник, через терапию. Важно не просто сказать: «Окей, я тоже жадный и агрессивный», — а действительно пережить встречу с этой частью себя, позволить ей заговорить, узнать её историю.

Третий этап: диалог и интеграция. Тень содержит не только «плохие» качества. Часто в ней хранятся жизненная си-

ла, спонтанность, здоровый эгоизм, способность защищать границы, творческий огонь — всё то, что было принесено в жертву «хорошести». Когда человек признаёт свою агрессию, он перестаёт быть пассивной жертвой. Когда он признаёт свою жадность, он обретает способность заботиться о своих потребностях. Тень — это не враг, это изгнанная часть души, ждущая возвращения домой.

3.5. Практика: Активное воображение для встречи с Тенью.

Активное воображение — метод, разработанный Юнгом, позволяющий сознательно вступать в диалог с бессознательными содержаниями, не теряя связи с Эго. Вот пошаговая инструкция для встречи с Тенью (читатель может выполнять её после соответствующей подготовки).

Подготовка. Найдите время (минимум 30–40 минут) и место, где вас не побеспокоят. Сядьте удобно, но не слишком расслабленно. Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов, направляя внимание внутрь. Сформулируйте намерение: «Я хочу встретиться с моей Тенью и услышать её».

Вход. Закройте глаза и представьте место, которое ощущается как безопасное и переходное: поляна в лесу, берег моря, комната с камином, пещера с мягким светом. Не фор-

сируйте — позвольте образу возникнуть самому. Побудьте в этом месте несколько минут, осматриваясь, привыкая.

Встреча. Скажите (мысленно или вслух): «Я приглашаю мою Тень явиться здесь, в этом безопасном месте, в той форме, которая доступна мне сейчас». Не контролируйте, кто придёт. Это может быть человеческая фигура (вашего пола или иного), животное, туман, тёмное облако, сгусток тьмы, странное существо. Каким бы ни был образ, примите его как гостя. Не оценивайте, не пугайтесь, не пытайтесь переделать. Скажите: «Я вижу тебя. Я готов(а) тебя слушать».

Диалог. Спросите Тень: «Кто ты? Как твоё имя? Зачем ты здесь? Чего ты хочешь от меня? Что я должен(на) о тебе знать?» Слушайте ответы — они могут приходить как слова, чувства, образы, телесные ощущения. Возможно, Тень будет враждебна («Ты меня бросил, ты меня ненавидишь, я здесь, чтобы разрушить твою жизнь»). Не защищайтесь. Признайте её право на чувства: «Я понимаю, что ты злишься. Я действительно долго тебя не замечал(а). Расскажи мне о своей боли». Возможно, она будет печальной, обиженной, молчаливой, агрессивной, циничной. Дайте ей пространство быть любой.

Спросите: «Что ты несёшь для меня? Какой дар, какую силу ты хранишь для меня под своей болью?» Тень часто

знает о нас то, что мы забыли.

Завершение. Поблагодарите Тень за встречу, даже если она была трудной. Скажите: «Я буду приходить к тебе. Я не оставляю тебя больше». Не обрывайте контакт резко. Представьте, что вы прощаетесь, возвращаетесь в своё безопасное место, а затем медленно возвращаетесь в комнату, ощущая тело, дыхание, контакт с поверхностью.

Фиксация. Сразу после практики запишите всё, что происходило, в дневник. Особенно важно зафиксировать диалог — точные слова, которые говорила Тень. Перечитайте запись через несколько дней. Вы заметите то, что ускользнуло в момент практики.

Важное предостережение. Если во время практики вы чувствуете, что вас «затягивает», что вы теряете контроль, что образы становятся слишком пугающими и не отпускают после завершения, — прекратите самостоятельные попытки и обратитесь к специалисту. Активное воображение — мощный инструмент, и в случае глубоких травм или нестабильной психической структуры его применение должно сопровождаться профессионалом.

Глава 4. Анима и Анимус: внутренние фигуры души.

4.1. Тайна внутреннего Другого.

Если Тень — это то, что мы от себя прячем, то Анима и Анимус — это то, чего нам недостаёт до целостности на уровне полюсов души. В каждом мужчине живёт бессознательная женская фигура (Анима), в каждой женщине — бессознательная мужская (Анимус). Это не биологические, а психические реальности, продукты тысячелетий эволюции, культурных наслоений и личного опыта.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.