

UNITED WISDOM

Маска и зеркало: персона и тень

Человек и внутренний мир

Andrey Zarinsh & Maria Evilkut

I04 · RU

@andrey.zarinsh @ilkutki

Маска и зеркало: персона и тень

У человека два лица. То, что он показывает миру. И то, что остаётся, когда он один. Юнг назвал их персоной и тенью. Маска — древнейшая технология обращения с этой двойственностью: она позволяет на время быть тем, кем в обычной жизни нельзя. Зеркало — её парный объект: оно показывает то, что под маской, если умеешь смотреть.

I. Лицо, которое носят

У человека два лица. Одно — то, что он показывает миру: подобранное под обстоятельства, отрепетированное, приемлемое. Другое — то, что остаётся, когда он один и никто на него не смотрит.

Это банальное наблюдение, и каждый его делал. Но Юнг сделал из этого терминологию. Первое лицо он назвал persona — латинским словом, означавшим маску актёра в римском театре. Второе — тень (Schatten).

Персона — это не маска в негативном смысле «лицемерия». Это нормальный, необходимый, социальный фасад. Без неё нельзя жить в обществе. Учитель в классе не может вести себя как любящий муж. Хирург в операционной не может плакать.

Дипломат на переговорах не может срываться. У каждой роли есть свои требования к лицу, голосу, реакции. Персона — это умение под эти требования подстроиться.

Проблема не в наличии персоны. Проблема в одном из двух перекосов.

Перекос первый: персона тонкая и мнётся. Человек на работе сжимается от каждого замечания. Не может удержать роль. Срывается. Это страдает не только от тени — это страдает от слабой персоны.

Перекос второй, более частый: персона становится единственным, что человек знает о себе. Он отождествляется с маской. Доктор — это я. Священник — это я. Хороший отец — это я. И тогда то, что в маску не помещается, отходит в тень. И живёт там, не получая голоса, копясь, ожидая.

Об этом мы говорили в предыдущих статьях — через дьявола, через бездну, через лабиринт. Сейчас — через объект, который буквально надевают на лицо. Маску.

II. Маска как технология

Маска — одна из древнейших технологий человечества. Древнее письма. Древнее государства. Возможно, древнее одомашненной собаки.

Маска делает три вещи одновременно. Скрывает того, кто её носит. Делает видимым того, кого она изображает. И — самое тонкое — превращает носителя на время в изображаемого.

Это третье свойство — ключевое. Маска не просто костюм. В большинстве традиционных культур маска — это инструмент превращения (Contemporary African Art: African Masks). Надел — стал другим. Снял — вернулся к себе. Между «надел» и «снял» происходит то, что не происходит без неё.

Что именно?

Антропологи описывают это по-разному. Одни говорят: маска даёт «социальную лицензию» — то, что человек в маске может делать, чего без маски не может.

Кричать. Плясать неприлично. Ругать вождя. Говорить с мёртвыми. Быть в гневе на богов. Маска снимает обычные запреты — на время.

Другие говорят шире: маска — это способ безопасно соприкоснуться с архетипической силой. С тем, что больше тебя. С богом, с предком, с зверем, с демоном. Без маски эта сила тебя бы раздавила. С маской — она проходит через тебя, оставаясь чуть в стороне.

И есть третий уровень — психологический. Маска позволяет на время быть тем, кем ты в обычной жизни не разрешаешь себе быть. Быть гневным, если ты обычно мирный. Быть весёлым, если ты обычно серьёзный. Быть звероподобным, если ты обычно учтив. То есть — на ритуальном поле — выпустить ту часть себя, которая иначе сидит в подвале.

Это и есть теневая работа — в форме, которая старше Юнга на несколько тысячелетий.

III. Догоны: маски умерших

Догоны — народ, живущий на скалах Бандиагара в Мали. Их традиционная религия и обряды известны со времён работ Марселя Гриоля (1930-е). Маски — центральная часть их культуры.

Главный обряд, в котором маски используются, — дама: коллективная погребальная церемония для умерших мужчин. Цель обряда — обеспечить безопасный переход души умершего в мир предков (Smarthistory: Mask Kanaga, Dogon).

Маски дама делает мужское посвящённое общество Ава. Известно более восьмидесяти типов масок: маски охотников, воинов, целителей, женщин, людей из других народов, маски-животные, маски-птицы, маски-абстракции. Все они танцуют вместе на протяжении шести дней.

Одна из самых известных — маска канага: лицо в виде вытянутого прямоугольника, выше — двойной крест с короткими вертикальными отростками. На нижнем уровне толкования

это птица. На верхнем — символ устройства мира: верхняя перекладина — небо, нижняя — земля. Носящий канагу танцует не как птица, а как сама ось мира.

Что в этом важно? Маски надевают живые мужчины, чтобы провести через ритуал души недавно умерших. То есть живой надевает на себя облик мёртвого, чтобы помочь мёртвому уйти. Это перевод. Маска работает как мост.

Перевод этот двусторонний. С одной стороны, душа умершего получает возможность вернуться, проявиться, выступить — через маску. С другой стороны, живой получает возможность примерить смерть — узнать её изнутри, надев её на лицо, и потом её снять.

Если перевести это на язык теневой работы: маска позволяет человеку буквально, телесно ощутить то, чего он избегает (смерть, ярость, безумие), и потом вернуться к обычной жизни. Не «подавить» (не получится), не «отдаться» (опасно), а пройти насквозь в безопасной форме.

Это, кажется, очень разумная технология. Современная западная культура её во многом потеряла.

IV. Японский Но: маска как зеркало

Японский театр Но, сложившийся в XIV веке (Дзэами Мотокиё), использует маски совсем иначе. Не для контакта с мёртвыми (хотя и для этого тоже), а для тонкой

настройки внутреннего состояния актёра.

Известно несколько основных типов масок Но (Brandon Chin: 5 Essential Noh Masks, the-noh.com: Noh masks).

Ко-омотэ — маска юной женщины. Мягкие черты, лёгкая улыбка. Используется для ролей дев, ангелов, юных принцесс.

Окина — самая старая и сакральная маска. Седой улыбающийся старик. Воплощает мудрость и долголетие. Используется в ритуальных, а не сюжетных, представлениях.

Тэнгу — мифическое существо с длинным носом и птичьими чертами. Символ сверхъестественной силы.

Кисин — «бог-демон». Гипертрофированные черты, выпуклые глаза, золото в зубах.

Воплощение божественной мощи в её устрашающей форме.

Ханния — маска женщины, сожранной ревностью и обращённой в демона. Рога.

Двойное выражение: лицо одновременно показывает скорбь и ярость. Самая известная маска Но.

Особенность маски ханния — её «зрительная динамика». При наклоне головы вверх лицо актёра под маской показывает скорбь, печаль, человеческое страдание. При наклоне вниз — становится демоническим лицом. Один и тот же объект — два разных выражения, и переход между ними зависит от позы.

Это техническая деталь, но в ней — целая философия. Демон и страдающая женщина — одно и то же. Просто разные углы зрения. Одно и то же лицо, показывающее то горе, то ярость. В большинстве реальных случаев в человеческой жизни демонизация — это горе, повёрнутое в другую сторону. Когда горе нельзя пережить, оно поворачивается под другим углом и становится демоном.

Ханния играется в пьесе «Аои но Уэ» («Госпожа Аои»). Госпожа Рокудзё — благородная придворная дама — становится одержима ревностью к Аои, новой возлюбленной её бывшего любовника. Её душа покидает тело и в форме мстительного духа нападает на Аои. В сцене кульминации актёр буквально меняет маску — сначала надевает маску женщины, потом маску ханнии. На сцене происходит трансформация. Зрители видят, как ревность превращается в демона.

Это, кажется, очень точное наблюдение японского театра. Эмоции не «есть» в человеке как стабильные свойства. Они трансформируются. Жалость может стать жестокостью. Любовь — ненавистью. Скорбь — яростью. Если не уследить.

Маска делает эту трансформацию видимой. То, что в обычном человеке проходит внутри тихо, в Но выносится на сцену как смена маски. Чтобы зритель увидел. Чтобы зритель узнал.

И — что важно — зритель не «отождествляется» с актёром. Он смотрит. Он держит дистанцию. Он видит трансформацию как объективный факт, не свой собственный. И через эту дистанцию — потом может узнать что-то о себе.

V. Что говорил Юнг о маске

Юнг сформулировал концепцию персоны и тени в книге «Две работы по аналитической психологии» (1928, окончательная редакция) (Wikipedia: Two Essays on Analytical Psychology).

Персона — это «то, что человек на самом деле не является, но что он сам и другие думают о нём как о реальности». Это компромисс между индивидуумом и обществом. Маска, которую общество требует, и которую человек надевает, чтобы быть принятым.

Это не «плохо». Без персоны невозможна социальная жизнь. Но если человек отождествляется с персоной — он теряет себя. «Я — мой профессионализм», «я — моя

должность», «я — мой брак», «я — мой родительский статус». Это удобно. Это даёт чувство устойчивости. Это разрушительно в длинной перспективе.

Тень — это «всё то, чем человек отказывается быть, но что он, тем не менее, есть».

Те качества, которые человек в себе не признаёт. Те импульсы, которые он подавил.

Те желания, которые ему стыдно иметь.

Тень не «плохая». Она содержит и то, что культура считает плохим (агрессия, эгоизм, лень, похоть), и то, что культура считает хорошим, но что не вписалось в личную персону. Серьёзный человек подавляет своё легкомыслие. Весёлый — свою серьёзность. Артист — свою практичность. Бухгалтер — свою артистичность. Тень — это всё, что выпало из персоны.

Юнг написал (IAAP: Persona) важную фразу: процесс индивидуации (становления собой) включает в себя «растворение персоны». Не уничтожение — растворение.

Жёсткую маску надо размягчить, чтобы за ней можно было увидеть лицо.

Это не значит «снять маску». Маска нужна. Это значит — понять, что это маска.

Узнать, что то, что снаружи, и то, что внутри, — это две разные вещи. И ни одно из них не есть ты целиком.

VI. Зеркало

К маске нужен парный объект. Зеркало.

Если маска — это то, что я показываю, то зеркало — это то, в чём я себя вижу. И здесь начинается интересное.

Большинство людей думает, что они видят себя в зеркале. На самом деле — они видят свою персону, отражённую в зеркале. Они смотрят на себя глазами других.

Они оценивают своё отражение по тому, насколько оно соответствует тому, кем они хотят казаться.

«Я хорошо выгляжу?» — это вопрос к маске, не к лицу.

Чтобы зеркало работало как инструмент самопознания, оно должно показывать то, чего человек не хочет видеть. Иначе оно превращается в инструмент укрепления персоны.

Древние традиции это понимали. В индуизме есть практика атма-вичары (Рамана Махарши): «Кто я?» — вопрос, заданный самому себе, повторяемый, обнажающий каждый слой ответа. «Я учитель». А кто учитель? «Я хороший». А кто говорит, что хороший? «Я тот, кто думает». А кто этот думающий? И так до места, где ответов нет.

В дзэн-буддизме — практика коана: парадоксальный вопрос («каково лицо твоё до рождения родителей?»), который не имеет решения на уровне персоны. Только когда мысль исчерпывается, что-то открывается.

В христианской мистике — исповедь. Не публичная, а внутренняя. Сесть и сказать себе и Богу всё, что есть. Без маски. Без скидок.

Каждая из этих практик — техника, как заставить зеркало показать не персону, а то, что под ней.

В современной психотерапии та же функция у обратной связи. Хороший терапевт говорит клиенту вещи, которые клиент сам себе говорит реже всего. Это не «осуждение». Это зеркало, наклонённое так, что становится видна теневая часть.

Большинство людей этому зеркалу сопротивляются. Это естественно. Видеть свою тень больно. Но без этого зеркала тень не известна. А неизвестная тень управляет.

VII. Карнавал и Хеллоуин

В европейской культуре есть две большие традиции, в которых маска до сих пор имеет ритуальную функцию.

Карнавал — средневековая практика, связанная с христианским календарём. За несколько дней до Великого поста (а в некоторых местах — на протяжении нескольких недель) люди надевали маски, переодевались, нарушали обычный порядок. Слуги становились господами. Мужчины — женщинами. Дети — взрослыми. Дурака избирали «королём» города. Профанировались священные тексты. Разыгрывались сцены, которые в обычное время были бы немыслимы.

Михаил Бахтин в книге «Творчество Франсуа Рабле» (1965) описал это как «карнавальную культуру» — особый способ временной отмены иерархии. Карнавал — это «мир наизнанку». Он не разрушает обычный порядок (после карнавала всё возвращается на места). Он показывает, что обычный порядок не абсолютен.

Психологически: карнавал — это коллективный выход тени. Все вместе, на короткое время, в безопасной форме, носят свои тёмные стороны. И через это — разряжают накопленное.

Хеллоуин — другой случай той же логики. Современный коммерциализированный Хеллоуин вырос из кельтского праздника Самайн, отмечавшего границу между миром живых и миром мёртвых. В эту ночь — считалось — граница тонкая. Мёртвые могут приходить. Чтобы их отпугнуть или замаскироваться от них, живые надевали страшные маски.

В современном Хеллоуине эта функция стерта. Но маска осталась. Дети одеваются как монстры, ведьмы, привидения. На один вечер можно быть тем, кем нельзя быть всё остальное время.

Это полезно. Это даёт тени голос — пусть и пародийный, пусть и коммерциализированный. Лучше так, чем никак.

Современная западная культура потеряла большинство ритуальных каналов для теневой работы. Карнавал в большинстве мест выродился в туристический праздник.

Хеллоуин — в маркетинг. Религиозная исповедь — в редкость. Психотерапия — в роскошь.

Что осталось? Кино ужасов — наш современный способ примерить страшную маску на 90 минут. Видеоигры — место, где можно быть стрелком, вором, убийцей и потом выйти за чашкой чая. Социальные сети — где можно быть кем-то другим, более красивым или более злобным, под анонимным аккаунтом. Это все формы. Не очень хорошие, но какие есть.

VIII. Сквозная нить серии

Мы шли через цикл «Тень»: — В религии — тень получала имя дьявола. — В философии — тень получала пространство (бездна). — В мифе — тень получала тело и адрес (Минотавр в лабиринте). — В символе — тень получает форму, которую можно надеть и снять (маска).

Каждая из этих форм — способ сделать тень рабочим объектом. Дать ей контур.

Дать ей место. Дать ей внешность.

Без этого тень бесформенна. И значит — неуловима. Невозможно работать с тем, что не имеет краёв.

Маска — это, может быть, самая древняя и самая прямая технология обращения с тенью. Дать ей лицо. Надеть это лицо на час. Снять. Узнать, что и то и это — мне принадлежит.

Следующая статья — заключительная в цикле. О том же, но в современном научном языке. О подавлении мыслей по Вегнеру (эффект «белого медведя»), о проекции, о терапии внутренних семейных систем по Шварцу. О том, как лаборатория повторила то, что культура знала тысячи лет.

IX. Что остаётся

У маски — амбивалентность.

Она может стать тюрьмой. Тогда человек живёт за маской, и маска постепенно прирастает, и однажды он не может её снять, и не может сказать, где маска кончается и где он начинается. Это судьба многих публичных людей, многих профессионалов, многих успешных.

Она может стать инструментом. Тогда человек играет с маской, надевает её для одних ситуаций и снимает для других, знает, что это маска, и помнит лицо под ней.

Это здоровая взрослость.

Она может стать ритуалом. Тогда человек использует маску, чтобы на время быть тем, кем в обычной жизни не разрешает себе. Чтобы выпустить тень в безопасной форме. Это древнейшее ремесло — теневая работа через костюм.

И между маской и зеркалом — постоянное движение. Зеркало показывает маску.

Маска отражает что-то более глубокое. Это глубокое требует своего собственного зеркала, не металлического и не стеклянного, а — внимания. Способности увидеть себя без сюжета.

Кто умеет смотреть в это зеркало — узнаёт о себе многое, чего не хотел знать. И постепенно перестаёт пугаться. Маска становится одеждой, а не кожей. Тень становится частью, а не угрозой. Зеркало становится другом, а не судьёй.

В этом, может быть, и есть «индивидуация» по Юнгу. Не «стать другим, лучшим». А узнать всё, что есть, — и носить это, как носят разную одежду в разные дни.