

Калшед в България

Михаела Виденова

29-ти май. София е потънала в мек озарен следобед след празника на славянската писменост и култура. В сърцето на града психолози, психотерапевти от различни школи и случайни любители на психологическата литература изпълват с енергичен шепот една от залите на Столична библиотека. Предстои официалното представяне на превода на **“Вътрешният свят на травмата”** от американския аналитик **Доналд Калшед**¹. *“Това не е първата юнгианска книга, преведена на български, но е първото толкова празнично представяне, на което присъствам – как се случи цялата тази тържественост?”* – се улавям да мисля наум, докато тълпата ме увлича навътре в залата и се ядосвам, че не съм донесла цветя за повода.

Имам отговор за себе си, знам колко са важни идеите на Калшед за мен самата и на рафта в кабинета ми от години стоят двете му книги **“Вътрешният свят на травмата”** и **“Травмата и душата”** на руски език², защото дълго не съществуваха в български превод. Това тържествено представяне е и мой личен празник. Но има нещо по-дълбоко във факта, че десетки хора се стичат на събитието и имат нужда да празнуват, да споделят, да говорят за раждането на една книга. Една невидима нишка ми се изплъзва и въпросът ми продължава да виси в пространството през следващите дни като наедрял дъждовен облак.

Търсенето ми ме отвежда до разговор с четири много специални жени, с които

си споделяме за травмата, душата и Калшед.

В началото:

Автобиография на едно тържество

“По-системното изучаване на тази книга започнах след 2007 година – разказва **Петя Хорозова**, юнгиански психотерапевт, водещ на семинарите “Загуба и травма” през 2010 и 2015 г., а в периода 2016-2018 г. заедно със Светлана Желева водещ на семинарите по четене на Д. Калшед към БОАП “К. Г. Юнг”. “Началото на моя интерес положи един сън на пациентка през 2007 г., в който сюжетът и образите като по матрица лепнаха на сложния противоречив архетипен механизъм за защита при ранна травма, забелязан от Калшед – the archetypal self-care system. Механизъм, който дава помощ и спасение на травмираната личност, но едновременно съдържа съпротиви и заплахи към ранената психика, дръзнала да преодолее травмата. Когато дойде този сън, се върнах отново към копието на “The inner world of trauma” и си казах, че там има нещо много истинско и то заслужава изучаване. През 2010 г. направих първия двудневен семинар за „Загуба и травма“, на който разгледах приноса на Калшед за разбиране на травмата и работата с нея. Последва втори семинар по темата през 2015 г. и тогава в колегията възникна идеята да започнем обстойно изучаване на този забележителен труд. Благодарна съм на Светлана Желева, че през 2016 г. заедно поехме това огромно разглеждане на книгата – случваше се нещо между четене и сериозна дискусия с преживявания, както с описаното в книгата, така и онова, което и ние преживяваме като терапевти с ранно травмирани пациенти. Говорехме за

¹ “Леге артис”, 2019 г.

² “Когито-Център” 2015 г.

нашите трудности и голямото ни страдание като терапевти, но и за онова, което лично дълбоко ни засяга в техния живот. Година и половина през 2 седмици не ни оставиха тези силни преживявания в нито един вечерен семинар. Това е характерно за книгата, Калшед е много дълбок, аналитичен и обстоен, показва огромни познания на приносите за изучаване на травмата и едновременно е дълбоко разтърсващ.

“Това е много преживяна книга от самия Калшед и ти се асоциираш и се идентифицираш с неговите мъки и докато четеш, повторно изживяваш неговите терапевтични усилва.

Семинарът за четене беше едно поле за взаимна подкрепа – общо обогатяване, обединяване на опита на всички нас, професионален и житейски. И всичко това съпроводено с несекващо вълнение от допира с гигантския споделен опит на този човек, терапевтичен, аналитичен и теоретичен”.

Светлана Желева, юнгиански терапевт и ко-водец на семинарите по четене на Калшед, ме превежда като гид по стъпките на появата на Калшед у нас: “Никоя от нас не очакваше семинарът по четене да е толкова дълъг. Темпото, с което се случи той, отразява темата за травмата и последствията от нея – не е нещо, което се случва бързо и въобще такъв е подходът, който трябва да имаме към човешкото страдание. За мен това беше едно специално пътешествие в страната на юнгианските идеи. И като всяко пътешествие имаше подготовка, вълнение, умора, предизвикателства и вътрешни гледки, които можеш да споделиш с останалите. Минаваш през много неща, но накрая стигаш до едно проглеждане, като полет на душата

именно защото си минал през всички тези изпитания в заедност с колеги.

Появата на неговата книга беше общ емоционален труд, съпреживян от хората по сходен начин. Беше обща енергия нещо да се износи и реализира. Мисля, че точно това емоционално свързване, споделяне, доверителното отношение, което се получи в семинарите по четене: всеки да разказва за свои случаи от практиката, да споделя асоциации – това създаде едно общо пространство. И в това пространство можеха да се случват трансцендентни движения, трансформирани енергии. Контенирахме заедно това пространство на споделеност, което създаде обща цел – превеждането и издаването на книгата, и начена дискусия за промени в терминологията на юнгианските идеи в преводната литература”.

И за други първата среща с идеите на Калшед е провокирана от истории – лични и от случаи в практиката: “Преди няколко години гледах негова сесия в един руски сайт, описваше своя работа с клиент с дълбока травма и как е работил с активно въображение” – споделя **Ани Коцева**, юнгиански терапевт и един от участниците в семинара по четене на Калшед – “Тогава за първи път се докоснах до дълбочината на работата му. Видях професионализма и уменията му и ме заинтригува да търся неговите книги. След 2 г. беше обявен семинарът по четене на Калшед с водещи П. Хорозова и С. Желева и за мен не стоеше под въпрос дали ще се включа, знаех, че е важно да се дискутира по тези въпроси. В семинара по четене се спряхме на случаите практически и нямаше как всеки от нас да не се докосне през себе си, своите травми и травмите на своите

клиенти и това увеличаваше тежестта и дълбочината на преживяването.

И аз самата съм имала такива затруднения със свои клиенти и не съм можела през една или друга теория или през своя опит да разбера как да се продължи в тази ситуация или до какво точно се докосваме с клиента. Случаите станаха осветлени и с една нова терапевтична надежда. Видях при част от клиентите, че сякаш това помогна на мен и на тях да напреднем много.

“ В работата си мога да го определя като качествен скок. Сякаш си на нова площадка в изграждането на терапевтичния процес.

Във важността на самия Калшед и тази книга да се появи в световен план въобще и после да се появи в България виждам отразен един процес на индивидуация – първо в колективен план и да се доведе нещо по-близо до съзнанието, които изваждаме от дълбинното – дори и собствените си чудовища пазители и хранители”.

“ Книгата е за хора, които вече са навлезли в психотерапията и могат по-добре да усетят за какво става дума; тя е страхотна книга за самите терапевти и опит да не се отчайваш или предаваш”

– допълва и Петя Хорозова.

Светозара Генова, преводач на книгата и юнгиански терапевт под супервизия, говори с нежност за своя контакт с идеите на Калшед: “В повечето книги за психоанализа и психотерапия се срещат може би един или комбинирани два от три основни компонента: теория, клинични примери и анализ на митологичен материал или приказки или комбинация от тях. А при Калшед присъстват и трите и той прави широк и разнообразен преглед на теоретици и клиницисти от различни школи и направления, още от зората на

психотерапията, и с това следва важния научен принцип: ако искаме да проверим дали един феномен е истински, трябва да видим дали съществува на много места едновременно, дали има универсализъм и на различни пластове на анализ. Той показва как различни привидно несъвместими клиницисти стигат до идеи, много съпоставими с неговата, но представени по различен начин. И накрая, Калшед не ни оставя да потънем в безсилието и безнадеждността на терапевта, изправен пред безмилостната архетипна защита, от която сякаш няма изход. В третата част на книгата той ни показва с митологичен и приказен материал стъпките от процеса на трансформация, за да се избави от тираничния Тъмничар в психиката си и да заживее един пълноценен, съзидателен живот. Тук има може би дори едно четвърто измерение, а именно Калшед щедро споделя преживяванията и вътрешните си борби по време на работа с ранно-травмирани клиенти. Това действа много обнадеждаващо и подкрепящо”.

Мостове на свързване

Докато участвах в семинарите по четене на Калшед и по време на разговора ми с Петя, Светлана, Ани и Зара, в мен изкрystalизира образът на мост – не един, а десетки мостове. Петя ми помага да оформя в думи образа: “Калшед, един от големите съвременни юнгиански мислители, ни даде една отвореност и широта, с която да оценяваме приноса на много забележителни умове от различни школи и ни учи на друг вид благодарност, без ревност и пристрастност към една единствена школа. Той хвърля мост между

постиженията в различни школи. В книгата си на практика ни предлага такъв мост като нов поглед към началата на самата съвременната психотерапия, към нейния устрем и цел. Има един пасаж у Калшед за вредите нанесени от втвърдяването на концепциите на Фройд и Юнг след разрива между тях и последиците от разделението между школите им, продължило един век. За Калшед намерената истината в изследването е водеща и е по-важна от школата. А това е светая светих на всяко научно търсене.

“Това е мост между три поколения юнгианци

– три поколения участвахме в усилията да разберем Калшед и неговата работа: най-младите в Юнг-общество, средното поколение от опитни терапевти и онези най-отрано тръгнаха в изучаване на К. Г. Юнг. Случи се едно голямо обединение и чудесно сработване. Покрай работата с понятийния апарат в книгата три поколения се обединихме да мислим как да превеждаме неговите наблюдения и изводи в семинарната работа и при превода на книгата. В тези усилия израстнахме теоретично.“

Зара има сходни преживявания: “Този подход лично на мен ми подежда много обединяващо и помиряващо, защото винаги ми е тежало това неизказано напрежение между терапевтичните школи; всъщност терапевтите от различните школи сме като онези сляпо опипващи мъдрети от притчата за слона - всички се докосваме до една частица или аспект от истината, но никой не е способен да обхване сам цялата картина. Имаме нужда от идеите един на друг. От значение не е дали си юнгианец, фройдист, клайнианец или лаканианец (тоест, не си важен ти), а дали работата

ти е в служба на истината и на добруването на пациента”.

Ани Коцева разширява идеята: “Създава се една традиция – и преди това е имало преводи, има наложена терминология, но различните поколения, които участваха в дебата, дадоха едно обновление и преминахме от хаоса към по-голямото осъзнаване. Според мен се създава една традиция и една хигиена на използването на термините, което да остане за поколенията и да може да бъде разбрана не само от юнгианските аналитици, а и за психотерапевти и аналитици и от други школи”.

За мен като последовател на юнгианската школа е много важно преживяването за общ език с останалите психодинамични подходи в психотерапията. Оказва се, че и в четирите разговора това се оказва общ мотив: “Присъствието на различни школи в книгата ме препрати към **Вавилонската кула** и как хората са говорили на един и същи език, така и

“човешката психика има един език, който може да бъде прочетен по много начини, но знаците са едни и същи.

Една от големите му заслуги е, че той може да чете символите и знаците, използвани и от другите школи. Сякаш текстът е противовес на Вавилонската кула, той е текст и идея-обединител” – Ани Коцева допълва образа: “С тази книга ние, юнгианците, имаме едно общо дете – раждайки се, децата не знаят, но носят целия опит на поколенията, те са една еманация на всичко, което се е случвало с техните предци до момента. Връзката между поколенията в Юнг-общество по време на дебати и обсъждания на книгата родиха едно дете, което ще се развива

оттук насетне. Но то даде един нов тласък, нова надежда и нов начин за участие на всички нас в процеса на собственото си и лично, и професионално учене и изграждане, и сътворение.

Аз съм много впечатлена, че се появи този текст. Не може нещо такова да не произведе синхроничности. Както Калшед изгражда текста, базирайки се на различни поколения специалисти в областта, така се получи синхронично и в групата с хора с различна опитност и различен поглед, обединени от обща цел, за да се изгради пълнокръвен текст, звучащ на български”.

Образът за книгата като **родена с любов и съвместни усилия**, възниква спонтанно и в разказа на Светозара: “Получи се една съвместна работа и това направи книгата още по-специална. тана много топло, казах си: “Ето това е да си част от едно общество на хора, които поддържат една и съща идея и искат да се получи както трябва”. През опита си дадох сметка, че смислените неща никога не ги постигаш сам, а заедно с други хора. Тук много помогнаха Петя Хорозова, Светлана Желева, Йоанна-Магдалена Илчева, Ани Коцева, Михаела Виденова, Емил Йорданов. Те откликнаха спонтанно и абсолютно безвъзмездно и сърдечно вложиха своето време и усилия в това да се получи възможно най-добрия превод. Това за мен беше изключително трогателно и винаги ще съм благодарна. Гургана Манолова като редактор също успя да изглади текста. Този превод не е нещо, което направих сама, имах много подкрепа от вас. През цялото време усещах и срещах помощ, доверие и ентузиазъм, не само от преките участници, но от колегите изобщо. **Това представяне беше естествено**

продължение на процеса и на сплотеността ни като общество - сякаш имахме нужда да отпразнуваме своята “рождаба”. Като че ли можех да поема цялата любов, която усещах към себе си. Искях да върна част от нея на хората – да усетят, че книгата е обща, наша, ние я поискахме, ние я износихме и затова е толкова специална. Моето усещане е, че това беше една много мечтана книга с отдавнашни и дълбоки корени в нашето общество, която някак си раздвижи колективната ни енергия и я завихри в един съвместен и смислен труд”.

Докато нещо дълбоко в мен откликва на думите на Зара, тя продължава: “Винаги ще има неща, които ти се иска да поправиш или ти се струва, че са могли да бъдат направени по-добре, другояче. В това е болката на твореца –

“ за да въведеш една идея в света, тя идва от един прелестен вълшебен свят на идеите, но опитвайки да я внесеш в човешкия несвършен свят, бива така да се каже “осакатена” и носи една десета от своята изначална прелест. Тази “неспособност” и “недостатъчност” са много болезнени за този, който се опитва да “преведе” идея от единия свят в другия. И това е болезнено за нас като хора”.

Изкуството на превода

Докато чета българския вариант на превода, мислено проследявам червената нишка на традициите по превод на юнгианска литература у нас - от С. Шаранков, М. Бояджиева, Л. Андреева, Г. Манолова и други чак до днес. Неусетно се улавям, че сравнявам наум английския оригинал и руския превод, както и собственото си усещане дали друга дума не би паснала по-точно. Вътрешно страдам от липсата на повече редакторски бележки под линия. Зара ме успокоява: “Научих и че добрият превод

не е точният превод – има мъдрост, че ако преводът е верен, не е добър и обратното. Имах желание да се придържам дословно, за да не изпусна и частица от смисъла на автора. По-опитният преводач вече изпитва по-голяма свобода да използва свои думи и изрази, характерни за родния му език вместо да превежда буквално”. За Зара това е първият превод на книга в кариерата ѝ, но тя с дълбочина говори колко дълбок и поетичен е езикът на Калшед и двете кимаме в общо разбиране: “Красив и докосващ е, но е сложен и заплетен. Структурата на изказа му е сложна, използва дълги изречения, натоварени с терминология и сложен смисъл. Не е лесен за превеждане. Исках да предам чувството, да съм точна в термините и да звучи гладко на родния ни език. Още ми стои като пример self-care system – на руски е “система за самосъхранение”. И го обсъждахме много във форума с колеги. Това е особен вид грижа, която може да те погуби в психичен смисъл, осакатява взаимоотношенията. Все пак е начин психиката да се съхрани и себеутеши, макар и патологично. Държах читателят да знае, че Калшед е имал предвид именно “грижа”, не просто “съхранение”. Ето тези малки нюанси са много сложни за предаване. Докато превеждах, съм имала импулс да се свържа със самия Калшед и да го питам директно какво точно е имал предвид за някои термини.

Има много игри на думи в книгата, напр. дисоциация и символ: “диаболис” и “симболис”, също “даймон”³. Книгата е

³ “В цялата книга авторът употребява понятието „демон“, изписано според гръцкия корен на думата (daimon вместо латинското daemon, прераснало в съвременното „demon“), за да наблегне на по-многопластовото ѝ и широко значение във връзка със системата за самосъхранение. Модерното значение на думата се асоциира почти само със зъл дух, но през различните епохи и във философските и религиозни

богата на такива неща и е важно да бъде отразено в превода.

Важно е да се включват бележки например за вълшебните приказки и произхода на имената на приказните герои – например принц Змей на английски е “Lindworm”⁴, което придава допълнителен смисъл.

“Най-важното е, че се отвори диалогът и идеята заедно като колегия да сме ангажирани да работим върху общия ни език, който ползваме в работата си. Не минаваме от “Цялостна личност” към “Себе”, но имаме междинния вариант към Селф - малка, но извървявана първа крачка.

Има дълбоко състрадание, съчувствие и емпатия в цялостната идея на Калшед за себеогрижващата и архетипна защита. Защото ако този тираничен вътрешен глас е единственият, който те е обичал и защитавал в травматичните моменти, да

текстове понятието daimon е имало различно и разнообразно значение. Например в диалога на Платон „демоните са добронамерени природни духове, същества от същата природа, както смъртните и божествата, подобни на духовете хтонични герои, духовни водачи, природни сили или самите божества“. Етимологично от древногръцки daimon е „съдба, изпълнен със знание, богоподобен, мощен разпределител, бог, закрилящ дух“. Елините различават добри (eudaimon) и лоши демони (kokodaimon), а състоянието на Eudaimonia означава „благосъстояние“ или „щастие“. Добрите демони са сходни с арабските „джинове“, които в своите усилия да опосредстват негодите и сполуките в човешкия живот приличат на християнските понятия за ангела-хранител и съпернически демон. Има паралели и с римския гений (genius), който придружава и пази даден човек или място. Като прилагателно да си демоничен може да означава както „подобавач на демон“, така и да си „мотивиран от духовна сила, гений“, или да си „вдъхновен“. В този смисъл демонът може да е дух, често вътрешен водач, източник на вдъхновение или морален закрильник за индивида. В древногръцката митология демоните включват обожествяваните герои. Те се считат за посреднически духове между хората и боговете (непубликувани бележки, източник - личен архив С. Генова).

⁴ “На англ. името на принца е „Lindworm“ – дума със скандинавски корен, в различните германски езици и хералдика обозначава приказно/митично същество като впримчваща змия, дракон или змей; втората част на името (worm), означава „червей“ - (непубликувани бележки, източник - личен архив С. Генова).

се откажеш от него е равносилно на предателство и заплаха за живота ти. Терапевтът трябва да е много смирен и състрадателен, за да съумее да вникне в това и с огромно търпение и любов да му помогне бавно и постепенно да се освободи от нея. Самото потапяне в книгата беше едно лично трансформационно пътуване, защото разпознавам и себе си на страниците. Там не са само историите на твоите клиенти, там си и ти самият. Това не е книга, през която можеш да препускаш - има нужда да се спираш и да оплакваш отдавна забравените си загуби. Книгата е преживелищна” - тук Зара казва нещо, което резонира във всички разговори и за което говорят също Петя, Светлана, Ани, всички участници в семинарите по четене, аз самата. “Чувства се тази плътност в мислите му, зад всяка дума усещаш много преживян и преработен личен и клиничен материал” - допълва Светлана.

Има нещо много специално в това да имаме възможност да преживеем всички тези истории именно на български език. Ани ми дава още един поглед защо: “Нашата архетипна основа произлиза от българското. Да можем да се свържем с българските основи, да се свържем с корените на езика – затова е толкова стойностен този колективен труд”.

Бъдещи стъпки

Когато разговорите ми с Петя, Светлана, Ани и Зара приключват, искам историята да продължи и разговорите ни да осветлят още аспекти на книгата. Светлана сравнява книгата с машина на времето, която пуска мостове към колективното минало (с митовете и приказките), личното минало, но и към бъдещето - заради своя терапевтичен оптимизъм. Петя добавя още посоки:

“Калшед поставя въпроси, над които да се мисли. Например задава въпроса как така Селфът, който регулира психиката и насочва човек към индивидуация, как така заедно с това оттам излиза и тази мощна архетипна защита, която е плашеща, за да пази човек от по-нататъшно ретравматизиране и как той продуцира тези смущаващи и спъващи развитието образи. Калшед дава идеята, и това е негов принос, че освен индивидуираща функция, Селфът има и функция за оцеляване и стига до извода, че има такава функция, наблюдавайки архаичните дълбоки защити. Предлага една част от Селфа да носи тази защитна функция като Селф на оцеляването, Survival Self, и казва, че има още много да се разбере как именно става това. Трябва още да се чете, включително и следващата му книга – има неща, които книгата поставя като предмет на бъдещо мислене, четене и наблюдение в практиката. Очакваме повече изследвания да се правят в посока изясняване на човешкото страдание и кое причинява травмата. Както отбелязва Калшед, юнгианците малко работят за изучаване на травмата, има традиции по-скоро в други школи. На предстоящия конгрес на МААП това лято във Виена той ще чете доклад за афекта при ранна травма при деца и там може би ще предложи нови клинични наблюдения и теоретичен коментар по тази скъпа и за нас тема.

Светлана също описва един мост към бъдещето: “И аз разбрах, че той ще бъде на конференцията във Виена и имам фантазия, че той ще напише нещо върху българското издание”.

Със Зара мечтаем заедно:

“Имам мечта българският терапевт, аналитик, психолог, хората в помагачите

професии у нас да могат като колегите си по света да влизат в богати професионални библиотеки и да намират всичко необходимо на своя роден език”.