

The background is a deep blue, swirling night sky filled with stars and constellations. A woman with long, dark, wavy hair is shown in profile, looking upwards. She wears a flowing, light blue dress. Her right hand is raised, reaching towards a bright, multi-pointed star. The overall mood is magical and ethereal.

Лиза Марчиано

ИСКРА ЖИЗНИ

Раскрытие архетипической
силы женщин

Перевод Влады Коваленко.

МИОО

Эту книгу хорошо дополняют

Дарующая жизнь

Лиза Марчиано

Путешествие героини

Морин Мердок

Рожденные побеждать

Мюриэл Джеймс, Дороти Джонгвард

Пробуждение внутреннего героя

Кэрол Пирсон

Любовь как архетип

Наталия Павловская

Lisa Marchiano

The Vital Spark

Reclaim Your Outlaw Energies
and Find Your Feminine Fire

SOUNDS TRUE
BOULDER, CO

МИФ. Психология архетипов

Лиза Марчиано

Искра жизни

Раскрытие
архетипической силы женщин

Перевод с английского
Влады Коваленко

Москва
МИФ
2025

УДК 159.926.2+94(092)-055.72

ББК 88.312+60.542.21

М30

На русском языке публикуется впервые

Марчиано, Лиза

М30 Искра жизни. Раскрытие архетипической силы женщин / Лиза Марчиано ; пер. с англ. В. Коваленко. — Москва : МИФ, 2025. — 272 с. — (МИФ. Психология архетипов).

ISBN 978-5-00250-057-4

Семья и общество требуют от женщин проявления эмоциональной отзывчивости и заботы об окружающих в ущерб собственной независимости и связи с подлинным «я». В результате этого многие черты характера, необходимые женщинам для благополучия, отступают в тень бессознательного.

Сочетая личные истории, мифологию и вопросы для самоанализа, юнгианский аналитик Лиза Марчиано делится рекомендациями по восстановлению контакта с «искрой жизни». Вы научитесь прислушиваться к своим желаниям, защищать границы, уважать свое мнение, а также откроете источник творчества и интуитивного знания.

УДК 159.926.2+94(092)-055.72

ББК 88.312+60.542.21

Все права защищены.
Никакая часть данной книги
не может быть воспроизведена
в какой бы то ни было форме
без письменного разрешения
владельцев авторских прав.

ISBN 978-5-00250-057-4

Copyright © 2024 Lisa Marchiano.
This Translation published by exclusive
license from Sounds True Inc.
© Издание на русском языке, перевод,
оформление. ООО «МИФ», 2025

Оглавление

Предисловие. Изгнание	11
Глава 1. Разделение: потеря огня	24
Глава 2. Неуступчивость: швырнуть лягушку	53
Глава 3. Проницательность: потерять невинность	80
Глава 4. Хитрость: быть готовой к неожиданностям	110
Глава 5. Желание: раздуть огонь жизни	129
Глава 6. Сексуальность: полюбить себя	152
Глава 7. Ярость: защитить свои границы	176
Глава 8. Внутренний авторитет: переступить черту	195
Глава 9. Безжалостность: признать агрессию	222
Глава 10. Возвращение: принять свою судьбу	248
Эпилог. Путь к себе	261
Благодарности	264
Об авторе	266
Примечания	267

В память о моей матери

ДИСКЛЕЙМЕР

Все случаи публикуются с согласия клиентов
или являются собирательными образами.
Имена и персональные данные изменены.

Изгнание

Лилит существовала еще до появления Евы. Согласно средневековому еврейскому тексту, Бог решил, что Адаму негоже быть одному, создал женщину из той же глины, что и первого мужчину, и назвал ее Лилит. Но эти двое тут же начали спорить. Лилит отказалась лежать под Адамом, а тот настаивал, что его законное место — сверху. «Мы двое равны, — утверждала Лилит, — поскольку оба сотворены из земли»¹. Адам не стал слушать, и Лилит сбежала. Бог послал за ней трех ангелов, но она отказалась возвращаться. После этого Бог сотворил Адаму вторую жену, на сей раз из его ребра, чтобы подчеркнуть ее второстепенное положение.

В отличие от Евы, Лилит верна себе и самодостаточна. Она не желает подчиняться. По словам аналитического психолога Марии-Луизы фон Франц, Лилит — олицетворение «необузданного, непокорного стремления к жизни»². Для нее самостоятельность и независимость важнее отношений. Поскольку человеческое общество во многом держится на готовности женщин отказаться от собственных потребностей во имя заботы о других, неудивительно, что мы воспринимаем яростную независимость Лилит и ее требование равенства как опасные и демонические. Считалось, что Лилит алчно поджидает у постели роженицы, стремясь схватить и задушить едва рожденного ребенка. Вероятно, ее образ служил объяснением ужасающим случаям мертворождений и ранней детской смертности в донаучном мире. На глубинном уровне мы можем представить Лилит как темную противоположность материнской любви и заботы. Она олицетворяет все, чем женщина быть не должна.

Мифическое изгнание Лилит — свидетельство универсальной истины. Такие качества, как доброта, уступчивость и эмпатия,

помогают поддерживать связь с другими, а за нашу связь с собой отвечают огненные качества, например гневливость, рассудительность и напористость. Проще говоря, первый набор способствует развитию внешних отношений, а второй — самоутверждению, расширению прав и возможностей личности.

И то и другое важно для психологического здоровья и развития. Однако общество, как правило, побуждает женщин культивировать качества из первой группы и рекомендует им не выражать качества из второй. Огненная природа женщины подавляется: как и в случае с Лилит, супруг ожидает от нее повиновения. На работе и в дружбе, в семейных и партнерских отношениях мы зачастую сосредоточиваемся на других в ущерб себе.

Таким образом, большинство из нас еще в раннем возрасте лишаются связи со своей естественной природой. Возможно, в детстве вы громко пели, шутили, от души смеялись... но вскоре поняли, что нужно быть более сдержанной и тихой. Возможно, вы с легкостью высказывали собственное мнение в компании родных или друзей, но позже решили держать острый язык за зубами и оставлять толковые мысли при себе, потому что окружающие поощряют только уступчивость. Пылкая, независимая натура ушла в подполье и оказалась погребена под пластами пыльной вежливости. Твердость и способность думать в первую очередь о себе были изгнаны в самые темные закоулки души, и теперь о них едва ли вспоминают.

Однако огненные черты характера не пропадают совсем. Они дают о себе знать в виде мрачного расположения духа, раздражительности, обиды или горечи. Выражаются в сумбурных или пассивно-агрессивных действиях, вредных привычках и деструктивных состояниях, вспышках гнева или, например, необъяснимой тяге украсть что-то из магазина. А также в таких симптомах, как тревожность, панические атаки или депрессия.