





Джеймс Холлис  
юнгианский психоаналитик

# ЖИЗНЬ МЕЖДУ МИРАМИ

Как найти ресурс в себе,  
когда все вокруг разваливается

 **БОМБОРА**  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

Москва 2022

УДК 159.923.2

ББК 88.52

X72

James Hollis  
LIVING BETWEEN WORLDS:  
Finding Personal Resilience in Changing Times

Copyright © 2020 James Hollis.

This Translation published by exclusive license from Sounds True, Inc

**Холлис, Джеймс.**

X72 Жизнь между мирами : как найти ресурс в себе, когда все вокруг разваливается / Джеймс Холлис ; [перевод с английского В. Д. Баттиста]. — Москва : Эксмо, 2022. — 224 с. — (Практическая психотерапия).

ISBN 978-5-04-121538-5

Каждая историческая эпоха бросает человечеству вызов, как и каждый жизненный этап ознаменовывается для отдельного человека трудностями и вопросами, от решения которых зависит его будущее. И когда разрушены старые ценности, а новые всё еще не сформированы, когда пункт отправления скрылся из виду, а точка назначения еще за горизонтом, мы застреваем между мирами и теряемся в межвремяе.

Джеймс Холлис, доктор философии и известный юнгианский аналитик, в своей книге описывает причины состояния потерянности, которое хоть раз ощущал каждый. Он рассказывает, как с помощью глубинной психологии, философии, произведений классической литературы и мифов можно открыть внутренний источник устойчивости и вновь обрести себя.

Эта книга — проводник на пути к жизни, преисполненной человеческого достоинства и смысла.

УДК 159.923.2

ББК 88.52

ISBN 978-5-04-121538-5 © Баттиста В. Д., перевод на русский язык, 2022  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2022

*Я хочу сказать спасибо своим любимым —  
моей Джилл и нашим детям,  
Тэрин и Тимоти, Джону и Сиа.*

*Я также выражаю благодарность  
моему другу и агенту Лиз Харрисон,  
моему опытному редактору Дженнифер Браун  
и всем членам Общества Юнга в Вашингтоне,  
округ Колумбия.*

*И моим верным друзьям,  
в том порядке, в котором они  
встретились в моей жизни:  
Кенту, Карлу, Стивену, Трэвису, Шону,  
Мартину и Ллойд.*



# СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	11
<b>Глава 1.</b> Когда прежние карты исчезают.....	15
<b>Глава 2.</b> Жизнь между мирами.....	25
<b>Глава 3.</b> Что такое глубинная психология и почему она так важна?.....	41
<b>Глава 4.</b> Три основных принципа глубинной психологии.....	61
<b>Глава 5.</b> Антигона, Гамлет и Пруфрок: Иллюстрации к поискам внутренней устойчивости.....	95
<b>Глава 6.</b> Что есть исцеление? .....	121
<b>Глава 7.</b> Девушка без рук: Психомифические размышления о женском и мужском роде.....	137
<b>Глава 8.</b> Как выжить во времена перемен.....	145
<b>Глава 9.</b> Путеводитель по смыслу: Чему мы можем научиться у Юнга.....	165
Послесловие. Возвращение домой.....	195
Примечания .....	201
Библиография.....	205
Предметный указатель.....	207
Об авторе.....	215



Детство — единственный миг, когда мы смотрим  
на мир. Все остальное — лишь воспоминание.

**Луиза Глюк**

Вы никогда не станете завершёнными, и так  
должно быть. Одна сокровищница за другой будут  
открываться внутри вас бесконечно. Не бойтесь  
быть живым существом — гордитесь этим.

**Тумас Транстрёмер**

Каждую минуту вы должны стремиться избавиться  
от той жизни, которую запланировали для  
себя, чтобы получить ту, которая действительно  
предназначена для вас.

**Джозеф Кэмпбелл**

Если мы определяем религию как состояние  
предельной заботы, то мы должны сказать, что  
человек в наше время утратил такую предельную  
заботу. И возрождение религии есть не что  
иное, как отчаянная и по большей части тщетная  
попытка вернуть утраченное.

**Пауль Тиллих**

Я покорила мир,  
но, как забытый всеми  
первооткрыватель,  
я потеряла  
свою карту.

**Энн Секстон**



## ПРЕДИСЛОВИЕ

**Н** и для кого не секрет, что мы живем в непростые времена. Люди большинства эпох — разных стран и разных религий — считали так же, ведь, безусловно, многие из нас рано или поздно сталкиваются с трудностями. Зачастую наши ожидания от жизни, от других, от самих себя идут вразрез с действительностью. Часто то, что когда-то представлялось нам логичным, теперь кажется неуместным, то, на что мы всегда рассчитывали, сегодня выглядит расплывчатым и неопределенным. Я наблюдал эту закономерность на протяжении всей истории человечества, я вижу ее в повседневных новостях, в стенах консультационной практики. Вот почему представляется важным взглянуть как с точки зрения культурного, так и с точки зрения личностного развития на то, что происходит с нами в эти периоды межвременья, когда наши старые ориентиры и карты размываются, а то и исчезают вовсе.

В одних главах данной книги вы найдете более подробное определение *межвременья*, а также детальное описание того, как принципы и методы глубинной психологии способны помочь нам на пути к жизни, преисполненной человеческого достоинства и смысла. В других вы познакомитесь с природой исцеления и некоторыми идеями основателя аналитиче-

ской психологии Карла Юнга. В третьих исследуете ориентиры, которые оставил для нас фольклор, писатели-классики и западная литература. Хотя я должен придерживаться простого и понятного языка, темы в книге будут переплетаться между собой, поскольку все они являются неотъемлемой частью трехмерного опыта человеческого бытия. Всегда непросто представить земной шар на плоском листе бумаги, но я сделаю все возможное, чтобы передать вам те навыки картографии, которые я приобрел на протяжении своей жизни.

Популярная теология и популярная психология не всегда способны выдержать удар современных вызовов, в то время как электронные игрушки, призванные отвлекать на себя наше внимание, лишь приближают час нашей расплаты. В 1840-х годах датский философ Серен Кьеркегор выразил убеждение, что можно предвидеть конец своей эпохи, но не избежать его. Вот где, я думаю, мы с вами оказались — не на пороге новой эры, а на грани нового варварства. Потребуется вся решимость и мужество, которые мы только можем призвать, чтобы сохранить наши ценности перед лицом того, что рождается из наших собственных решений в эти переходные времена. Что представляют собой эти ценности? И где мы находим силы и упорство, чтобы идти вперед, когда все вокруг ставится под сомнение?

Некоторые читатели не любят мои книги за то, что они слишком мрачные, мало говорят о счастье и практически никогда не упоминают о радости. На это я отвечаю, что существует масса книг, которые делают это, зачастую параллельно давая несбыточные обещания. Если бы эти книги помогали добиться всего того, о чем в них написано, я бы давно встал за ними в очередь следом за вами. Счастье и радость — замечательные вещи, но их природа контекстуальна и преходяща, их нельзя заставить появиться усилием воли. Я был счастлив, когда родилась моя дочь Тэрин, но это было счастье, смешанное с беспокойством о том, как сложится ее жизнь в этом мире и смогу ли я защитить ее или стать достаточно хорошим отцом. Я по-прежнему беспокоюсь о ней, хотя она уже разменяла полвека жизни и способна прекрасно заботиться

о себе. Также я испытал огромную радость, когда «Иглз» обыграли «Патриотов» в Суперкубке, и это было всего несколько сезонов назад — а кажется, прошла уже целая вечность.

Счастье и радость не нуждаются в том, чтобы о них писали или говорили в книгах: они позаботятся о себе сами, без нашей лишней суеты. Счастье — это побочный продукт правильно выстроенных отношений между нами и нашей душой в каждый данный момент жизни. Оно может проявиться в самых разных местах и в самые неожиданные моменты, но его нельзя заставить появиться по желанию. Я бы предпочел поговорить о реальности нашей повседневной жизни, о грузе истории — как личной, так и политической, — от которого, как мне кажется, мы никогда не сможем избавиться; и о том, насколько сложно жить честной, достойной и настоящей жизнью, к которой все мы, на мой взгляд, должны стремиться.

В этой книге также не будет упрощенных историй, которые обычно используют для маскировки сложных вопросов. Я приведу реальные примеры из жизни реальных людей, взяв из них то, что поможет нам в нашей жизни. Если по каким-то причинам вы недовольны тем, как складывается ваша жизнь, возможно, вам следует разобраться в том, каким «идеям» она служит, оценить, являются ли они осознанными или бессознательными, а затем попытаться отыскать другие, лучшие идеи. С этой целью я расскажу о бессознательных, даже загадочных идеях, которым мы служим ежедневно, — универсальных темах, мотивах и скрытых планах, управляющих нашей жизнью. Понимание данных идей — это единственный способ бросить им вызов и вернуться на путь нашей души.

В этом мы с вами заодно. Я многому научился у вас и надеюсь, что некоторые мысли и идеи данной книги станут для вас полезными. И все, что мы можем сейчас сделать, — это приложить все возможные усилия, чтобы составить наши собственные карты и попытаться время от времени помогать друг другу.

**ДЖЕЙМС ХОЛЛИС**  
**Вашингтон, округ Колумбия, 2019**



# 1

## Когда прежние карты исчезают

И, наблюдая за падением божеств,  
Остался человек лишь Вечности предан.  
В тоске по дому на Земле, бездомный на века  
Уже задолго до того, как умер Пан.

**Эдвин Маркхэм, «Предрасветная песнь»**

Любая трансформация в качестве своего  
неизменного условия требует «конца света» —  
крушения прежней философии жизни.

**К. Г. Юнг**

**Б**олее двух тысячелетий назад по средиземноморским странам, посеяв панику, разнесся ужасающий слух. Слух? Умер бог Пан!

Хотя я понимаю, что это прискорбное событие ускользнуло от вашего внимания и еще не успело встревожить вас, могу заверить, что его смерть сыграла огромную роль в вашей жизни. Потеря его живой энергии имеет прямое отношение к бедам сегодняшнего дня. Зачастую в потоке человеческих дел, который мы считаем «историей», и в потоке личной жизни, который мы называем «кризисом», доминирующие