

Оглавление

Посвящения и благодарности	9
Введение	15
От авторов: наши собственные истории возвращения домой	15

ГЛАВА 1. ЗАЧЕМ НАМ НУЖНО ВЕРНУТЬСЯ ДОМОЙ? 27

Зачем нужно знать историю своей семьи	30
Эра ДНК: окно в прошлое	32
Семья — кто это?	36
Важен каждый из членов семьи	37
Возможности членов системы не равны, но система все равно остается системой.	38
Цена разрыва отношений и необходимость использовать любую возможность для восстановления связи	39
Связь между близостью, слиянием, конфликтом и разрывом	41
Бегство от семьи может привести к тому, что вы окажетесь в ловушке прошлого	45
Паттерны, повторяющиеся на протяжении жизненного цикла семьи	48
Семейные роли, как правило, фиксированы	49
Установление связей между событиями и отношениями	50
С чего начать возвращение домой	50
Несколько вопросов, которые могут помочь вам в начале путешествия	53

ГЛАВА 2. КУЛЬТУРА: ЭТНИЧЕСКАЯ, РАСОВАЯ, КЛАССОВАЯ, РЕЛИГИОЗНАЯ ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ И ИСТОРИЧЕСКИЙ КОНТЕКСТ 54

Возвращение домой	57
Как культура формирует семейные паттерны	60
Расовая принадлежность и цвет кожи	65
Исторический контекст: место вашей семьи на временной оси	68
Фрида Кало и Диего Ривера	72
Социальный статус, классовая принадлежность и финансовое положение	79
Религиозная принадлежность и духовные ценности	84
Мэрилин Монро: религиозная идентификация и дезидентификация	88
Постыдные тайны, связанные с культурной принадлежностью.	90
Отголоски расовых и культурных проблем в истории семьи	92
Возвращение домой по-австралийски	93
Вопросы о культурной идентичности вашей семьи	96

ГЛАВА 3. ТРАНСФОРМАЦИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ: ПРОШЛОЕ КАК ПРОЛОГ	99
Семья как система и ваша роль в ней	101
С чего начать процесс изучения своей семьи	102
Начнем с ближайших родственников: расширяем перспективу	103
Расширяем определение семьи	106
Как собирать информацию: задаем вопросы и слушаем	109
Семейные тайны: прислушивайтесь не только к тому, что люди рассказывают, но и о чем предпочитают молчать	111
Новые вопросы для дополнения генеалогии	114
Распрашивая, не забывайте об эмпатии	115
Близость, конфликты, треугольники и разрывы	117
Неосознанное давление на одного из членов семьи	121
Время нашего рождения: значение дат	122
Совпадения	123
Гендерно-обусловленные паттерны	126
«Я» в развитии	127
С чего начиналось мое собственное возвращение домой	131
Основные принципы работы над отношениями в семье	135

ГЛАВА 4. СЕМЕЙНЫЕ ИСТОРИИ И ТАЙНЫ	138
Миф о том, что покидать дом опасно: семья Бронте	141
Миф о том, что все, что меньше успеха, равносильно провалу: семья Адамс	147
Темы в истории семьи Адамс, которые вы можете проследить в собственной семье	161
Семейные тайны	162
Тайны, связанные с усыновлением	165
Тайны, связанные с междоусильем:	
Анджела Такер	167
Тайны, уходящие корнями в наследие идеи превосходства белых: семья Томаса Джефферсона и Салли Хемингс	170
Другие тайны, связанные с отрицанием расовой принадлежности: Анатолий Бройяр	172
Тайны, связанные с самоубийством	176
Заговор молчания: семья Фонда	177
Межпоколенческие тайны, касающиеся инцеста: семья Натаниэля Готорна	179
Как справиться с предательством, стоящим за тайной: три семьи Чарльза Линдберга	183
Работа с семейными тайнами как важная часть возвращения домой	187
Вопросы о семейных историях и тайнах	189

ГЛАВА 5. СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ	191
Паттерны коммуникации внутри семьи	192
Соблюдение баланса между близостью и дистанцированием	193
Братья Райт — наглядный пример семейных паттернов коммуникации . .	194
Реакции на стресс	200
Семья Теодора Рузвельта в период выхода его дочери Элис в самостоятельную жизнь	202
Урегулирование семейных конфликтов	207
Сила молчания	208
Слияние и разрыв	213
Семья О'Нил: пример слияния и разрыва	214
Носитель симптомов	217
Триангуляция	219
Треугольники в семье Бетховена	221
Путь к детриангуляции.	232
Вопросы о коммуникации, отношениях и треугольниках в вашей семье	235
 ГЛАВА 6. СМЕРТЬ И ДРУГИЕ ПОТЕРИ	 237
Размышления Джеймса Болдуина о смерти его жестокого отца	239
Реакция на смерть	243
Время и обстоятельства, при которых наступила смерть	245
Влияние смерти на роли и отношения в семье	247
Траур	248
Дисфункциональная адаптация к потере	249
Семья Хепбёрн	251
Семья Кеннеди	258
Семья Фрейд	273
Устойчивость перед лицом утраты	278
Осмысление утрат своей семьи	279
Вопросы, касающиеся семейных утрат	280
 ГЛАВА 7. ОТКУДА МЫ РОДОМ: РОДИТЕЛИ И ДЕТИ	 282
Семья Франца Кафки	291
Гендерное неравенство в родительских ролях	294
Цена, которую платят дети за разрушенный брак родителей: семья Диккенс	296
Потеряв родителей, обрести их вновь	299
Вопросы о родителях	303
 ГЛАВА 8. БРАТЬЯ И СЕСТРЫ	 305
Отношения между братьями и сестрами в разные периоды жизни	308

Близнецы	313
Порядок рождения	314
Старший ребенок в семье	315
Тэмми Дакуорт: старший ребенок в семье	317
Че Гевара: еще один старший ребенок в семье	320
Младший ребенок в семье	323
Средний ребенок в семье	331
Единственный ребенок в семье	335
Сиблинговая позиция и брак	338
Элеонора и Франклин	339
Сиблинговые отношения в семье	342
с дисфункциональными или отсутствующими родителями	342
Вопросы о паттернах сиблинговых отношений в семье	345

ГЛАВА 9. ОТНОШЕНИЯ МЕЖДУ СУПРУГАМИ. 347

Брак: быть или не быть? Роль социокультурных факторов	350
Брак: быть или не быть? Роль семейных убеждений и представлений о норме	353
Влияние утраты	357
Изменение паттернов поведения супругов с течением времени	360
Способы разрешения конфликта	360
Триангуляция	361
Проблема баланса между слиянием и отчуждением	363
Густав и Альма Малер: пример выраженного отчуждения	364
Комплементарность в отношениях	371
Успешный брак: баланс между связанностью и обособленностью	379
Развод и повторный брак	385
Вопросы о супружеских отношениях в вашей семье	386

ГЛАВА 10. ВОССОЕДИНЕНИЕ С СЕМЬЕЙ. 388

Барак Обама: возвращение к истокам	393
Как вернуться к истокам, если твой отец — домашний тиран и трансгендер	400
Там, где начинаются и заканчиваются прошлое и будущее: путешествие Эми Тан	406
Путь домой длиною в жизнь	408
Заключительные замечания	417
Литература	418
Указатель	441
Об авторах	447

«Макголдрик и Ласлоффи предлагают нашему вниманию всестороннее исследование генограмм и их роли в углубленном изучении семейной истории. В эпоху, когда мир сталкивается с проблемами трайбализма и поляризации, эта фундаментальная работа дарит проблеск надежды и вдохновения, напоминая о важности человеческих связей и, что более важно, о том, что каждый из нас может обрести дом. Эта книга обязательна к прочтению для всех, кто ищет путь к более глубоким и содержательным отношениям в семье и за ее пределами».

Кеннет В. Харди, доктор наук,
автор книги «Расовая травма:
клинические стратегии заживления невидимых ран»

«Все мы — существа социальные, жаждущие наполненных любовью отношений. Однако многие отдалились от собственной семьи, и большинство из нас мало что знают о своих корнях, уходящих на много поколений в прошлое. Моника Макголдрик, выдающийся специалист в области семейной психотерапии, мастерски показывает, как эти отношения отражаются на нашей жизни и отношениях. В этой увлекательной книге она и ее соавтор Трейси Ласлоффи приглашают нас отправиться в путешествие, в ходе которого мы узнаем истории и тайны нашей собственной семьи, ее страсти и печали. Авторы блестяще иллюстрируют принципы использования генограмм, раскрывая сложные (и не всегда очевидные) паттерны взаимоотношений в семьях известных людей. Читатели по достоинству оценят практические рекомендации, которые помогут им восстановить отношения, залечить старые раны, по-новому взглянуть на проблемы своих семей и свои собственные проблемы и обрести жизнестойкость».

Фрома Уолш, доктор наук,
почетный профессор Центра здоровья семьи
при Чикагском университете,
автор книги «Травматические потери:
путь к исцелению и повышению жизнестойкости»

«Это потрясающая книга: она способна и сообщить нам что-то новое, и обогатить наше представление о семье, частью которой мы являемся, и заставить пересмотреть те истории, которые мы привычно рассказываем себе о своей семье. Захватывающие истории о знаменитых семьях настолько увлекательны, что вы и сами не заметите, как узнаете много нового о теории семейных систем и о том, как из поколения в поколение передается застревание на отчуждении, конфликтах, треугольниках, навешивании ярлыков, разрывах и тому подобном. Однако волшебство этой книги не ограничивается рамками научной ценности исследования функционирования семьи. Она позволит вам заглянуть в собственное сердце и поможет более пристально, с любопытством, состраданием и смелостью взглянуть на себя, а также на героев, злодеев и просто обычных людей, составляющих историю вашей семьи. Прочитав эту книгу — а вы (и ваш психотерапевт) определенно должны это сделать, — вы станете экспертом в том увлекательном танце, который мы называем семьей, переосмыслите свое прошлое и сможете смело двигаться вперед, к будущему в отношениях».

Харриет Лернер, доктор наук,
автор книги «Танец гнева»

Посвящения и благодарности

МОНИКА МАКГОЛДРИК

ПОСВЯЩЕНИЕ

Я посвящаю эту книгу своей матери: она научила меня тому, что никогда не поздно восстановить разорванные связи и полюбить человека, с которым у тебя был глубокий конфликт. Я уверена, что дело не столько в том, что наши матери в чем-то не оправдали наших ожиданий, сколько в тех мерках, которыми мы их меряли. Я посвящаю эту книгу ей — за ее мужество как женщины и за ее стремление расти до последнего вздоха. Она всегда в моем сердце.

Эта книга также посвящается Бетти Картер — моей наставнице, родственной душе, сестре, с которой я обсуждала многие из затронутых здесь вопросов, касающихся восстановления связи со своей семьей. Я посвящаю эту книгу ей в благодарность за ее любовь, чувство юмора и блестящий аналитический ум, а также за то счастье, которое мне выпало: сотрудничать с ней на протяжении более чем 30 лет.

Наконец, я посвящаю эту книгу Кэрол Андерсон и Полетт Мур Хайнс — моим родственным душам, моим верным спутницам, которых я любила на протяжении многих десятилетий. Они были мне подругами и соратницами в радости и в горе, и теперь я каждый день скучаю по их присутствию, поддержке и дружбе.

БЛАГОДАРНОСТИ

Я также безмерно благодарна своему мужу Софоклису Орфанидису, который с момента нашей первой встречи в 1968 году стал для меня неотъемлемой частью того, что для меня представляет собой родной дом. Я благодарна ему за поддержку и за все годы, прожитые вместе. Наш замечательный сын Джон за то время, что ушло у меня на выпуск трех изданий этой книги, прошел путь от рождения до почти зрелого возраста. Мне так повезло, что он был в моей жизни эти 38 лет

и помогал мне расти над собой точно так же, как я помогала ему на пути взросления (надеюсь, что мне это удалось). Это было величайшей радостью в моей жизни. А еще он привел в нашу жизнь мою любимую невестку, Анну де Пальма, и вместе они подарили нам нашего чудесного внука Оуэна Уильяма Орфанидиса. Анна уже оказала нам огромную помощь с иллюстрациями для предыдущего издания, и теперь у нее есть свои потрясающие творческие проекты!

Я также благодарю моих любимых свата и сваху, Рене Псиакис и Билла де Пальма, за любовь и поддержку, которую они оказывали мне в процессе работы над третьим изданием. Я бесконечно благодарна им за это, а еще за то, что они стали для меня дорогими друзьями.

Благодарю своих сестер, Нилу и Морну, за все, чем они были для меня на протяжении всей моей жизни, за ту роль, которую они сыграли в формировании моего собственного образа родного дома. А также нашу любимую Маргарет Буш и тетю Мейми — я до сих пор скучаю по ним каждый день.

Мои племянники Гай и Хью, моя невестка Мария Сперлинг и внучатый племянник Ренцо всегда были моей группой поддержки. Хотя они далеко от меня, они остаются важнейшей частью моих корней и моего чувства принадлежности. Гай много лет был моим консультантом по художественному оформлению, и я особенно благодарна ему за советы, касающиеся фотографий, генограмм и историй, вошедших в эту книгу. Его помощь была для меня бесценна. А Хью помог мне с генограммами для этого издания именно тогда, когда я отчаянно в этом нуждалась. Я очень ценю его талант, отзывчивость и готовность выручить меня в трудную минуту.

Источником вдохновения для меня были и мои крестные дети (официальные и неофициальные): Стефан, Ариан и Натали Баер; Ирины и Ангелики Сиркос; Мария Андерсон Рубин; Клэр Уитни; Пэтти, Джина, Райан, Терри и Кристиана Танус; Айрин и Гейб Берковиц, Ава Ли-Грин. Эта книга написана в том числе и для них, и для их детей, представителей следующего поколения.

В течение тех долгих лет, что я работала над текстом этой книги, меня прямо или косвенно поддерживали очень многие друзья и коллеги: Кэрол Андерсон, Фрома Уолш, Нидия Гарсия Прето, Полетт Хайнс, Ноллег и Генри Берн, Имельда Маккарти, Элейн Пиндерхьюз, Барбара Петков, Суэли Петри, Роберто Фонт, Кен Харди, Джон Фолварски, Джейн Махбуби, Калли

Адамидес, Фернанда Фильо, Джейн Харт Толлинджер, Шарлотт Фремон Дэниэлсон, Джейн Суфиан, Джим Миченер (мой друг детства), Нэнси Бойд и А. Дж. Франклин, Гленн Вольф, Даг Шенингер, Рон Аронс, Лиз Николаи и Саломе Рахаим — каждый из них был для меня важным источником поддержки, даже если сам этого не осознавал.

Особую признательность я выражаю Суэли Петри за ее преданность идее построения генограмм и особенно за тот не легкий труд, который она проделала вместе со мной за последнее десятилетие, чтобы помочь уточнить и расширить понимание сути генограмм. Когда мы познакомились, она была еще студенткой, которая очень заинтересовалась генограммами, а затем стала для меня подругой, коллегой и надежной опорой в осмыслении не только вопросов, связанных с генограммами, но и многих других вопросов личного и профессионального плана.

Мой прославленный друг и моя родственная душа Фернандо Колон вдохновлял и поддерживал меня, особенно в том, что касается вопроса важности связей некровного родства. Я также благодарю своего друга Роберта Джея Грина за то, что он в почти каждой нашей беседе подвергал сомнению мою безоговорочную веру в значимость генограмм, помогая мне самой прояснить для себя глубочайший смысл понятий «семья» и «дом».

Я благодарна очень многим людям за помощь в развитии этого проекта. Особую признательность я выражаю Рэнди Герсону за новаторскую работу, которую он проделал, чтобы облегчить описание паттернов генограмм и сделать их создание доступным любому с помощью компьютерных приложений, а также за наши совместные усилия по компьютеризации генограмм, даже если нам так и не удалось достичь этой цели вместе. Мне очень жаль, что мы так рано его потеряли.

Я также благодарю своего давнего друга и коллегу Майкла Рорбау, который убедил меня написать книгу о генограммах, который подвергал сомнению мои предположения и помогал мне точнее сформулировать мои мысли о потенциале генограмм как исследовательского и клинического инструмента. Он также помогал мне в разработке исследовательских проектов по изучению паттернов генограмм.

Я очень признательна за поддержку Дэну Морену, разработчику программы *Genopro* (www.genopro.com). Мне не терпится увидеть, что еще он придумает, чтобы еще больше усовершенствовать отображение генограмм. Именно с помощью

его программы были созданы генограммы для этой книги. Его программа не только рисует генограммы, но и создает базу данных, что потенциально позволит изучать паттерны в множестве семей на протяжении поколений. О такой программе, создающей базу данных для исследования паттернов, я мечтала с 1980 года, когда впервые узнала, что Рэнди Герсон придумал, как отобразить генограмму с помощью компьютера. Мы с Рэнди годами пытались добиться поддержки для разработки компьютерной базы данных генограмм, которая позволила бы нам исследовать разные семьи. Программа Дэна — первый шаг к такой базе данных, и я надеюсь, что в ближайшие годы она будет окончательно доработана. Я очень благодарна за его усилия по приведению программы в соответствие стандартам и за его творческий подход к ее адаптации для клинического использования.

А еще нужно сказать, что пока шла работа над этим изданием, Джейми Квирос делала все, чтобы работа в нашей организации шла привычным ходом, а я тем временем могла полностью сосредоточиться на своем проекте — и за это я ей очень признательна. А наш влюбленный в свою работу IT-консультант Бен Форест за последние годы провел немало часов, помогая нам разобраться с генограммами и текстом для этой и нескольких других книг. Его вклад также был неоценим.

Что же касается Трейси Ласлоффи, моей уважаемой коллеги и замечательного соавтора этого третьего издания, она за эти годы стала мне надежным другом. Я безмерно благодарна ей за блестящий ум, писательский талант, готовность к взаимодействию и энтузиазм в работе над книгой.

И наконец, я хочу поблагодарить весь редакционный коллектив издательства *Norton*, особенно Дебору Малмуд, Мэрайю Эппс и Джейми Винсента, которые поддерживали нас в подготовке книги к третьему изданию. Точно так же издательство поддерживало и многие наши предыдущие проекты — книги о генограммах, о потерях, о женщинах и о переосмыслении семейной терапии. Мне также невероятно повезло найти Лиз Серамур, нашу помощницу по оформлению иллюстраций, именно тогда, когда мне была катастрофически нужна помощь. Лиз проделала огромную работу по получению разрешений на использование фотографий, что без нее могло стать для меня настоящим кошмаром. Ее усилия значительно облегчили мне задачу по наглядному представлению историй, изложенных в книге. Я бесконечно благодарна ей за помощь и поддержку. И вообще, мы

очень признательны всем сотрудникам издательства *Norton* за их приверженность этому проекту и ту огромную помощь, которую они оказали нам в его реализации.

Я надеюсь, что однажды наш внук Оуэн, внучатый племянник Ренцо Ливингстон и другие представители их поколения разделят наш энтузиазм по поводу генограмм и особенно нашей семейной генограммы. Мне не терпится увидеть, как наша генограмма будет развиваться по мере появления новых поколений.

И конечно, этой книги не было бы без поддержки моих родителей и всех других членов нашей семьи, ушедших прежде нас — связанных с нами узами кровного или некровного родства, а также духовной и физической близости — и ставших частью моей генограммы. Я, если можно так выразиться, стою на плечах своих талантливых и всегда готовых прийти на помощь родных, без которых не написала бы эту книгу. Только благодаря их поддержке у меня есть эта замечательная возможность передать свои знания всем, кто придет после нас — всем, кто связан с нами если не кровными, то интеллектуальными, эмоциональными и духовными узами.

ТРЕЙСИ ЛАСЛОФФИ

ПОСВЯЩЕНИЕ

Эта книга — о наших семьях и о том, как семья формирует нас. Поэтому я хочу посвятить ее своей семье. В первую очередь, посвящаю ее своим родителям, Джун и Джерому Ласлоффи. Хотя их уже нет в живых, их любовь согревает меня каждый день. Именно благодаря их любви я узнала, что такое дом — место, где тебя по-настоящему принимают, где у тебя есть чувство принадлежности и связи с близкими, где безопасно и уютно. Особенно я хочу поблагодарить свою мать за величайший подарок, который родитель может сделать ребенку — за способность спокойно принимать неизбежные раны, без которых невозможно представить путь к исцелению. Я также хочу поблагодарить своего отца, который с самых ранних лет говорил о важности семейной истории и знания своих корней. Приложив массу усилий для того, чтобы записать рассказы

родственников об их жизни и собрать богатую коллекцию семейных фотографий, он научил меня ценить наше прошлое. Я уверена, что именно он заложил основу для моего интереса к семейной терапии и изучению семейных историй.

Я также посвящаю эту книгу своей сестре Джойс, которая с детства была для меня моей самой надежной спутницей, наперсницей, соратницей, оппоненткой и ближайшей союзницей. Как и большинство сестер, мы не раз ссорились, но никогда не ставили под сомнение взаимную любовь и преданность. Для меня наша с Джойс связь — лучшее подтверждение силы семейных уз и того богатства, которое они привносят в нашу жизнь.

БЛАГОДАРНОСТИ

Помимо родителей и сестры, я хочу поблагодарить остальных членов моей большой семьи. Я благодарна им за их любовь и поддержку в трудные времена и за ту радость, которой мы делились в счастливые моменты.

Особую благодарность я выражаю моему партнеру Биллу, который на протяжении многих лет терпеливо слушал и поддерживал меня в работе над различными текстами. Я глубоко признательна ему за это.

Наконец, я хочу поблагодарить Монику Макголдрик — мой источник вдохновения и поддержки. Я благодарна ей за наставничество и множество бесценных возможностей, которые она мне подарила. Самой замечательной из них стала возможность вместе работать над этой книгой, которой я очень горжусь. Я очень надеюсь, что она поможет людям *вернуться домой* — в самом глубоком смысле этого слова.

Введение

ОТ АВТОРОВ: НАШИ СОБСТВЕННЫЕ ИСТОРИИ ВОЗВРАЩЕНИЯ ДОМОЙ

*Знай, откуда ты пришел.
Если знаешь, откуда пришел,
то не будет пределов тому,
чего ты можешь достичь.*
Джеймс Болдуин
«В следующий раз — пожар»

*Жить без истории —
все равно что идти,
не отбрасывая тени.*
Том Стоппард
«Леопольдштадт»

Задача этой книги — вдохновить вас, помочь вам глубже понять отношения в своей семье и по возможности изменить свою роль в проблемных семейных ситуациях, связанных с конфликтами, напряженностью и отчуждением. Мы уверены, что ключ к пониманию того, кто мы есть в этом мире, заключается, как хорошо выразился Джеймс Болдуин, в том, чтобы «знать, откуда мы пришли». В качестве основного инструмента для достижения этой цели мы используем генеалогическое древо, а также все, что только можно узнать из разговоров, семейных фотографий и рассказов об истории семьи.

Генеалогическое древо, которое мы используем для отображения истории конкретной семьи, называется генограммой. Группа семейных врачей однажды написала статью под названием «Если на дороге вам встретится Будда, составьте его генограмму» (Гарретт, Клинкаман, Пост, 1987), в которой говорилось о той роли, которую играет генограмма, или генеалогическое древо, в качестве ориентира для понимания

ЗАДАЧА ЭТОЙ КНИГИ —
ВДОХНОВИТЬ ВАС, ПОМОЧЬ ВАМ
ГЛУБЖЕ ПОНЯТЬ ОТНОШЕНИЯ
В СВОЕЙ СЕМЬЕ И ПО ВОЗМОЖНОСТИ
ИЗМЕНИТЬ СВОЮ РОЛЬ
В ПРОБЛЕМНЫХ СЕМЕЙНЫХ
СИТУАЦИЯХ, СВЯЗАННЫХ
С КОНФЛИКТАМИ, НАПРЯЖЕННОСТЬЮ
И ОТЧУЖДЕНИЕМ

ГЕНЕАЛОГИЧЕСКОЕ ДРЕВО, КОТОРОЕ МЫ ИСПОЛЬЗУЕМ ДЛЯ ОТОБРАЖЕНИЯ ИСТОРИИ КОНКРЕТНОЙ СЕМЬИ, НАЗЫВАЕТСЯ ГЕНОГРАММОЙ

людьми самих себя и друг друга через изучение истории, и в первую очередь истории своей семьи. Мы активно продвигаем идею использования генограмм для составления карт семейных

систем и выявления межпоколенческих паттернов и закономерностей семейной динамики. Более того, мы настолько увлечены этой идеей, что, когда смотрим фильм или читаем роман или биографию, обязательно составляем генеалогическое древо или «генограмму» соответствующих персонажей. И в этой книге мы, в частности, предложим вам составить генограмму вашей собственной семьи, чтобы углубить понимание своей семейной системы и самих себя.

С 1995 года эта книга издавалась уже два раза, а над этим последним изданием я трудилась в соавторстве со своей подругой и коллегой Трейси Ласлоффи. Мы с ней много лет вместе работаем над проектами, посвященными жизненному циклу и культурным проблемам, и я очень рада, что она стала соавтором третьего издания моей книги.

Прежде всего мы хотим поделиться с вами собственными историями *возвращения домой*. Мы надеемся, что это убедительно продемонстрирует, почему мы так горячо верим в эту идею, и вдохновит вас сделать то же самое.

МОНИКА МАКГОЛДРИК

Эта книга выросла из моих попыток *вернуться домой*, предпринятых в тот момент моей жизни, когда я была готова совсем порвать со своей семьей, потому что, как бы я ни старалась, у меня не было ощущения, что меня с ней связывают родственные узы. Мое *путешествие домой* началось в 1972 году, когда я впервые услышала выступление Мюррея Боуэна, который рассказывал о своей теории и о том, как важно суметь просто сесть и спокойно поговорить со своей матерью. Я пришла к выводу, что либо он сильно заблуждается (потому что он просто не знаком с *моей* матерью), либо мне необходимо разобраться в том, о чем он говорит. Не прошло и недели, как я начала свой путь к тому, чтобы по-другому понять себя и свою семью и изменить свою роль в семейной системе. Я наняла одного из учеников Боуэна, Фила

Герина, в качестве консультанта по воссоединению с семьей. Начав изучать историю собственной семьи, я стала сильнее любить свою мать — женщину с трудным характером, властную и обидчивую — и осознала недостатки своего умного, веселого и приятного в общении отца (конечно, от этого я не стала любить его меньше, просто начала лучше понимать маму). В дальнейшем я потратила много лет на исследование генеалогии своей семьи. В поисках своих родственников я проехала от Вайоминга до Баллибофи в ирландском графстве Донегол и до местечка Лип, расположенного близ Скибберина в графстве Корк. Пройденный путь помог мне осознать, что я часть всего, что было до меня, и ценить наследие, которое мы оставляем тем, кто придет после нас, — ведь именно благодаря этому, по словам Шеймуса Хини, «история рифмуется с надеждой».

Я средняя из трех сестер, американка ирландского происхождения в четвертом поколении. Родилась в Бруклине в 1943 году (выросла на «Бруклин Доджерс»), а с шести лет жила на ферме в Солбери, штат Пенсильвания. В 1972 году я вышла замуж за иммигранта-грека и к настоящему времени успела стать матерью, тетей и бабушкой.

Моя мать была одной из самых интересных женщин, которых я когда-либо знала. На протяжении всего моего детства, отрочества и юности мне было с ней очень трудно. Она в 1934 году окончила Барнардский колледж, а затем отказалась от успешной карьеры в сфере связей с общественностью, чтобы выйти замуж за моего отца, которого обожала на протяжении всех тридцати восьми лет их совместной жизни. Отец был известным в Нью-Йорке политиком-реформатором. Он дольше всех проработал контролером Нью-Йорка при администрации Ла Гуардия. Кроме того, он был юристом и преподавал политологию. Вообще в моей семье очень много учителей: мой муж, отец, обе мои сестры, трое моих тетушек, дядя и дедушка по материнской линии.

Все годы моего детства меня растила обожаемая мною няня, Маргарет Файфер Буш, афроамериканка из Эшвилла (штат Северная Каролина). Из-за процветавшего в то время расизма Маргарет научилась читать позже меня, но несмотря на то, что была просто «прислужгой», она управляла нашей семьей наравне с моей матерью — таково было неестественное устройство семейных отношений, распространенное среди привилегированных белых семей в США. В детстве она