




ДЖЕЙМС ХОЛЛИС

ЖИЗНЬ МЕЖДУ МИРАМИ

Как найти внутреннюю опору
во времена перемен

 **БОМБОРА**
ИЗДАТЕЛЬСТВО
Москва

*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	15
1. КОГДА ПРЕЖНИЕ КАРТЫ ИСЧЕЗАЮТ.....	19
Дежавю снова и снова	24
Старые боги, новые имена	25
2. ЖИЗНЬ МЕЖДУ МИРАМИ.....	32
Фундаментализм и сциентизм: новые мифологии.....	39
Исторический ответ на эпоху перемен.....	45
Наш вызов в период межвременья.....	50
3. ЧТО ТАКОЕ ГЛУБИННАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПОЧЕМУ ОНА ТАК ВАЖНА?	52
Что скрыто в самой глубине?	55
Прислушаться к собственной истории — и переписать ее	58
Роль снов в процессе самоконтроля	60

Практики глубинной психологии: дневники, сны и активное воображение.....	63
Изучение литературы как познание себя.....	70
4. ТРИ ОСНОВНЫХ ПРИНЦИПА ГЛУБИННОЙ ПСИХОЛОГИИ.....	80
I. Дело вовсе не в том, в чем дело	80
<i>Работа с точками застревания</i>	82
<i>Тихая гавань зависимостей</i>	90
II. То, что вы видите, — это компенсация того, чего вы не видите	100
<i>Стратегии в ответ на подавление</i>	103
<i>Стратегии в ответ на покинутость</i>	107
III. Все является метафорой.....	111
<i>Доверяя нашим внутренним посланникам</i>	113
<i>Язык снов</i>	117
5. АНТИГОНА, ГАМЛЕТ И ПРУФРОК: ИЛЛЮСТРАЦИИ К ПОИСКАМ ВНУТРЕННЕЙ УСТОЙЧИВОСТИ.....	125
Дилемма Антигоны: между выбором и последствиями.....	129

Гамлет: сражайся, беги или замри.....	142
Пруфрок: никем не услышанная песнь и человек, застрявший навек	151
Знакомство с богами нашей собственной психодрамы	155
6. ЧТО ЕСТЬ ИСЦЕЛЕНИЕ?.....	159
1. <i>От природы мы наделены всем необходимым, чтобы выжить, прожить свой путь и реализовать себя</i>	<i>163</i>
2. <i>Наше собственное бессилие заставляет нас адаптироваться и создавать «истории», которые помогают нам понять окружающий мир.</i>	<i>164</i>
3. <i>Мы становимся слугами и пленниками наших историй.</i>	<i>165</i>
4. <i>Без помощи психопатологии мы никогда бы не пришли к осознанию необходимости переосмысления и тем самым, возможно, трансформировались бы в одну глобальную «историю».</i>	<i>167</i>
5. <i>Психопатология призывает нас обратиться к чему-то большему, чем «паллиативная» помощь.....</i>	<i>170</i>

6. *Наши главные задачи —
восстановление личного права,
личного авторитета
и личного стремления.....*173
7. *Проект взросления состоит в том,
чтобы продолжать работать
над исцелением внутренних расколов
до тех пор, пока мы не станем
служить тому, что хочет проявиться
в этот мир через нас.....*176
- 7 ДЕВУШКА БЕЗ РУК:
ПСИХОМИФИЧЕСКИЕ РАЗМЫШЛЕНИЯ
О ЖЕНСКОМ И МУЖСКОМ РОДЕ180
- Нанесение ран женщинам181
- Нанесение ран мужчинам.....185
- Война внутри: анимус и анима187
8. КАК ВЫЖИТЬ ВО ВРЕМЕНА ПЕРЕМЕН.....190
- Жертвуй самовосприятием ради себя194
- Жизненно важные ключи
нашей природы200
- Путешествие через время потерь204
- Духовная зрелость.....209
- Имена бурь216*

9. ПУТЕВОДИТЕЛЬ ПО СМЫСЛУ: ЧЕМУ МЫ МОЖЕМ НАУЧИТЬСЯ У ЮНГА.....	219
Реальные проблемы жизни никогда не решаются, но их можно перерастить.....	224
Лекарство от одиночества — уединение	227
Самая важная, самая требовательная и самая полезная работа — общение с собственными тенями.....	234
Наша душа хочет быть услышанной.....	239
Страх и апатия — наши величайшие противники.....	243
Мы создатели смысла	250
Откуда жизнь пришла, куда идет?.....	255
ПОСЛЕСЛОВИЕ. ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ.....	261
ПРИМЕЧАНИЯ.....	269
БИБЛИОГРАФИЯ	276
ОБ АВТОРЕ.....	279

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

Ни 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