





# ДЖЕЙМС ХОЛЛИС

## ЗАБЛУЖДЕНИЯ УБЕЖДЕНИЙ

Услышать зов души в мире,  
одержимом счастьем

УДК 159.9  
ББК 88.37  
X72

James Hollis

LIVING WITH BORROWED DUST: REFLECTIONS ON  
LIFE, LOVE, AND OTHER GRIEVANCES

Copyright © 2025 James Hollis. Foreword © 2025 Dennis  
Patrick Slattery. This Translation published by exclusive license  
from Sounds True Inc.

**Холлис, Джеймс.**

X72      Заблуждения убеждений. Услышать зов души  
в мире, одержимом счастьем / Джеймс Холлис; [пе-  
ревод с английского Г. А. Кухаревой]. — Москва :  
Эксмо, 2025. — 224 с. — (Психология души. Путь  
к осмысленной жизни).

ISBN 978-5-04-218711-7

Джеймс Холлис — легенда юнгианского анализа. В его сло-  
вах таится глубокий смысл и мягкая ирония, которые помогают  
каждому, кто решится найти свой путь.

Эта книга — наблюдение живого и глубокого ума за собой  
и другими. Мы оглушены миром и не слышим себя, и как след-  
ствие постоянно сомневаемся в правильности собственных ре-  
шений и всё чаще ощущаем растерянность. Но стоит научиться  
разговаривать со своей душой, психе, и интуиция обостряется,  
сны обретают символический смысл, а жизнь наполняется ясно-  
стью и теплом.

УДК 159.9  
ББК 88.37

ISBN 978-5-04-218711-7      © Кухарева Г.А, перевод на русский язык, 2025  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

# Оглавление

Предисловие .....	10
Введение. Жизнь, взятая взаймы у праха .....	15
Глава 1. Счастье. Найди то, что любишь, и позволь этому поглотить тебя .....	23
Глава 2. Мета. За пределами, после, через, до .....	43
Глава 3. Заполняя дом золотом. Непрошенные идеи / навязчивые действия .....	61
Глава 4. Активное воображение и встреча с даймоном (путеводным духом) .....	75
Глава 5. Призрачные посетители .....	93
Глава 6. Разделенная душа / Разделенная страна. Размышления о политическом ландшафте Америки .....	113
Глава 7. Когда смотришь в бездну .....	139
Глава 8. Толкование сновидений. Смысл травмы .....	151
Глава 9. Темная сторона Божественного. Проблема зла и проблема добра .....	167

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Глава 10. Сгустки тьмы/Моменты встречи.	
Опустошенная душа — наша реальность . . . . .	181
Эпилог . . . . .	197
Приложение. Дорога в Балликил . . . . .	204
Примечания . . . . .	215
Библиография . . . . .	219
Об авторе . . . . .	221

*Посвящается Джилл —  
любви всей моей жизни —  
и нашим детям:  
Тарин и Тиму, Джоне и Си.*

*С благодарностью  
Лиз Харрисон, Лирик Додсон,  
Анджеле Уикс и Анастасии Пеллушу  
из издательства Sounds True  
за их вклад в создание этой книги.*

Я лишь взял эту пыль взаймы.

— *Стэнли Кьюниц*

Ум, который не сбит с толку, не работает.

Лишь поток, встретивший преграду,  
начинает петь.

— *Венделл Берри*

Всякий свет, всякий огонь угасает,  
и тогда наступает кромешная тьма —  
если только не вспыхнет внутренний свет,  
высший свет самости.

— *К. Г. Юнг*

### **Запрещено использование для обучения ИИ.**

Не умаляя исключительных авторских прав автора и издателя, любое использование данного издания для «обучения» систем генеративного искусственного интеллекта (ИИ), включая создание текстов, строго запрещено. Автор сохраняет за собой все права на лицензирование использования этого произведения для разработки и обучения языковых моделей машинного обучения.

## Предисловие

**Я** читаю книги Джеймса Холлиса и слушаю его подкасты уже много лет. И каждый раз он умудряется не только удивить, но и обрадовать, а главное — научить меня чему-то важному. Его способность проникать в суть человеческой природы всегда поражает меня глубиной, но при этом его размышления звучат легко, с доброй иронией и мягким юмором. Прежде всего он — врач души.

В своей работе Холлис соединяет три дисциплины: глубинную психологию, мифологию и поэзию. Как человек, занимающийся литературоведением и глубинной психологией, я ощущаю в нем родственную душу. Он с чуткостью и уважением обращается к нашим хрупким, полным сомнений и страданий жизням, а его постоянный интерес к поиску смысла становится важнейшей чертой его взгляда на человеческое существование. Как многим известно, он сам начинал с изучения литературы, а затем услышал — и принял — призыв стать юнгианским аналитиком. Но он никогда не предавал свою первую любовь — и по сей день его тексты пронизаны поэтической мудростью.

Одна из важнейших тем, которую Холлис исследует на этих страницах, — идея о человеке как об энергоносителе, проводнике и передатчике энергии, в духе Пьера Тейяра де Шардена и Джозефа Кэмпбелла. Подобно Кэмпбеллу, он напоминает нам, что для настоящего путешествия необходима смелость — войти в самые дремучие заросли, туда, где нет ни троп, ни указателей. И только там начинается собственный, подлинный путь. Зачастую этот путь открывается через вопросы, которые Холлис предлагает задавать себе каждому из нас — вопросы, служащие делу Психе: «Чему ты служишь?» и «Кто тебя призывает?». Уклониться от этих вопросов — значит обречь себя на жизнь в плену привычных схем мышления и поведения, которые создают иллюзию безопасности, но лишают нас шанса на глубину и подлинный рост.

Еще одна сквозная тема его размышлений — природа историй, которые мы рассказываем себе о самих себе. Эти истории могут быть как путеводной нитью на пути к смыслу, так и броней, защищающей нас от этого поиска. Холлис предлагает нам задуматься о двух историях: о той, которую мы думаем, что знаем, и о той, которая знает нас. Такая двойная перспектива позволяет нам не только лучше понять смысл своей жизни, но и почувствовать, что эта жизнь сама по себе говорит с нами, если только мы готовы слушать. А его фирменные афоризмы — короткие, меткие фразы, сразу бьющие в цель, — служат своеобразными камертонными нотами, настраивающими нас на глубинный резонанс. Например: «Нет ничего более мимолетного, чем удовлетворен-

ная потребность». Это не просто удачная фраза, это приглашение остановиться, задуматься — и, возможно, пересмотреть свою привычную историю, не один раз, а столько, сколько потребуется.

Я снова и снова возвращаюсь к важнейшей мысли, к которой Холлис подводит своих читателей, — той самой, что Юнг формулировал в своем учении: психе по своей природе мифопоэтична. А потому практика активного воображения становится одним из ключей к диалогу между сознанием и бессознательным, между эго и самостью. В этом смысле эта книга — не просто чтение, а своего рода практическое руководство. Она не терпит пассивного восприятия — она приглашает к личной работе, к переживанию ее смыслов внутри собственной жизни.

При этом на всем протяжении книги ощущается еще один пласт — мемуарный. Но это не просто воспоминания, это скорее попытка пересмотреть свою историю с новой точки — из реальности старости, из опыта совместной жизни с Джилл в доме престарелых, из непосредственного соприкосновения со старением как процессом. Это не просто ретроспектива, а скорее образное припоминание себя — возможность увидеть свою жизнь как долгий, трудный, но глубокий процесс. И с этой точки зрения Холлис напоминает нам одну из своих любимых истин: «Все это совсем не о том, о чем кажется».

И наконец, подлинность. Это одно из ключевых слов в лексиконе Холлиса, то самое качество, без которого невозможны ни внутренний рост, ни возвращение к себе. Подлинность — это то, что по-

зволяет восстановить и собрать воедино потерянные части себя, затерявшиеся в матрице современности, одержимой горизонтальной суетой за счет вертикальной глубины, где питается и обновляется Психе. Эта подлинность вырастает из отношения к жизни, которое Холлис предлагает всем своим читателям: «Я — не то, что со мной случилось. Я — то, кем я решил стать». Такой взгляд позволяет выйти за пределы чисто исторического самопонимания, не отрекаясь от прошлого, но открывая благодарный взгляд в будущее.

Как же точно Холлис выбрал для названия строки из завершающих строк стихотворения «Проходя мимо» Стэнли Кьюница, написанного, когда тому было семьдесят девять. В этих словах — освобождающая и в высшей степени универсальная истина о временности жизни, и именно поэтому каждое ее мгновение так ценно. Джеймс Холлис жил и учил, глядя на мир через эту призму — как врач души и проводник, — чтобы и другие могли сделать эту истину своим внутренним ориентиром, тем огнем, который освещает наш путь сквозь тьму и свет.

*Деннис Патрик Слэттери,  
доктор философии, заслуженный профессор ка-  
федры мифологических исследований в Pacifica  
Graduate Institute. Среди его последних книг —  
«Путь мифа: тонкая мудрость историй» и «Вы-  
мыслы наших убеждений: эссе о культурном вооб-  
ражении».*

Сайт автора: [dennispatrickslattery.com](http://dennispatrickslattery.com).

Непостоянство — единственное  
обещание, которое дает нам жизнь,  
И оно исполняется с безжалостной  
точностью.

— *Дженнифер Веллвуд*

## Введение

# Жизнь, взятая взаймы у праха

**З**а последние пять лет мне провели плановые операции по замене коленного и тазобедренного суставов, внеплановое лечение рака, включавшее операцию, лучевую терапию и химиотерапию, хирургическое вмешательство по поводу тромбоза глубоких вен, а также две сложные операции на позвоночнике — мои позвонки треснули, возможно, в результате лечения рака. Теперь моя тазовая кость соединена с позвоночником металлическими болтами. Последние годы были наполнены болью и чередой медицинских процедур. И все же, покидая больницу, я продолжал работать психоаналитиком. Из-за неопределенности медицинского прогноза мы с женой недавно переехали в дом престарелых. Но, несмотря на все это, мои мысли чаще были заняты не хрупкостью тела, а работой с аналитической психологией. Меня самого удивило, что мое сознание было погружено в нее больше, чем в мое собственное здоровье. Единственный вывод, к которому я прихожу: труды Карла Юнга и аналитическая психология продолжают питать, направлять