

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	7
Розділ 1. Тимчасова особистість	11
Розділ 2. На підступах до перевалу	27
Тектонічний тиск і сейсмічні поштовхи	30
Новий тип мислення	38
Зміни в ідентичності	43
Усунення проєкцій	54
Зміни у відчутті власного тіла та у переживанні часу	64
Крах надії	67
Переживання неврозу	71
Розділ 3. Внутрішній поворот	82
Діалог між Персоною і Тінню	87
Проблеми у стосунках	94
Позашлюбні стосунки у середньому віці	122
Від дитини до батьків дитини	133
Трудова діяльність: робота чи покликання	157
Прояви підлеглої функції	163
Вторгнення Тіні	170
Розділ 4. Аналіз випадків із літературної творчості	175

Розділ 5. Індивідуація: міф Юнга у наш час	206
Розділ 6. Самотнє плавання у відкритому морі .	221
Від самотності до усамітнення	221
<i>Пом'якшення сепараційної травми</i>	<i>223</i>
<i>Втрата та позбавлення проєкції</i>	<i>224</i>
<i>Ритуальний страх</i>	<i>225</i>
Возз'єднання із покинутою дитиною	227
Пристрасне життя	231
Душевна трясовина	236
Велика діалектика	238
Momento mori	245
Промениста пауза	252
ВИБРАНА ЛІТЕРАТУРА	259

РОЗДІЛ 1

Тимчасова особистість

Це було відразу після Другої світової війни, коли я навчався у п'ятому класі. Наш учитель приніс до школи скляні оптичні призми, які слугували заготовками для перископів підводних човнів. Перед заняттями і після них ми розважалися тим, що нахиляли ці призми, спрямовуючи на стіни і одне на одного промінчики світла. Ми були зачаровані тим, як влаштований світ, і кожен із нас намагався побачити його крізь різні грані призми. Мені було цікаво: діти, які постійно носять окуляри, просто бачать світ краще, або ж вони бачать зовсім інший світ? Дізнавшись про те, що скельця окулярів, які ми носимо, теж заломлюють світло, я почав розмірковувати над тим, чи може спостережувана нами реальність повністю залежати від окулярів, крізь які ми дивимося.

Іноді дуже корисно згадати враження своєї юності та визнати, що будь-яка реальність до певної міри формується окулярами, крізь які ми на неї дивимося. Народившись на світ, ми одразу стаємо володарями без-

лічі окулярів: генетична спадковість, стать, особливості культури та різноманітність нашого сімейного оточення — усі ці фактори формують наше відчуття реальності. Деякий час потому, озираючись назад, доводиться визнати, що наше бачення реальності не відповідало істинній природі речей: ми бачили реальність крізь ці окуляри.

Іноді психотерапевти складають генограму, що являє собою емоційний родовід. Історія сім'ї, яка розрослася за декілька поколінь, дозволяє розкрити періодично повторювані мотиви. Хоча генетична схильність безумовно відіграє певну роль, стає зрозуміло, що сім'я передає із покоління в покоління також і своє уявлення про життя. Окуляри переходять від батьків до дітей і так далі, а разом із ними передається і особливий погляд на світ, і все, що з нього випливає. І дивлячись на навколишній світ крізь успадковані нами окуляри, ми випускаємо з уваги деякі його важливі аспекти.

Можливо, перший крок до усвідомлення значущості «перевалу в середині шляху» — це визнання обмеженості цих окулярів, володарями яких ми стали, народившись у певній сім'ї та у певному культурному оточенні. Саме завдяки їм ми робимо свій вибір і відчуваємо на собі його наслідки. Якби ми народилися в іншому місці та в інший час, у інших батьків, які б дотримувалися інших

цінностей, у нас були б зовсім інші окуляри. А ті, що дісталися нам, формують умови нашого життя; вони визначають не те, хто ми такі, а те, як ми дивимося на світ і робимо свій вибір. Кожне покоління має схильність до антропоцентризму, прагнучи довести, що саме його бачення світу є найоб'єктивнішим. Отже, ми теж не є винятком, вірячи в те, що наше бачення є єдино можливим, єдино правильним, і ми дуже рідко припускаємо думку про зумовленість свого сприйняття іншими факторами.

Навіть у найщасливіший час, час дитинства, може існувати відчуття небезпеки. Перебуваючи в утробі матері, ми пов'язані із серцебиттям космосу. Відокремлення від матері відбувається дуже болісно. Зненацька нас силоміць викидають у світ яскравого світла, оглушливих звуків, земного тяжіння та відчуження — так починається вигнання. Навіть релігія (від латинського слова *religio*, «зв'язок між людиною і богами», або *religare*, «возз'єднання») може розглядатися як відображення пошуку втрачених зв'язків із космосом. Для багатьох таке позбавлення благодаті та вступ у світ голоду й насильства — а саме таким є перше сприйняття навколишнього світу — має величезний вплив на відчуття свого Я. Аби захиститися від болю, люди вже в дитячому віці намагаються не давати виходу своїм