

# ДАРУЮЩАЯ ЖИЗНЬ



**Лиза Марчиано**

**Smart Reading**

**Дарующая жизнь. Женские  
архетипы в материнстве:  
от Деметры и Персефоны  
до Бабы-яги и Василисы  
Прекрасной. Лиза  
Марчиано. Саммари  
Серия «Smart Reading. Ценные  
идеи из лучших книг. Саммари»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=73904012](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=73904012)*

*Дарующая жизнь. Женские архетипы в материнстве: от Деметры  
и Персефоны до Бабы-яги и Василисы Прекрасной. Лиза Марчиано.*

*Саммари:*

**Аннотация**

Это саммари – сокращенная версия книги «Дарующая жизнь. Женские архетипы в материнстве: от Деметры и Персефоны до Бабы-яги и Василисы Прекрасной. Лизы Марчиано. Только самые ценные мысли, идеи, кейсы, примеры.

Можно любить ребенка и злиться, хотеть близости и мечтать о тишине, радоваться новой роли и грустить о былой свободе. Эти противоречия легко принять за личную неудачу и начать себя винить за «неправильные» мысли. Особенно тяжело, если вы только что впервые стали мамой. Прежняя жизнь закончилась, а новая еще не сложилась, и вы можете чувствовать, что теряете себя.

Что ж, самое время для сказкотерапии. Это не насмешка, а популярный в аналитической психологии метод осмысления своего опыта через прочтение мифов и сказок. Правда, это прочтение далеко от традиционного. Если по привычке делить всех на героев и злодеев, ничего не выйдет. Важно рассматривать каждого персонажа как часть своего внутреннего мира.

Злая или «слишком хорошая» мать, покорная или непослушная дочь, ведьма, защитница, вечная девушка или странница – все эти образы могут сосуществовать внутри одной женщины. Обращение к ним помогает выдерживать противоречия, с которыми сталкивается материнство, и постепенно обретать контакт с собой – заново или, возможно, впервые.

# Содержание

Сказкотерапия: как работа с бессознательным помогает осмыслить материнство	6
Колодец: вход в бессознательное	8
Конец ознакомительного фрагмента.	13

# Smart Reading

## Дарующая жизнь. Женские архетипы в материнстве: от Деметры и Персефоны до Бабы-яги и Василисы Прекрасной. Лиза Марчиано. Саммари

Оригинальное название:

**Motherhood: Facing and Finding Yourself**

Автор:

**Lisa Marchiano**

# Сказкотерапия: как работа с бессознательным помогает осмыслить материнство

Материнство – один из самых сильных и трансформирующих опытов в жизни женщины. Оно может приносить радость и смысл и одновременно вызывать усталость и внутренние кризисы, обостряя вопросы идентичности, личных границ и контакта с собой. Нередко оно оказывается совсем не таким, каким женщина представляла его.

Юнгианский<sup>1</sup> аналитик и психотерапевт Лиза Марчиано предлагает смотреть на материнство как на путь внутреннего развития и возможность соприкоснуться с теми частями себя, которые раньше оставались в тени. В основе ее подхода – работа со сказочными и мифологическими образами и сюжетами, которые помогают безопасно говорить о сложных чувствах, находить смыслы, проживать внутренние конфликты и формировать новые модели поведения.

В аналитическом прочтении Марчиано *все персонажи сказки рассматриваются как части одной психики*. Герои, антагонисты, помощники и чудовища – это не внешние фигуры, а разные аспекты внутреннего мира: импульсы,

---

<sup>1</sup> Человек и его символы // Карл Густав Юнг, Мари-Луиза фон Франц, Джозеф Хендерсон, Аниэла Яффе, Иоланда Якоби.

страхи, защитные стратегии, вытесненные желания и ресурсы.

Вот почему эти истории не рассказывают о «правильном» или «неправильном» поведении. Они показывают, как внутри одного человека сосуществуют и конфликтуют разные силы – и какие исходы возможны в зависимости от того, как выстраиваются отношения между ними. *Сказки помогают удерживать амбивалентность – способность одновременно переживать противоречивые чувства:*

- любить ребенка и злиться;<sup>2</sup>
- видеть в новой роли смысл и скучать по прежней свободе;
- испытывать потребность в близости и дистанции;
- заботиться и нуждаться в заботе.

Архетипические образы – матери, дочери, ведьмы, спасительницы, вечной девушки или странницы – отражают устойчивые формы психологического опыта и отношений и помогают увидеть внутренние конфликты и трансформации, через которые проходит женщина.

---

<sup>2</sup> Когда ваш ребенок сводит вас с ума // Эда Ле Шан.

# Колодец: вход в бессознательное

В мифах и сказках разных народов снова и снова появляется образ колодца. Он может быть источником воды, вратами в иной мир или опасной глубиной, в которую страшно заглянуть. *Колодец всегда связан с тем, что скрыто под поверхностью и не поддается полному контролю.*

В юнгианском подходе сказки и мифы описывают не отдельные события, а универсальный процесс внутренней инициации. Он разворачивается как последовательность трех этапов:

- утрата привычного;
- пребывание в глубине;
- возвращение в иной форме.

Этот путь редко бывает добровольным. Чаще всего женщина оказывается «брошенной в колодец»<sup>3</sup> – в ситуацию, где прежние способы справляться больше не работают.

Пребывание внизу связано с растерянностью, злостью, страхом и утратой ориентиров: в колодце темно, легко заблудиться и никто не гарантирует безопасного исхода. *Возвращение же никогда не означает возврата к прежней жизни*

---

<sup>3</sup> Кризис комфорта. Выйдите за привычные рамки, чтобы вернуться к своему счастливному и здоровому естеству // Майкл Истер.

*ни: героиня выходит из него преобразенной, либо обретя ценный дар, либо пережив опустошение... Или не выходит вовсе.*

В юнгианской традиции глубинное пространство психики, скрытое за образом колодца, называют коллективным бессознательным. Оно не принадлежит одному человеку: в нем сосредоточен опыт многих поколений – формы переживания утраты, страха, любви, опасности и перемен. Именно из этого слоя психики, как считал Юнг, возникают повторяющиеся сюжеты мифов и сказок, независимо появляющиеся в разных культурах.

Спуск в глубину – это риск, но и единственный путь к подлинным изменениям. Материнство влияет похожим образом. Оно вынуждает женщину отказаться от иллюзий, столкнуться с усталостью, злостью и страхом, но при этом открывает доступ к глубинным ресурсам – интуиции, творчеству, способности чувствовать и выдерживать сложные состояния.

## **«Два ларца»: доверие к глубине**

*Однажды женщина велела своей ленивой и грубой дочери и доброй и покладистой падчерице прясть у колодца с условием: у кого первой порвется нить – ту толкнут вниз. Своей дочери она дала хорошую шерсть, а падчерице – плохое волокно. Нитка у той*

*вскоре оборвалась, и мачеха толкнула девушку в колодец.*

*Девушка очутилась в дивном краю и пошла по дороге. Всем, кто ей встречался, она помогала. Наконец она дошла до домика, где жила старуха, и та оставила ее у себя служить. Старуха стала давать девушке трудные задания. Одни из них та выполняла сама, с другими ей помогли те, о ком она прежде позаботилась. После службы старуха разрешила девушке выбрать ларец: маленький черный или большой роскошный красный. По совету помощников девушка выбрала маленький. Когда она вернулась домой и открыла ларец, из него посыпались драгоценности.*

*Тогда мать толкнула в колодец родную дочь. Но та всем грубила, никому не помогала и плохо служила старухе. Когда ей предложили выбрать ларец, она забрала большой красный. Дома она открыла его, оттуда вырвался огонь и сжег ее вместе с матерью.*

Погружение в колодец в этой сказке начинается как вынужденный шаг: падчерицу в него сталкивают. Это отражает важную для Марчиано мысль: ***инициация часто начинается не тогда, когда мы готовы, а тогда, когда прежняя жизнь становится невозможной.*** Вторая сестра переживает другой опыт: движимая предчувствием награды, она идет в глубину сама. Так сказка показывает два разных входа в инициацию: через утрату и через иллюзию выгоды.

Две сестры – это не «хорошая» и «плохая» женщины, а разные способы отношения к внутреннему миру. ***В каж-***

*дой из нас есть часть, которая готова слушать, замечать и взаимодействовать с тем, что происходит внутри, – и часть, которая отвергает, обесценивает и требует немедленной награды.* Они постоянно конкурируют за то, каким образом мы будем обходиться с трудностями.

Добрая сестра не контролирует происходящее, но вступает в контакт с тем пространством, в котором оказалась, принимая временность процесса. Она не знает, чем все закончится, и не торопит результат, остается внимательной и открытой.

Грубая сестра, напротив, не выносит ожидания и неопределенности – она требует награды сразу, не выдерживая самого процесса внутренней работы. Выбор красного ларца отражает ожидание компенсации за страдания.

*Однако работа с глубиной не дает быстрых и эффектных результатов.* Она требует терпения, готовности сблизиться с тем, что происходит внутри, и отказа от желания немедленной награды. Именно такая позиция делает возможным возвращение из колодца не с тяжестью разрушения, а с новым запасом внутренней силы.

## **Вопросы для размышления**

- Был ли в вашей жизни момент, когда вы чувствовали, что вас «столкнули в колодец» – в ситуацию, к которой вы не были готовы?

- Представьте, что вы мачеха, которая настолько сильно ненавидит падчерицу, что постоянно ищет способы избавиться от нее. Есть ли в вашей жизни что-нибудь, к чему вы испытываете подобные чувства?

- Бывало ли так, что вы безуспешно пытаетесь наладить какой-то аспект своей жизни – будто пытаетесь прясть, но нить постоянно рвется?

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.