

Содержание

ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА К РУССКОМУ ИЗДАНИЮ	7
ВВЕДЕНИЕ: ПОИСКИ СМЫСЛА	9
ГЛАВА 1. НЕИЗБЫВНАЯ ВИНА	23
Реальная вина как ответственность	30
Вина как защита от страха	34
Экзистенциальная вина	37
ГЛАВА 2. ПЕЧАЛЬ, ПОТЕРИ И ПРЕДАТЕЛЬСТВО	45
То, что желанно, не достижимо	45
Потери и печаль	51
Предательство	58
ГЛАВА 3. СОМНЕНИЕ И ОДИНОЧЕСТВО	65
Молчание бесконечностей	65
Одиночество на просторах душевного океана	72
ГЛАВА 4. ДЕПРЕССИЯ, ОТЧАЯНИЕ И ОЩУЩЕНИЕ НЕНУЖНОСТИ	84
Три ворона	84
Депрессия: бездонный колодец	86
Ощущение ненужности: царство уныния	93
Отчаяние: самый мрачный ворон	97
ГЛАВА 5. ОДЕРЖИМОСТЬ И ЗАВИСИМОСТЬ	104
Пребывание в аду	104
Одержимость: непрошенные идеи	106
Зависимости: колесо-распятие Иксиона	112
ГЛАВА 6. ГНЕВ	117
Что значит «накормить Цербера»	117

ГЛАВА 7. СТРАХ И ТРЕВОЖНОСТЬ	127
Страх – айсберг, мы – «Титаники»	127
Что значит «справиться с тревогой»	140
ГЛАВА 8. НЕСКОЛЬКО СЛОВ О КОМПЛЕКСАХ	149
ГЛАВА 9. ЧТО ТАКОЕ «ПРЕОДОЛЕТЬ» И «ПЕРЕЖИТЬ»	157
«Преображение» человека	157
ПОСЛЕСЛОВИЕ: ПОМАРКИ И КЛЯКСЫ НА УРОКЕ ЖИЗНИ	178
ГЛОССАРИЙ ЮНГИАНСКИХ ТЕРМИНОВ	186
ЛИТЕРАТУРА	189