

VIDUSPĀREJA

JAMES HOLLIS

**THE
MIDDLE PASSAGE**

From Misery to Meaning in Midlife

DŽEIMSS HOLISS

VIDUSPĀREJA

No posta līdz piepildījumam pusmūžā

No angļu valodas tulkojusi

Laura Dreiže



ZVAIGZNE ABC

158(035)

Ho 250

James Hollis

THE MIDDLE PASSAGE

From Misery to Meaning in Midlife

(Studies in Jungian psychology by Jungian analysts)

Copyright © 1993 by James Hollis

All rights reserved.

Vāka dizaina autore *Ilze Isaka*

No angļu valodas atdzejojis *Kārlis Vērdiņš*

Grāmatā izmantoti arī citu tulkotāju atdzejojumi (sk. bibliogrāfiju).

Džilai, Tarīnai un Timotijam, Jonam un Siai

“Tad jūtu es, kā liecas laika loks un sniedzas aizlaikos
mans gājums lēns.”¹

Šis ir ar autortiesībām aizsargāts darbs. Darba reproducēšana vai jebkāda cita neatļauta izmantošana ir autortiesību pārkāpums. Par autortiesību pārkāpšanu ir paredzēta atbildība Krimināllikuma 148. pantā. Saskaņā ar Autortiesību likuma 69.¹ pantu persona ir arī mantiski atbildīga par visiem zaudējumiem un morālo kaitējumu, kuru tā radījusi ar autortiesību pārkāpšanu.

© Tulkojums latviešu valodā, Laura Dreiže, 2021

© Literārā apdare, mākslinieciskais noformējums, izdevums latviešu valodā,

Apgāds Zvaigzne ABC, 2021

ISBN 978-9934-0-8946-6

¹ Rilke, R. M. “Es mīlu savas būtnes tumsas stundas”, *Lirika*. Atdz. V. Bisenieks. Rīga : N.I.M.S., 2000.

SATURS

Priekšvārds.....	7
1. Pagaidu personība	9
2. Viduspārejas izcelsme.....	18
Tektoniskais spiediens un seismiskie mājieni.....	19
Jauns domāšanas veids.....	24
Izmaiņas identitātē	27
Projekciju pārtraukšana.....	33
Izmaiņas ķermenī un laika izjūtā.....	38
Cerību izsīkšana.....	40
Neirozes piedzīvošana	42
3. Skatiens iekšup	48
Personas un ēnas dialogs.....	51
Problēmas attiecībās	54
Pusmūža milas dēkas	70
No bērna vecākiem, no vecākiem bērnam.....	75
Profesionālā dzīve: darbs vai aicinājums?	90
Priekšplānā – zemākā funkcija.....	93
Ēnas iebrukums.....	97
4. Literāro piemēru analīze.....	100
5. Individuācija: Junga mīts par mūsu laikiem.....	118
6. Viens pats atklātā jūrā	127
No vientulības līdz vienatnībai.....	127
Kā atjaunot saikni ar zaudēto bērnu	131
Dzīve ar kaislību.....	133
Dvēseles dumbrāji	135
Lielā dialektika	136
<i>Memento mori</i>	140
Šis gaišais starpbrīdis	144
Bibliogrāfijas izlase.....	149
Vispārīgā bibliogrāfija.....	152
Alfabētiskais rādītājs.....	156

Bij mūža gaita tikai pusē spēta,
kad atgidos es mežā, tumsā tītā,
jo taisnā taka bija pazaudēta.

Dante, "Elle"

Pār mūsu sirds kausa malām plūst jaunas ciešanas,
jauns spožums un klusums [..].
Noslēpums ir tapis mežonīgs, Dievs – izaudzis vēl diženāks.
Tumšie spēki ceļas augšup, jo arī tie ir pieņēmušies varenībā,
un visa cilvēku saliņa trīc un dreb.

Niks Kazandzakis, *"The Saviors of God"*

Dzīvē ir jāatceras pagātne, bet jādodas pretī nākotnei.

Sērens Kirkegors, *"The Journals of Kierkegaard"*

"Ja jūs radāt sevī to, kas jums ir, tad tas jūs izglābs.
Ja jums tā nav [jūsos], tad tas, kas nav jūsos, jūs [no]galinās."

Toma evaņģēlijs

Priekšvārds

Kāpēc tik daudz cilvēku pusmūža gados piedzīvo lielus satricinājumus? Kāpēc tieši tad? Kāpēc mēs to uzskatām par krīzes punktu? Kāda nozīme piemīt šai pieredzei?

Pusmūža krīze, ko man labāk patīk saukt par Viduspāreju, dāvā mums iespēju pārvērtēt dzīvi un uzdot reizēm biedējošo, taču vienmēr atbrīvojošo jautājumu: kas vēl es esmu bez savas pagātnes un izspēlētajām lomām? Kad secinām, ka esam dzīvojuši neīstu dzīvi un tikai tēlojuši pieaugušos, vadīdamies pēc nereālistiskām cerībām, mēs paveram durvis otrajam briedumam, šoreiz dodot vietu savai patiesajai individualitātei.

Viduspāreja ir iespēja pārskatīt un pārorientēt savu personību; tas ir pārejas rituāls starp jauna pieaugušā ieilgušo pusaudzību un neizbēgamo sastapšanos ar vecumu un nāvi. Tie, kas veic šo pāreju, apzināti piešķir dzīvei lielāku jēgu. Tie, kas to nedara, paliek ieslodzīti bērībā, lai arī cik veiksmīga viņu dzīve šķīstu vērotājam no malas.

Pēdējā desmitgadē manu psihoanalīzes praksi apmeklēja galvenokārt cilvēki Viduspārejas posmā, un es atkal un atkal novēroju vienas un tās pašas likumsakarības. Viduspāreja ir brīnišķīga, taču nereti arī sāpīga iespēja labot savu identitāti. Tāpēc šajā grāmatā iztirzāšu vairākus svarīgus jautājumus.

Kā mēs ieguvām savu sākotnējo identitāti? Kādas pārmaiņas vēsta par Viduspārejas sākumu? Kā lai pārskatām savu identitāti? Kādas ir attiecības starp Junga aktualizēto individuācijas jēdzienu un mūsu saistībām ar apkārtējiem? Kādas izmaiņas attieksmē un uzvedībā veicina individuāciju un virza mūs pa Viduspāreju no posta uz piepildījumu?

Dziļu psihologi zina, ka izaugsmes iespējas ir atkarīgas no cilvēka prasmes internalizēt informāciju un uzņemties personisku atbildību. Ja vienmēr uztversim savu dzīvi kā problēmu, kuru izraisījis kāds cits un kuru nepieciešams “atrisināt”, nekādas pārmaiņas nenotiks. Ja mums trūks drosmes, nekas netiks pārskatīts. 1945. gadā kādā vēstulē Jungs par personības izaugsmi rakstīja:

“Šo opusu veido trīs posmi: izpratne, izturība un rīcība. Psiholoģija ir nepieciešama tikai pirmajā posmā, bet otrajā un trešajā galveno lomu spēlē gara spēks.”¹

Daudzi no mums uztver dzīvi kā romānu. Mēs pasīvi šķiram lappuses un pieņemam, ka pēdējā atvērumā autors paskaidros, par ko īsti bija stāsts. Kā reiz teicis Hemingvejs: ja varonis neiet bojā, rakstnieks nav pabeidzis darbu. Tātad pēdējā lappusē mēs ejam bojā – vienalga, apskaidroti vai ne. Viduspāreja aicina mūs atmodināt apziņu, uzņemties atbildību par atlikušajās lappusēs aprakstītajiem notikumiem un uzdrīkstēties dzīvot tik lielu dzīvi, kādā esam aicināti.

Lai kurā dzīves posmā atrastos, mēs visi saņemam tādu pašu aicinājumu kā Uliss Tenisona dzejoli:

“Zūd garā diena: lēnais mēness kāpj: un dziļi
Vaidi atskan daudzās balsīs. Jel nāciet, draugi,
Vēl varam meklēt jaunu pasauli.”²

¹ Jung, C. G. *Letters*, vol. 1, p. 375.

² “Ulysses”, Untermeyer, L., ed. *A Concise Treasury of Great Poems*, p. 299. Atdz. K. Vērdiņš.

Pagaidu personība

Kad īsi pēc Otrā pasaules kara mācījos piektajā klasē, skolotāja atnesa mums stikla prizmas, kas bija paredzētas zemūdeņu periskopiem. Pirms un pēc stundām mēs izklaidējāmies, streipuļodami pa ejām starp soliem, uzgrūzdamies sienām un cits citam. Šī blēņošana mudināja mūs domāt, kas ir īsts un kā atrast ceļu, ja redzesleņķi ir tik sagrozīti. Es prātoju: vai bērni, kam visu laiku jāvalkā brilles, pasauli redz labāku vai tikai atšķirīgu? Tad atcerējos, ka arī lēcas mūsu acīs lauž gaismu, un man radās nākamais jautājums: vai realitāte, ko redzam, ir pilnībā atkarīga no tā, caur kādu lēcu skatāmies?

Joprojām ir noderīgi atsaukt atmiņā šīs bērnišķīgās pārdomas un atzīt: lai kāda būtu realitāte, zināmā mērā to patiešām ietekmē lēca, caur kuru lūkojamies. Piedzimstot mums katram tiek izsniegtas vairākas lēcas – ģenētiskais mantojums, dzimums, noteikta kultūra un ģimenes mainīgie lielumi. Tās visas kopā veido mūsu realitātes uztveri. Vēlākos mūža gados, atskatoties atpakaļ, mums, iespējams, nākas atzīt, ka vairāk esam dzīvojuši saskaņā ar lēcu veidoto iespaidu par realitāti nekā ar savu patieso dabu.

Terapeiti reizēm mēdz veidot klientu genogrammu – ciltskoku, kas atklāj ģimenes locekļu savstarpējās attiecības. Paplašinātās ģimenes vēsture vairākās paaudzēs ļauj ieraudzīt, kādi motīvi un rīcības modeļi atkārtojas. Tiesa, būtisku lomu spēlē arī ģenētiskās noslieces, tomēr ir skaidrs, ka ģimene nodod savu dzīves redzējumu no paaudzes paaudzē – bērns pārmanto lēcu no vecākiem un lauztās perspektīvas dēļ atkārtoti viņu izvēles, likumsakarīgi pieredzēdams arī šo izvēļu sekas. Caur jebkuru lēcu mēs redzam tikai dažus noteiktus pasaules aspektus, pārējie paliek nepamanīti.

Lai Viduspāreja būtu jēgpilna, pirmais, kas jādara, – jāatzīst, ka ģimenes vai kultūras dāvātā lēca (un ar tās palīdzību pieņemtie lēmumi un izciestās sekas) nav objektīva. Ja mēs būtu piedzimuši citā vietā un citā laikā, citiem vecākiem ar citām vērtībām, mūsu rīcībā būtu pavisam citāda lēca. Tā, kuru esam saņēmuši, ir veidojusi uz nosacījumiem balstītu dzīvi, kas atspoguļo nevis mūsu būtību, bet gan to, kā mums ir ierādīts uztvert dzīvi un pieņemt lēmumus. Ikkatru paaudzi vilina antropocentrisms, kas mudina aizstāvēt savu pasaules redzējumu un uztvert to kā pārāku par citiem. Mēs pakļaujamies uzskatam, ka mūsu apgūtais skatījums uz pasauli ir vienīgais un pareizais, un tikai retumis aizdomājamies, ka šo viedokli varētu būt radījuši mums iemācītie priekšraksti.

Pat privileģēta bērnība nepasargā no traumējošas dzīves pieredzes. Mātes klēpī mūsu sirds pukst vienā ritmā ar Visumu, bet piepeši mēs tiekam izgrūsti ārpusaulē – trimdā, kur mums jāmeklē iespēja atjaunot zaudēto kontaktu. Ne velti reliģiju (latīņu val. *religio* – ‘saikne starp cilvēku un dieviem’ – vai *religare* – ‘atkal savienot’) var uztvert kā zaudētās saiknes meklējumu projekciju Visuma plašumos. Nabadzības, bada un dažādu veidu vardarbības ietekmes dēļ daudzu cilvēku sākotnējā saskarsme ar pasauli iedragā viņu identitātes izjūtu. Lai pasargātu sevi no vēl dziļākām sāpēm, šie cilvēki jau bērnībā iesaldē savas afektīvās, kognitīvās un emocionālās spējas. Galu galā viņi izaug par sociopātiem un cilvēkiem ar personības traucējumiem, kas klaiņo pa ielām un piepilda cietumus. Diemžēl tik smagos gadījumos izredzes uz izaugsmi un pārmaiņām ir gaužām nelielas; šiem cilvēkiem ir pārlietu bail ļauties sāpēm, kas nepieciešamas attīstībai.

Lielākā daļa no mums iemanto neurozes, svārstīdamies starp savu patieso bērna iedabu un pasauli, kuras sabiedrībā esam spiesti iekļauties. Citiem vārdiem sakot, pieauguša cilvēka neiepaizītā personība ir bērnības traumu radītas attieksmes, uzvedības un