

УДК 133.4

ББК 86.42

В – 38

Арина Веста. НАВЬИ СКАЗКИ: ИСЦЕЛЕНИЕ СЛОВОМ. – Москва.: Торговый Дом Велигор, 2019 – 241 с..

В этой книге мы рассмотрим тайную исцеляющую силу русских сказок. Читателей ожидает знакомство с особым видом народного творчества – это русские народные сказки с сюжетом «преодоления», а также истории о странствии Души за пределами Явного мира, – в том сокрытом мире, который иногда называют Навью.

Навь, как отражение коллективного бессознательного, обладает неисчерпаемым потенциалом творческих сил, но доступ в эту сферу закодирован, поэтому нам непонятны наши сновидения и многие сказки. Нам предстоит узнать этот язык символов и открыть источники духовной силы.

Книга в первую очередь обращена к людям, пережившим тяжелую жизненную утрату, а также к тем, кто хотел бы оказать психологическую поддержку своим близким. Среди читателей будет немало людей, желающих как можно больше узнать о природе наших чувств.

Мы надеемся, что сказки и мифы, изложенные в этой книге, станут надежными помощниками в исцелении чувств и мудрыми попутчиками в странствии души. Они научат нас воспринимать наши жизненные потери как посвящение в более глубокие слои переживаний.

В текст включены рекомендации психологов по осознанной работе с чувством скорби, вины и отчаяния. Эти советы позволят сохранить нашу эмоциональную жизнь и восстановить душевное здоровье в самых сложных и тяжелых обстоятельствах.

ISBN 978-5-88875-682-9

Подписано в печать 13.06.2019 г.

Формат 60х90/16. Печ.5л. Бумага офсет 80 гр.

Тираж 150 экз. Заказ №

Интернет-магазин – WWW.VELIGOR.RU

© Арина Веста – полные права.

© Торговый Дом Велигор – полные права.

СОДЕРЖАНИЕ

ПРОЛОГ. НАЕДИНЕ С УТРАТОЙ.....	6
СКАЗАНИЕ И ИНОСКАЗАНИЕ.....	7
БЕСЕДА ДУШ9	9
ЗЕРКАЛО ДЛЯ ГЕРОЯ.....	10
ИСЦЕЛЕНИЕ СЛОВОМ.....	12
ЧАСТЬ I. ДЕСЯТЬ СТУПЕНЕЙ К ЖИЗНИ.....	16
ДУША И ДУХ: В ЧЕМ ОТЛИЧИЕ?.....	16
ПРИРОДА ПОДЛИННОЙ СКОРБИ.....	17
И СИЛЬНА, КАК СМЕРТЬ, ЛЮБОВЬ!.....	18
ПОТЕРЯ: ЛИЦО БЕЗДНЫ.....	23
...И ДОЛЬШЕ ВЕКА ДЛИТСЯ ДЕНЬ.....	25
ГОРЕ – КАК ВЫХОД СИЛЫ.....	27
ДО ПОХОРОН.....	28
ПЕРВЫЕ ДНИ.....	29
МУЖЧИНА И СКОРЬБЬ.....	31
ПОХОРОНЫ: ПЕРВЫЙ РУБЕЖ ГОРЯ.....	32
ЗА КАЛИНОВЫМ МОСТОМ.....	34
КОЛЫБЕЛЬНАЯ ТАЙНА.....	36
СКАЗКА ЛЮЛЯ-НЫРЕЦ – ОБНОВИТЬСЯ ВО НАВИ... ..	42
ТРИ ВОРОНА.....	45
ОТЧАЯНИЕ: САМЫЙ МРАЧНЫЙ ВОРОН.....	47
УНЫНИЕ – КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫИГРАТЬ ВРЕМЯ.....	49
РАЗРУШИТЕЛЬНОЕ ЧУВСТВО ВИНЫ.....	51
СИЛА ВЕРЫ.....	52
ПАМЯТЬ РОДА – ЖИВАЯ ВОДА.....	54
ПОВЕДЕНИЕ ВО ВРЕМЯ ТРАУРА.....	56
СОРОКОВИНЫ: ПЕРВЫЙ РУБЕЖ	58
БОГИ ТОЖЕ ПЛАЧУТ.....	60
СВЕТ ПЕРВООБРАЗА.....	64
РАЗГОВОР ИЗ-ПОД ВОДЫ	65

ЧАСТЬ II. НАВЬИ СКАЗКИ – ТЕМНОЕ ЗЕРКАЛО.....	69
ДУХОВНАЯ РОДИНА.....	69
КОЩНОЕ ЦАРСТВО И ПРОСТРАНСТВО НАШЕЙ ПСИХИКИ	72
КОЩУНЫ – ВОЛШЕБСТВО ИНОГО МИРА.....	75
ВЕЛИКАЯ ЗАПОВЕДЬ, ИЛИ КОМУ НУЖНА НАША СКОРБЬ?.....	76
ДВОЧКА В СТРАНЕ МЕРТВЫХ.....	83
ОДИНОКАЯ ДУША, БРЕДУЩАЯ В ПОИСКАХ СМЫСЛА.....	90
ХОЖДЕНИЕ В ЦАРСТВО МЕРТВЫХ.....	92
РАВНОВЕСИЕ ВЫБОРА.....	95
«МОЛОДАЯ МОГИЛА».....	97
МАГИЧЕСКОЕ СОЗНАНИЕ И ОБИДА НА МИР	99
ВРЕМЯ КАК ЦЕЛИТЕЛЬ.....	103
СКАЗКИ О СМЕРТИ И ВОЗРОЖДЕНИИ.....	105
ЧАСТЬ III. ПУТЬ ДОМОЙ: МИФЫ И СКАЗКИ ВОЗВРАЩЕНИЯ.....	108
БОГИНЯ СВЕТА В ЦАРСТВЕ ТЬМЫ	108
ПЕРВЫЕ ВРАТА: ИЗВЕСТИЕ О ПОТЕРЕ.....	111
ВТОРЫЕ ВРАТА: ЗАКОНЫ ДУШЕВНОГО СПУСКА.....	113
ТРЕТЬИ ВРАТА: СИЛА СЛЕЗ.....	117
ПРИВРАТНИКИ БЕЗДНЫ.....	118
БЕЗДНА ЗОВЕТ СВОИХ ДЕТЕЙ.....	123
ЛОВУШКИ ВЕЧНОЙ НОЧИ.....	124
СЛЕПАЯ МЕСТЬ.....	128
О РАДОСТИ ПРОЩЕНИЯ.....	130
ПОМНИ О ВРЕМЕНИ!.....	132
ОТКАЗ ОТ ВОЗВРАЩЕНИЯ.....	136
ЗОВ ЖИЗНИ, ИЛИ «ВНУТРЕННИЙ ВИЗИРЬ».....	137
«ДРУЗЬЯ РАДОСТИ»: О ПРАВЕ ОТКАЗА.....	141
ПРОШЕЛ ГОД: ОТПУСТИТЬ ПАМЯТЬ.....	145
ЛОВУШКИ СКОРБИ: НЕВЕРНО ПОНЯТАЯ ЖЕРТВА.....	146
ДУШЕВНЫЙ ВАМПИРИЗМ: КАК РАСПОЗНАТЬ?.....	147
СКАЗКА «ВЕДЬМА И СОЛНЦЕВА СЕСТРА».....	150

ЧАСТЬ IV. ДИТЯ ДУШИ: ИСЦЕЛЕНИЕ БОЛЮ.....	158
НАИВНЫЕ УБИЙЦЫ.....	158
УСЛЫШАТЬ ЗОВ!.....	161
«БРАТ» ДУШИ	163
ХИЩНИК.....	168
ТРИ ЦВЕТА СКОРБИ.....	170
ЖЕСТОКИЙ ВАЯТЕЛЬ.....	172
ИСЦЕЛЕНИЕ БОЛЮ.....	175
ОТСЕЧЕНИЕ: АРХЕТИП ПОТЕРИ.....	178
ВСЕ ПОТЕРЯТЬ, ЧТОБЫ ВСЕ ОБРЕСТИ.....	180
ОПЛАКАТЬ ПОТЕРЮ: «ВОЙ НАД КОСТЯМИ».....	182
ЛЯГУШКА В КИПЯТКЕ.....	184
ДЕРЖИТЕ ГЛАЗА ОТКРЫТЫМИ!.....	184
ГОРЬКИЙ ДАР ОДИНОЧЕСТВА.....	187
ПОДЗЕМНЫЙ САД.....	191
ОТВАГА, ОТЧАЯНЬЕ, ОТРАДА.....	194
ВЕНЕЦ ИЗ ШИПОВНИКА.....	196
КТО ТЫ ТЕПЕРЬ?.....	196
ЧУВСТВО ДОМА.....	198
ВСТРЕЧА С БОГАМИ: ГОЛОС МОРЯ.....	202
СНЫ О ЗАЧАТИИ.....	206
ДУХОВНЫЕ РОДЫ.....	208
РУКИ СЕРДЦА.....	212
СЕМЬ ЛЕТ БЕЗ ВЗАИМНОСТИ.....	216
ОГНИВО – РАЗЖЕЧЬ ВНУТРЕННИЙ ОГОНЬ.....	219
ТАЙНАЯ НАГРАДА.....	222
Приложение 1. Осознанная работа с чувством скорби	225
Приложение 2. Советы отца, потерявшего сына	237
Приложение 3. Слово к потерявшим близких	238

ПРОЛОГ: НАЕДИНЕ С УТРАТОЙ



*В жизни длиною в полвздоха
нельзя планировать ничего, кроме Любви...
Дж. Руми*

Эта книга родилась как отклик на события особого рода. Она была написана для людей, пребывающих в периоде острой скорби по своим близким, но во время работы над книгой, перебирая множество сказок, легенд и мифов, посвященных крайним переживаниям человека, мы обнаружили простую истину: *природа скорби* – едина, различна только глубина её проявлений, и эта жизненная правда позволила расширить круг читателей и включить в него всех, кто когда-либо пережил потерю любви, борьбу со смертельной болезнью, травму, опасную операцию, крушение жизненных планов, отчаяние и разочарование.

Все эти события способны сбросить нас в глубины уныния, в «темную ночь души», на опасную грань жизни-смерти, откуда бывает так сложно вернуться обратно в мир, к работе, творчеству, к полноценному общению и ярким переживаниям.

Это возвращение сродни опасному и непредсказуемому путешествию, и наша задача – открыть путь из душевного омута, из подземелий депрессии, из тупиков отчаяния – в подлинный мир души, к сокрытым резервам нашей психики.

Но кто станет нашим проводником, нашим Вергилием в мире духовных исканий, кто проведет нас по его кругам и лабиринтам?

Кто откроет источник силы и поможет преобразить наши страдания в глубокие знания о природе мира?

Сделать это должны мы сами, точнее, – та вечная часть нашего «я», которая отвечает за то, чтобы мы жили вопреки всему.

Ибо в конечном счете важно не то, что с нами происходит, и не мера наших страданий и несчастий, которые нам пришлось перенести, а то, как мы реагируем на них и как отвечаем на предельно трудные вопросы земного бытия, как следуем предначертанным нам путем. (Ш. Болен)

Переживание горя – это особый опыт, он оставляет неизгладимый след в каждой душе. Нередко после глубокого «посвящения в скорбь» человек больше не боится смерти. Но даже пройдя этот путь до конца, мы нуждаемся в более глубоком понимании всего, что с нами произошло. Мы нуждаемся в поддержке, мы хотим восполнить свои потери глубоким знанием и силой, мы хотим найти опору в мудрости тех, кто задолго до нас прошел этот путь.

И в этом нам могут помочь сказки, сложенные во всех уголках Земли, и в первую очередь русские сказки.

Они позволяют нам прикоснуться к тайным сокровищам «архетипического слоя», где возможно не только наше воссоединение со смыслом бытия, но и полное обновление душевной жизни.

СКАЗАНИЕ И ИНОСКАЗАНИЕ

Известно, что интенсивная психологическая работа со сновидениями особенно важна для тех, кто переживает потерю.

Сновидение как духовный опыт оказывается гораздо шире границ нашей реальности и напрямую отсылает нас к волшебным мифам, к сказкам, к сценариям древних посвящений и к всеобщим законам жизни.

Сны, которые мы видим по ночам, далеко не случайны. Они отражают динамику нашей психической жизни, а та, в свою очередь, протекает в особом пространстве. Этот мир не управляется сознанием и не соответствует запросам реальности, его принято называть бессознательным, или подсознанием. Именно в подсознании и происходят главные драмы нашей жизни, но именно там находятся и ключи нашего исцеления.

Эта неизмеримо древняя психическая материя образует основу нашего разума. Подсознание бережно хранит весь актуальный опыт нашего взаимодействия с миром, а также всеобщий архетипический слой человеческой памяти.

Здесь, в мире непроявленного, душевного, воображаемого и тонко-реального начинается психологический путь по направлению к целостности и смыслу, и нам предстоит обратиться к особому роду сказок, обращенных к нашему глубинному родовому опыту.

Этот слой *коллективной памяти* содержит все, что присуще человеку как таковому, включая древнейшие дочеловеческие комплексы, инстинкты, болезни души и опасные крайности.

Но мы ничего не знаем о них, пока они сами не заявят о себе. Дело в том, что подсознание хранит идеи и образы в существенно меньшем напряжении, чем это присуще осознанному состоянию.

Так, именно подсознание первым приходит на помощь, оно закрывается от трагической информации, не дает ей соединиться с разрушительными эмоциями и на короткий срок блокирует первый натиск горя, оберегая психику от возможной непоправимой травмы.

«Под порогом» сознания теряется яркость изображения, связи между образами и идеями становятся менее последовательными и рациональными, более близкими к аналогии, к архетипу, и, следовательно, все более неразличимыми, – так наша личная трагедия вплетается во «всеобщее», и это неизбежно снижает наше личное страдание.

Здесь в «архетипическом мире» смерть и возрождение – суть метафоры, а реальность физической смерти, столь сильно пугающей наше эго, уравнивается силами, имеющими совсем иную перспективу. (Ш. Болен).

В этом таинственном мире рождаются мифы и сновидения, здесь нашла приют и сказка: страшная, жуткая сказка и сказка исцеления – иногда это одно и то же.

БЕСЕДА ДУШ

К. Юнг открыл нам простую истину: мифы, сказки и сновидения имеют одну и ту же душевную природу. Не удивительно, что мифы, сказки и сновидения говорят на одном языке – на языке подсознания, на языке образов и символов.

Символика сказок и сновидений играет роль курьера, передающего послания от инстинктивных к рациональным частям разума. Расшифровка этих символов обогащает ограниченные возможности сознания, так оно учится вновь понимать забытый язык инстинктов.

Большинство этих сказок мы уже слышали в детстве, и в нашу раннюю память уже заложены определенные культурные образы и символические коды. Но чтобы раскодировать их в ситуации сильнейшей психической боли, нам нужна помощь. Чтобы оказать эту помощь, нужно либо пройти посвящение, жреческое или врачебное, либо получить самостоятельный глубокий опыт работы с символами.

Чтобы «достучаться» до бессознательного и получить доступ к его богатствам, надо применить некий ключ. Этот ключ – особый образно-символический язык, язык души.

Символизм сказок и сновидений целиком восходит к миру архетипического и через него к коллективному бессознательному. Внутри этого пространства хорошо различим мифологический слой, вместилище таинственных, грозных и великолепных образов, которые иногда посещают наше воображение.

С этих же позиций мы можем раскрыть любую сказку как богатый и выразительный документ о глубинных силах человеческого характера.

Рассказы о людях, мужчинах и женщинах, богах и смертных, истории и легенды о героях, осмелившихся спуститься в Царство Мертвых, помогут нам познать законы эмоционального спуска и услышать голос нашей взрослеющей души.

ЗЕРКАЛО ДЛЯ ГЕРОЯ

В сказках главная роль обычно достаётся самым чувствующим и душевно глубоким персонажам, преодолевающим страдания и стеснение, изгнание и одиночество, все вместе это может быть метафорой нашей скорбящей души.

«Герой – это человек, самостоятельно пришедший к смирению». Но с чем смирился человек-герой? Именно это и является той загадкой, которую нам предстоит раскрыть.

Я считаю путешествие души героическим, – пишет психолог Шинода Болен, – когда оно начинается с нежелательных или не оставляющих выбора обстоятельств. Самые обыкновенные люди становятся настоящими героями, когда они не сдаются, стойко переносят свалившиеся на их долю трудности и при этом не отказываются от любви и поиска смысла собственной жизни.

И хотя дорога мифологического героя может проходить по земле, она всегда ведет внутрь – в глубины, где возрождаются его утерянные силы, необходимые для преобразования мира.

Самое дорогое в этом мире – знание, оно и сопутствующая ему сила становятся главным обретением героического спуска в бездну. На границе жизни и смерти, сна и пробуждения мы находимся в шаге от этих сокровищ, но, как в тяжелом сне, у нас нет сил протянуть руку или поднять их с земли.

Именно эти доселе не раскрытые возможности – и есть цель «подземного спуска» героев, ищущих самораскрытия, и всех тех, кто идет «по пути силы».

В этих историях и сказках мы видим, как главный герой обнаруживает поразительную истину или находит несметное сокровище под покровом тьмы. (К.П. Эстес)

Эти сказания и мифы хранят общечеловеческий опыт, но в каждом из них можно найти и то, что обращено только к нашей

страдающей душе, эти образы «пути во Тьме», сквозь боль и ужас, несут в себе древнее послание: «Не бойся знания, чтобы ни случилось, – следуй путем Жизни, и ты победишь!»

Что же двигало героями, идущими на столь отчаянный шаг, и был ли у них выбор? Орфеем, спустившимся в Гадес за Эвридикой владело желание вернуть любимую. Олимпийский бог Дионис ходил в Подземный мир, чтобы отыскать и вернуть к жизни свою смертную мать Семелу. В шумерской мифологии Инанна (Иштар) добровольно спускалась в подземный мир для встречи со своей темной сестрой Эрешкигаль. Согласно гностическим версиям мифа, она сошла в преисподнюю и приняла муки ради искупления всех, «кто недостаточно страдал при жизни».

В случае смертной девушки Психеи – посещение царства Гадеса было последним из ее героических заданий – единственная возможность соединиться с Эросом.

Её путь во тьме, путь в одну сторону, подобный гаснущему лучу, созвучен всем ступеням соумирания – тому длительному скорбному шествию, которое открывает перед нами «вечная» разлука с любимой душой.

Но добровольное принятие страданий не является правилом. И в крайней точке спуска отчаянье посещает даже самых сильных и осознанных искателей: «Боже! Боже! Почему ты меня оставил?» – возвал на кресте Иисус Христос. А мы же – всего лишь люди, но в нас заложена могучая сила преодоления и зов Жизни.

Вместе с центральным персонажем сказки или мифа мы можем многократно пройти «точку горя» и понять, как функционируют сокрытые аспекты нашей психики, чтобы научиться ими управлять.

Если процессу познания сопутствует сострадание по отношению к другим людям, подверженным влиянию того же комплекса чувств, то человек душевно растет, крепнут его взаимоотношения с окружающими с миром и возрастает приятие Жизни.

Преодоление скорби – это активный процесс, и помогая другим, мы исцеляемся сами.

ИСЦЕЛЕНИЕ СЛОВОМ

Со времен античности люди понимали, что основательным достижением благополучия является овладение действенной жизненной философией, которая обеспечивает ее обладателю разумный ход мышления, здоровье и долголетие. Этой жизненной философией полны сказки всех народов мира.

Одна из самых простых задач, которые ставят сказки: научиться понимать и принимать мир во всей его целостности: как единый поток, как живой организм, где все связано со всем, где нет ничего бессмысленного, изначально мертвого, где все живет, дышит и разговаривает на особом языке.

Сказки обучают нас этому символическому коду – языку сновидений, языку нашего подсознанию, «беседе душ».

Благодаря этому языку мы можем расшифровать сновидение и найти в сюжете сказки отражение наших душевных событий.

Любое сказочное повествование – которое претендует на описание жизненного пути героя – есть не что иное, как **символическое выражение бессознательных желаний, страхов и конфликтов, лежащих в основании сознательных моделей человеческого поведения.**

Для стабильного функционирования разума и психологического здоровья необходимо, чтобы подсознание и сознание были хоть как-то связаны между собою и действовали скоординированно... Нельзя исключать, что именно для этого и существуют сновидения. Сновидение – это обычное психическое явление, во время которого неосознанные реакции или спонтанные импульсы передаются сознанию.