

[КРАТКО]

Кларисса Эстес



Бегущая с волками

основные идеи

Бестселлер Amazon. Кратко

Культур-Мультиур

**Бегущая с волками.
Кларисса Эстес. Кратко**

«Культур-Мультиур»

2025

Культур-Мультиур

Бегущая с волками. Кларисса Эстес. Кратко / Культур-Мультиур — «Культур-Мультиур», 2025 — (Бестселлер Amazon. Кратко)

«Эта книга – сокращенный пересказ произведения Clarissa Pinkola Estés «Women Who Run with the Wolves: Myths and Stories of the Wild Woman Archetype». Используя лингвистические нейросети, мы значительно уменьшили объем текста, сохранив все основные идеи. В каждой женщине живёт мощная инстинктивная сила, полная страстного творчества и непреходящего знания. Она – Дикая Женщина, олицетворяющая инстинктивную природу женщин. Но она – вымирающий вид. Ибо, хотя дары дикой природы принадлежат нам от рождения, попытки общества «цивилизовать» нас, загоняя нас в жёсткие рамки, заглушают глубокие, живительные послания наших собственных душ. В книге «Бегущая с волками» доктор Кларисса Пинкола Эстес раскрывает богатые межкультурные мифы, сказки, народные предания и истории, многие из которых взяты из её собственных традиций, чтобы помочь женщинам восстановить связь с неистовыми, здоровыми, провидческими качествами этой инстинктивной природы. Благодаря историям и комментариям этой замечательной книги мы восстанавливаем, исследуем, любим и понимаем Дикую Женщину и воспринимаем её как нечто, одновременно магическое и целебное. Доктор Эстес создала новый лексикон для описания женской психики. Плодородная и дающая жизнь, она представляет собой психологию женщины в самом истинном смысле, познание души.»

© Культур-Мультиур, 2025

© Культур-Мультиур, 2025

Содержание

Глава I	7
Четыре раввина	8
Глава 2	9
Синяя Борода	9
Природный хищник психики	10
Ключ к знанию: Важность любопытства	12
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Культур-мультиур Бегущая с волками. Кларисса Эстес. Кратко

Серия: «Бестселлер Amazon. Кратко»

Бегущая с Волками. Женский архетип в мифах и сказаниях
Кларисса Пинкола Эстес



© Культур-мультиур, 2025

Глава I

Вой: Воскрешение Дикой Женщины

Кларисса Пинкола Эстес описывает свой путь к мудрости, отмечая важность инстинктивной природы женщин и опасность чрезмерной интеллектуализации. Для понимания женской природы важно воспринимать истории как часть себя, слушая их «душой», способной воспринимать мир на трёх уровнях. Дикая Женщина возвращается через сны, воспоминания и истории.

Эстес искала место, близкое к природе, и в пустыне на границе США и Мексики услышала истории о волках и месте встречи духов женщин и волков. История «Девушка-волчица» и ацтекский миф о близнецах, вскормленных волчицей, привели её к «костяным людям», воскрешающим мёртвых. Встреча с такой женщиной вдохновила Эстес поделиться этой историей.

Старая женщина Лобо, живущая в тайном месте, собирает кости животных, особенно волков. Собрав скелет, она поёт над ним, и волк оживает, превращаясь в женщину. Встреча с Лобо может открыть тайны души.

Каждый человек – набор костей в пустыне. Лобо показывает жизненную силу и учит петь «гимн творения» для возрождения дикой души. Это уединённая работа в пустыне психики. Лобо – архетип, корень инстинктивной системы, известная как «Та, Которая Знает». Дикая сущность носит разные имена в разных культурах: Мать Дней, Геката и др. Лобо – хранительница прошлого и женских традиций, видящая будущее. Она живёт в глубине женской души, где пересекаются дух женщины и волка, разум и инстинкты.

Лобо – связь между разумом и мифами. Место между мирами, где происходят чудеса и исцеления – источник света и тьмы. Архетип Дикой Женщины питает этот слой, исходящий из инстинктивной психики.

Следы архетипа встречаются в историях, искусстве и религии. Тело Лобо – «свещающееся животное», а иммунитет связан с мыслью. Духи – личности, а мифологический голос – поэт и оракул. Мёртвое возрождается. Все истории рождаются в этой психической земле.

Юнг называл это коллективным бессознательным. Это место взаимодействия биологии и психики – Узел, трещина между мирами. К нему нужно подходить осторожно, чтобы не утонуть в восторгах, а вернуться обновлённой.

Каждая женщина может достичь реки под рекой через медитацию, творчество и уединение. Многие в этом мире остаются загадкой. История о четырёх равнинах иллюстрирует подход к глубинному бессознательному.

Четыре раввина

Четыре раввина, увидев Колесо Иезекииля, по-разному восприняли этот опыт: один сошёл с ума, другой стал циником, третий – фанатиком, а четвёртый, поэт, стал жить лучше.

Опыт контакта с миром Сущностей даёт знания и чувство величия. Мы действуем согласно нашей глубинной природе. Важно найти баланс между восхищением и цинизмом. Юнг говорил о «моральном обязательстве» прожить и выразить полученный опыт. Наша задача – проявить эти изменения в мире.

Лобо подобна Исиде, Деметре, воскрешающим мёртвых. Это медитация женщин, возвращающая утраченные части себя и жизни. Мать-Создательница – всегда Мать-Смерть. Задача – понять, чему жить, а чему умереть.

Для женщин мир реки под рекой – источник знания о семенах жизни. Свет жизни находится в яичниках. Лобо поёт из этого глубинного знания. Символы семени и кости сходны. Семя – ключ к жизни. Быть с циклами семени – значит танцевать с жизнью и смертью. Это – Мать Жизни/Смерти/Жизни. К ней нужно обращаться за советом в случае потерь.

Представьте женщину – изначальную Дикую Женщину, живущую под и над землёй. Женщины инстинктивно тянутся к земле, ища связи с ней. Без этой связи они чувствуют себя беспокойно. Лекарство – Лобо, хранительница мира между живыми и мёртвыми.

Лобо – мифический голос, хранящий историю в рассказах. Она показывает, как быть мудрой. Инстинкт – врождённая мудрость. Лобо собирает кости – символ неуничтожимой души. Душу можно ранить, но не убить. Лобо защищает её. Кости – символ дикого «Я», не принимающего ограничения культуры.

Метафоры истории описывают пробуждение инстинктов. Внутри нас есть потенциал к возрождению. Мы начинаем в пустыне, чувствуя себя отчуждёнными. Пустыня – место сжатой жизни, подобно жизни многих женщин. Лобо показывает ценность такой жизни. Некоторые женщины пытаются сбежать из психической пустыни, но пышная жизнь находится в мире духов, реке под рекой.

Не будьте глупы, вернитесь в пустыню и найдите Лобо. Хотите совета? Собирайте кости.

Глава 2

Выслеживание Хищника: Начало инициации

Синяя Борода

Внутри человека существуют множество сущностей со своими ценностями и мотивами. Задача не подавлять их, а создать пространство для их гармоничного существования. Но необходимо сдерживать внутреннего хищника – коварную и мощную силу, противостоящую развитию, гармонии и дикой природе.

Этот хищник появляется в женских снах, разрушая планы и лишая женщину интуиции. История Синей Бороды иллюстрирует это. Синяя Борода – великан с особым интересом к женщинам, чью смерть подтверждает реликвия – синяя борода, хранящаяся в монастыре. Он ухаживал за тремя сёстрами, и, несмотря на их первоначальный страх, младшая согласилась выйти за него замуж.

После свадьбы Синяя Борода уехал, дав жене связку ключей от всех комнат в замке, кроме одной маленькой. Сёстры, приехавшие в гости, из любопытства открыли все двери, найдя за ними богатства. Наконец, они обнаружили маленькую дверь и открыли её запретным ключом. За дверью оказалась комната, полная крови и костей предыдущих жён Синей Бороды. Ключ испачкался кровью, которую невозможно было стереть.

Вернувшись, Синяя Борода обнаружил пропажу ключа и узнал о непослушании жены. Он привёл её в комнату с телами и собрался убить, но жена попросила времени на молитву. Она позвала на помощь братьев, которые вовремя прибыли и убили Синюю Бороду.

Природный хищник психики

Развитие отношений с дикой природой важно для женщины. Женщина должна войти во тьму, не становясь жертвой. Синяя Борода – это внутренний хищник, которого нужно знать и сдерживать. Для этого женщинам необходимо сохранять свои инстинктивные силы: интуицию, выносливость, любовь, чуткость и творчество.

Синяя Борода – скрытый комплекс, противостоящий женщине. Это древний враг обоих полов. Его трудно понять, так как он врожденный. В сказке он назван «неудавшимся магом», что роднит его с другими мифологическими персонажами, стремящимися к власти над силами природы и нарушающими её законы, за что были наказаны.

Синяя Борода – изгнанник, тоскующий по искуплению. Вместо того, чтобы поддерживать молодые женские силы, он их уничтожает. Возможно, он сам когда-то стремился к свету и был низвергнут. Поэтому он преследует свет в других, надеясь вернуть себе утраченное.

Младшая сестра должна признать существование этой злой силы, защититься от неё и лишиться её энергии. Женщина должна знать о существовании хищников, чтобы не стать жертвой.

Синяя Борода чувствует интерес младшей дочери и предлагает ей выйти замуж. В порыве юношеского энтузиазма она соглашается.

Младшая сестра – наивная женщина, которую захватывает внутренний хищник. Но в итоге она становится мудрее и сильнее. Эта история также относится и к взрослым женщинам, не научившимся распознавать хищника.

Сказки – это руководство к завершению начатой работы. История Синей Бороды полезна всем женщинам. Младшая сестра – творческий потенциал, стремящийся к жизни. Но она становится жертвой из-за неразвитых инстинктов.

Дети не осознают, что они – добыча. Жизнь женщины – пробуждение этого потенциала. Младшая сестра выходит замуж за того, кого считает прекрасным, но обманывает себя. Её дикая природа чувствует опасность, но наивная психика игнорирует предупреждения. Это типичная ошибка молодых женщин с неразвитыми системами тревоги.

Дети учатся распознавать хищника у родителей. Без их руководства они становятся лёгкой добычей. Даже при наличии мудрых родителей девочки-подростки могут поддаться влиянию культуры и пойти на риск, чтобы узнать всё самостоятельно. Наивность – это слабое понимание скрытого. Мы все начинаем наивными.

Волчица учит своих щенков опасности. Женщинам нужна подобная инициация. Младшая сестра наивна, невежественна и поддается соблазнам эго. Все мы хотим, чтобы всё было прекрасно. Но стремление к раю в сочетании с наивностью делает нас пищей для хищника.

Это решение выйти замуж за монстра принимается в детстве, когда девочек учат не видеть и «приукрашивать» всё вокруг. Даже мать в сказке потворствует этому. Старшие сёстры проявляют осознанность, видя опасность, но младшая их не слушает.

Наивная женщина делает неудачный выбор партнёра, зная об этом, но надеясь на чудо. Внутренний хищник поддерживает этот деструктивный шаблон. Голоса старших сестёр в психике призывают к осознанности и мудрости.

Когда юная душа выходит замуж за хищника, она теряет свободу. Хищник обещает ей стать королевой, но планирует убийство. Есть выход, но нужен ключ.

Ключ к знанию: Важность любопытства

Маленький ключ открывает доступ к тайнам психики, к тому, что разрушает женский потенциал. Синяя Борода, даруя ложную свободу, запрещает жене использовать ключ к самопознанию, лишая её интуиции и защиты. Открыв запретную дверь, она выбирает жизнь.

Сёстры, движимые любопытством, находят дверь. Женское любопытство – важный инстинкт, подсказывающий важность тайны. Дверь – психический барьер, а ключ – верный вопрос, пробуждающий сознание. Сёстры задают вопрос: «Что там, за дверью?». Наивная природа начинает взрослеть, стремясь к познанию скрытого.

Нарушив запрет, жена обнаруживает ужасную тайну. Ключ истекает кровью – женщина не может скрыть правду. Потеря энергии продолжается, пока она не распознает хищника.

В тайной комнате – разрушенные мечты. Жених-животное – зло в обличье добра, появляющееся при наивности или избегании правды. Сны предупреждают об опасности.

Несоответствие внутренних желаний и внешних действий – след жениха-животного. Он саботирует отношения и планы, сеет разрушение.

В сказках девушка распознаёт злую сущность жениха-животного и спасается. Это архетип прозрения и избавления. Главное – выдержать видение собственной разрушенности.

Сёстры захлопывают дверь. Жена пытается стереть кровь – символ разрушенной творческой жизни и потери энергии. Это кровь души, проявляющаяся в персоне. Правду больше не скрыть.

Ключ – символ доступа к тайне. Ключевые слова: «Что скрывается?», «Что не так, как кажется?», «Что я знаю, но не хочу знать?», «Что во мне убито?» Ответы будут окровавлены.

Сила, подавляющая сознание, уничтожает новое. Но кровь на ключе – напоминание о тайне. Это хочет забыть, но кровь не останавливается. Умирая, старая жизнь пробуждает новую.

Убийство жён – убийство творческого начала. Хищник отделяет женщину от интуиции. Пример – история женщины, покончившей с собой из-за духовного голода. Женщинам нужно самовыражение. Ключ с кровью – символ женских кровей, тех, кто пострадал от неверных выборов.

Освещая тьму психики, мы усиливаем тени. Не бойтесь самого страшного. Дикая Женщина не боится тьмы. Скелеты – символ неуничтожимой души, способной к возрождению.

В пещере Лобо – останки женщины, лишённой всего. Нужно увидеть хищника и его деяния, чтобы действовать в своих интересах.

Подвал, темница, пещера – символы инициации, где женщина побеждает убийцу психики. Сказка даёт инструкции: найти, следовать, видеть, накапливать силу, уничтожать.

Осознание собственной гибели – начало сопротивления. Увидев истину, женщина действует решительнее.

Это манёвр жены Синей Бороды. Разоблачённый хищник пытается убить её. Анализ, самопознание – способы «отступления и заикливания», позволяющие посмотреть на проблему иначе.

Просьба жены о времени – не покорность, а подготовка к борьбе. Угроза превращает жертву в охотника. Хищник и потенциал достигают пика напряжения. Женщина, осознав себя жертвой, планирует убить хищника. А он, разъярённый, хочет уничтожить её. Противоборство истощает, но нужно бороться. Ключевые вопросы помогают. Хищник запрещает сознание, но жена, притворяясь жертвой, планирует его гибель.

В «танце» хищника и жертвы покорность – признак согласия на свою роль. Жена не сдаётся. Её просьба – хитрость, способ подготовиться к атаке. Она прячется, чтобы атаковать неожиданно.

Жена Синей Бороды тянет время, чтобы собрать силы против деструктивной силы – религии, семьи, культуры или внутренних комплексов. Вызывая братьев – агрессивные силы психики, – она просит времени на молитву. Братья символизируют защиту, они могут быть представлены как людьми, так и стихиями.

Она призывает сестёр – мудрые аспекты психики. Её зов доходит до братьев, но не сразу. Женщине нужно научиться вызывать свою боевую природу, решительность, чтобы победить внутреннего убийцу и вернуть себе жизненную страсть. Вопросы важны, но без поддержки не победить.

Братья – это **анимус**, мужская энергия, помогающая в борьбе за сознание. Здоровый анимус поддерживает женщину, помогает ей воплощать идеи. Братья нейтрализуют хищника, пробуждают сознание, защищают.

Останки Синей Бороды – пища падальщикам, пожирателям грехов, очищающим психику. Это воплощение низших аспектов. Хищник разрушается, чтобы возродиться обновлённым. Синяя Борода, возможно, неисправим, но не заслуживает мучений.

Работа над собой изменяет коллективное бессознательное, освещая тёмную сторону Бога. Расчленил хищника мысленно, не допуская деструктивных мыслей, противостоя его атакам и соблазнам. Осознайте свои уязвимости.

Останки хищника – символ его трансформации природой. Отказавшись от хищника, мы лишаем его силы. Его энергия пригодится: ярость – для достижений, хитрость – для анализа, агрессия – для уничтожения ненужного. Как лекарство из ядовитого растения.

Сказка – урок для юных душ. Это история о наивности, преодолении запретов и победе. Она оживляет внутренний мир, помогает справиться со страхом, найти выход. Развивайте любопытство, задавайте вопросы, как дикий зверь, обнюхивающий мир. Так можно найти ответы и обратить силу хищника себе на пользу.

Хищник психики является во снах. Типичный сюжет: женщина дома, снаружи – опасность. Она хочет позвонить, но враг уже рядом. Она просыпается в ужасе.

Сон – физиологический шок. Антагонисты – «террористы, насильники». Сон может означать осознание хищника, освобождение подавленной части психики, или угрозу извне.

Сон говорит о самокритике. «Ключевой» вопрос освобождает. Сон предвещает изменения, инициацию, он снится и непосвящённым, и бывалым. Сны – порталы к новому сознанию.

Сон указывает на застой в психике, необходимость перемен, трудности выбора, нежелание бороться, пассивность. Это тревожный сигнал о проблемах вовне. Культура также важна, как и семья. Сон о тёмном человеке – реакция на негатив в культуре: предупреждение для наивных, поддержка для осознанных.

Сон может отражать угрозу в культуре, в офисе, семье, обществе. У каждой культуры свой хищник. Если он доминирует, души парализованы. Мужской облик хищника – загадка. Деструктивность растёт, если культура подавляет инстинкты.

Но даже тогда женщины с живой Дикой Женщиной задают вопросы о себе и культуре, чтобы действовать эффективно. Дикую природу нужно беречь, она помогает преодолеть хищника. Сны о тёмном человеке снятся и при истощении творческой энергии, призывая к борьбе с тем, что крадёт огонь. Часто причина – низкая самооценка. Цените свои таланты. Женщины склонны к самокритике.

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.