



به نام خدا

کتاب مرداب روح

نویسنده : جیمز هولیس

۱۶۰ صفحه ، نشر : بنیاد فرهنگ زندگی



دکتر جیمز هولیس از معدود اندیشمندانی است که توانسته از دل تئوری یونگ مدل هایی را استخراج کند که به مسائل عمیق جامعه بشری پاسخ هایی در خور و قابل توجه میدهد

همه ما ، در خیالات خود هدف از زندگی را رسیدن به خوشبختی تصور میکنیم اما زندگی برنامه دیگری برایمان دارد، هدف زندگی از دید روانشناسی یونگ یافتن معنای زندگی است بنابراین رنجها لازمه رشد و بلوغ روحی ماست و بدون رنج انسان ناآگاه، وابسته و ضعیف است وظیفه ما این است که رنجها و سختیها را زندگی کنیم و آنها را سرکوب نکنیم یا به دیگران فرافکنی نکنیم

هنگام روبرو شدن با رنجها نباید منتظر یک ناجی بیرونی باشیم که بیاید و مارا نجات دهد این یک توهم است زیرا زندگی مشکلی نیست که باید حل شود بلکه آزمایشی است که باید آن را زندگی کرد

سپس نویسنده به تعریف این مرداب های روح می پردازد مانند اندوه ، مرگ ، خیانت ، شک ، وسواس ، افسردگی و ناامیدی

مثلا در مورد اندوه ، یکی از بزرگترین دردهای ما حس ناتوانی است از اینکه فکر میکنیم به موضوع پیش آمده تسلط نداریم و این باعث ناراحتیمان میشود کافی است بپذیریم همه چیز فانی است و بپذیریم که، آنچه متعلق به ما بوده را انتخاب کردیم و به بهترین شکل انجام دادیم .

: