

#WithUkrainianJungians

与乌克兰同事及所有面临被抹灭威胁的人同行



网路研讨会九 2023年10月24日星期二下午18:00—19:45 (英国夏令时间)

Verena Kast & Olga Kasianenko

因应悲伤：困难与资源 (*Coping with Grief—Difficulties and Resources*)

主持人：Lily Rose Nomfundo Mlisa, PhD

欢迎大家参与

[此处购票](#)

分析心理学家公会 (Guild of Analytical Psychologists, GAP)、WorldlyWise、全球原型象征研究档案馆 (Archive for Research in Archetypal Symbolism, ARAS) 及Sanctus 媒体公司协办

# 欢迎

亲爱的同事及朋友们：

欢迎参与下一场网路研讨会，**Verena Kast** 和 **Olga Kasianenko** 将探讨 **因应悲伤**。



今年夏天，我在奥地利山区的玛丽亚-阿尔姆（Maria Alm）村内一个小纪念教堂看到斯蒂芬-诺克斯（Stefan Knox）的这幅作品。这是一幅圣母怜子的作品（Pietà；义大利语：怜悯、慈悲）。在葬礼之前，坐着的玛利亚抱着死去的儿子，她的儿子饱受折磨，被钉在十字架上。救世主本人也遭受了暴力和不公，被所有人甚至上帝抛弃。

圣母怜子的作品所描绘的是受难与复活之间的阈限空间。死亡的痛苦已被无声的哀悼所取代。玛丽亚无法去掉这份痛苦，她只能承受。

圣母怜子的作品本身在一场大火中遭到可怕的破坏，外型损伤、碎裂、变黑一被毁了？然而，它在苦难中散发出宏伟和尊严。

艺术家使用的金箔让我们想起日本的金缮工艺，#WUJ 的第一份网路研讨会简章就提到过这种工艺（使用了乌克兰的颜色）。金缮（Kintsugi）可粗略翻译为“用黄金接合”（Kin=黄金；tsugi=接合）。这是一种用黄金修复破损陶器的日本技艺，修复后的物品被认为比原本的更有价值。破损处并没有被掩盖，而是被重新接合的黄金照亮了。

我们都知道悲伤，从童年宠物的死亡，到失去未出生的孩子、失去朋友、失去兄弟姐妹或父母。我们可能会为一段感情的破裂而悲伤，也可能会为陪伴一生的伴侣走向死亡而悲伤，或可能会为他们日益加重的失智而感到悲伤。我们可能会为那些我们认为重要的地方遭到破坏而悲伤或是为我们的星球而悲伤。

悲伤是生命中不可避免的一部分，但这并不意味着它就不那么痛苦或容易处理。很多时候，因为难以承受悲伤，于是我们迷失在分心、忙碌、成瘾、愤怒及憎恨中。或许，我们就只是在绝望中迷失了自己。

# 欢迎

对我们的乌克兰同事而言，悲伤肯定是难以言表的。年轻人在战事中丧生，无辜平民（包括儿童）在家中、超市、剧院遭到屠杀，有时还遭受酷刑；历史性的文化标志遭到轰炸；妇女和女童被强暴；儿童被绑架，大量儿童失去肢体。

新闻上又报导了另一起暴行，不仅仅只是发生在乌克兰。我没有能力为他们所有人哀悼。但是，如果我们不能悲伤、不能承受痛苦，我们又怎能吼叫抗议，阻止这种暴政的蔓延？我又怎能对乌克兰同事的悲伤完全敞开心扉？我必须承认，我的声援能力是有限的。

在与 Donald Kalsched共同主讲的 #WUJ 网路研讨会开场白中，Lisa Marchiano指出：

*就个人层面而言，苦难会将我们与他人分开。悲伤的母亲发现人们躲着她、孤独一人，因为其他人无法承受靠近这种不幸和痛苦。这样的痛苦太大、太难以承受，所以我们说“无言以对”，然后继续前行。当我们成为毁灭性的、令人心碎的损失之受害者时，我们就被抛出了正常的生活圈。我们不再属于活人的世界，因为我们已经被冥冥中的力量夺走了，而这些力量是别人不愿面对的。*

我邀请你来加入我们，一起进入死亡与复活（重生）间的阈限空间。也许我们的团结，以及Verena和Olga的演讲，都将成为黄金的痕迹，帮助我们拼凑生命中已然破裂的碎片，这将会增强我们目前承受悲伤的能力。荣格说过：*拥抱你的悲伤，因为你的灵魂会在那里成长。*



在演说开始之前，我们将与乌克兰同事一起默哀一分钟。这对他们意义重大。

致上诚挚谢意。  
Catherine Cox

# Verena Kast & Olga Kasianenko

因应悲伤：困难与资源 (Coping with Grief - Difficulties and Resources. )



## Verena's 的个人声明：

在乌克兰的这场毁坏且不合理的战争让我感到愤怒和无助。我们的乌克兰同事们是如何承担起他们的艰难命运，对此我深受感动。尽管处在最恶劣的战争环境下，有时也在最艰困的个人处境中，他们长久以来仍继续为需要治疗的人服务。当你与他们交谈时，他们如今将这一工作视为自己的任务，他们也想承担这份任务。我感到非常敬佩，并希望我们至少能向他们提供小小帮助和善意，希望这将会带出影响。

**Prof. Verena Kast DPhil.** 博士是心理学家和心理治疗师，曾任苏黎世大学人类心理学教授。她是苏黎世荣格学院的讲师级分析师和督导，曾任学院的院长。她是林道尔心理治疗大会（Lindauer Psychotherapiewochen）的共同主任，该大会是德语区最大的心理治疗继续教育活动。她在童话、象征主义、人际关系、哀悼过程、情绪等领域发表过许多著作，同时也著书讨论复杂理论和想像力。

## 关于这场网路研讨会：

爱一个人，就有可能克服存在孤独。

因此，爱人的离去会让我们重陷存在孤独。

如果人们失去了生命中非常宝贵的人或物，就会有悲伤的情绪。与那些哀悼情绪相关的是悲伤、焦虑、生气、愤怒、爱、负罪等等感受。如果我们允许自己被这些情绪占据，那么哀悼的过程就会开始，这是一个缓慢而痛苦的发展过程，它让我们与逝者分离，让我们有可能重新开始生活——没有逝者的生活，但却有着因为与逝者的关系而在我们心灵中唤起的各面向，即那些在我们灵魂中被触动的事物以及我们绝不能牺牲的东西。

我们必须以羁绊联系来理解失去至爱。如果我们与某人交往，就会发展出一份关系，而在我们的心灵内，就会有我从这种关系中产生。这个共有的我不同于自己，但也有一些重叠。有个足够好的自己对于哀悼和分离的过程非常重要。在悲伤的过程中，我们会重新组织自己，从共有的我回到自己。如果没有或没有足够的自己，悲伤的人在面对重大失落时就会出现忧郁和附带症状，即所谓的复杂悲伤。在这种情况下，针对忧郁的心理治疗，若能把焦点放在共有的我和失落会是有所助益的。

# Olga Kasianenko



## Olga 写道：

2022 年夏天，当我在德国时，经历了失去家园的痛苦，而我的母亲也在我离家在外时去世。当时有人提议让我参与翻译 Verena Kast 的文章。当然，我根本无法想像在一年半后，我会有机会与她一起带领研讨会。

撰写这篇文章对我自己的悲伤历程很有帮助。当时我正陷入深深的忧郁之中而无法自拔，也许是因为我的关联自性 (relational Self) 相当发达，而我与个别自性 (individual Self) 的联系则变得较弱。了解这一点有助于我做出某些决定，而这些决定至今仍被我视为人生中重要的决定。

当有人建议我与 Verena Kast 合作时，我充满了喜悦、灵感，同时也感到恐惧。我将说些什么？我将对失去这么多的人们说些什么新颖且重要的事？我能找到表达所有感受的语言吗？而“与乌克兰荣格人同在”计划再次向我伸出了援手，即原型象征研究档案馆 (ARAS) 的提议……有了分享象征的可能性——这是一个非常简单、非常荣格学派、非常天才的想法——如果你欠缺语言，图像就会为你提供帮助：无论是艺术的、音乐的或诗意的。

这甚至不是一个演讲发表，而只是我在战争中遇到的图像马赛克，成为道别的象征，同时为过去无忧无虑的生活、对不朽的幻想以及我们都经历过的许多损失感到悲伤。

如果我与你们分享我的悲伤，我希望你们也有机会与我、与我们所有人、与整个世界分享你们的悲伤，因为我们都是在一起的。

**Olga Kasianenko** 出生并成长于基辅。她毕业于塔拉斯-舍甫琴科国立基辅大学心理学系，并与一群志趣相投的同事一起在图宾根心理治疗暨身心医学和精神分析学院学习古典精神分析课程。2008 年，Olga 有幸参加了首届 IAAP 的 Router 学习计划，并于 2019 年获得荣格分析师资格，随后接受了团体分析师培训，并在安娜-佛洛德中心学习婴儿-父母关系治疗。

Olga 的工作对象包括儿童和成人，并带领婴儿观察小组。

# Lily Rose Nomfundo Mlisa, PhD



## Nomfundo 写道：

我很荣幸受邀参加这个计划。

乌克兰公民、家人、朋友和亲戚，包括我所居住的南非等其他国家的人同样也面临着乌克兰家庭今天所面临的所有不确定性、愁苦、痛苦、恐惧和失去希望。这是许多国家今天正在经历的创伤性生活经历。痛苦就是痛苦，恐惧和绝望也是如此。在南非，今日我们也面临着类似的情况，我们都刚刚从 COVID-19 疫情的痛苦困境中恢复过来，这场疫情给全球带来严重痛苦，不仅仅只是失去了亲人的生命，还留下了情感上的创伤，可能需要一段时间才能愈合。世界正在崩溃。不再有喜乐与和平，而是黑暗的阴影每天都笼罩着我们所有人。

尽管如此，我们仍为乌克兰和所有不再享有和平的国家祈祷了许多小时。这些会面非常有力量，因为我们能够在精神上彼此联系、相互支持、共同分担痛苦，并注入积极的希望和信念：我们同舟共济。作为一个负伤的疗愈者，包括我本人以及乌克兰和世界各地的荣格学人，我们将采用各种方法疗愈那些伤者的创伤。

今天和我在一起的是两位勇士，我们将为乌克兰的所有人带来支持性和正面的希望精神。

**Lily Rose Nomfundo Mlisa** 博士，是南非人，自1995 年以来一直是一名执业注册的临床心理学家，参加过 60 多场国际和国内会议。她曾在各会议上组织各式小组讨论、主持会议并发表演讲。她在认证期刊上发表15 篇以上的论文。她还参与了某些期刊的同侪审查工作。她是以下领域的独立研究员：本土知识研究、非洲传统宗教、社区参与和心理学。她是南非夸祖鲁-纳塔尔省祖鲁兰大学社会科学与人文学院的研究员及南非自由州大学宗教研究系研究员。她还是“彩虹团体”（Rainbow Group）心理疗法的创始人之一，该疗法是她与南非荣格学派心理治疗师、苏黎世荣格分析师Peter Amman教授共同开创的。她还修行各种冥想方法，为来自世界各地不同文化背景的伤害个人和家庭提供支持。她还是一名熟练的传统疗愈师和信仰疗愈师。 ([lillymlisa@gmail.com](mailto:lillymlisa@gmail.com)) +27834940433

# 购票

## 1.

捐款请前往 GoFundMe 的网页

[此处](#)

为了尽可能广纳所有人，建议最低捐赠（依世界银行列表）为：

高收入：北美、澳洲及欧洲：25英镑  
(受训者及routers：15英镑)

中上收入：南美及巴爾幹半島：15英镑  
(受训者及routers：5英镑)

中下收入：東南亞及非洲：5英镑  
(受训者及routers：免費)

乌克兰及在前线与乌克兰工作者：免费

## 2.

购票

[此处](#)

- 网路研讨会九：十月  
**Verena Kast 及Olga Kasianenko**

请注意这场网路研讨只提供乌克兰语及英语（可能也会有华语）口译。

# 录影

## 所有的网路研讨会均备有录影。

#WUJ非常幸运地拥有一支专业的口译员团队，他们提供无偿服务以表达对乌克兰的支持（虽然我们会支付乌克兰口译员），而且大多数的会议可以用英语、乌克兰语、德语、法语、义大利语、西班牙语、葡萄牙语和华语观看。我们感谢他们的慷慨与专业服务。

#WUJ同时也感谢 ARAS管理录影影片，使其他时区的同事也能参与。

除了为所有害怕被抹灭的同事提供支持外，网路研讨会还旨在为遭受严重经济困难的乌克兰同事筹募资金。无论您是现场参加还是透过观看录影影片而参加，请考虑为我们的乌克兰同事捐赠一份礼物。

**是否能够考虑捐赠一个小时的费用？**

观看录影影片，请点选：

[此处](#)

捐款，請點選：

[此处](#)

我们通常会在人们抵达 Zoom 会议室时播放图片展示。

观看图片播放，请点选：

[此处](#)



请注意，未来的网路研讨会  
将只提供乌克兰语及英语  
(可能也会有华语) 口译。



图片作者：**Carola Mathers**

抽象 1，纸上油墨。

Carola是一位英国的艺术家，她的作品包括水彩、油画和混合媒材。她最近刚从荣格分析师的临床实务工作中退休。

[https://www.alternativeartsales.com/photo\\_12105445.html](https://www.alternativeartsales.com/photo_12105445.html)