

#WithUkrainianJungians

與烏克蘭同事及所有面臨被抹滅威脅的人同行



網路研討會九 2023年10月24日星期二下午18:00—19:45 (英國夏令時間)

Verena Kast & Olga Kasianenko

因應悲傷：困難與資源 (*Coping with Grief—Difficulties and Resources*)

主持人：Lily Rose Nomfundo Mlisa, PhD

歡迎大家參與

[此處購票](#)

分析心理學家公會 (Guild of Analytical Psychologists, GAP) 、WorldlyWise、全球原型象徵研究檔案館 (Archive for Research in Archetypal Symbolism, ARAS) 及Sanctus 媒體公司協辦

歡迎

親愛的同事及朋友們：

歡迎參與下一場網路研討會，**Verena Kast** 和 **Olga Kasianenko** 將探討 **因應悲傷**。



今年夏天，我在奧地利山區的瑪麗亞-阿爾姆（Maria Alm）村內一個小紀念教堂看到斯蒂芬-諾克斯（Stefan Knox）的這幅作品。這是一幅聖母憐子的作品（Pietà；義大利語：憐憫、慈悲）。在葬禮之前，坐著的瑪利亞抱著死去的兒子，她的兒子飽受折磨，被釘在十字架上。救世主本人也遭受了暴力和不公，被所有人甚至上帝拋棄。

聖母憐子的作品所描繪的是受難與復活之間的閹限空間。死亡的痛苦已被無聲的哀悼所取代。瑪麗亞無法去掉這份痛苦，她只能承受。

聖母憐子的作品本身在一場大火中遭到可怕的破壞，外型損傷、碎裂、變黑一被毀了？然而，它在苦難中散發出宏偉和尊嚴。

藝術家使用的金箔讓我們想起日本的金繕工藝，#WUJ 的第一份網路研討會簡章就提到過這種工藝（使用了烏克蘭的顏色）。金繕（Kintsugi）可粗略翻譯為「用黃金接合」（Kin=黃金；tsugi=接合）。這是一種用黃金修復破損陶器的日本技藝，修復後的物品被認為比原本的更有價值。破損處並沒有被掩蓋，而是被重新接合的黃金照亮了。

我們都知道悲傷，從童年寵物的死亡，到失去未出生的孩子、失去朋友、失去兄弟姐妹或父母。我們可能會為一段感情的破裂而悲傷，也可能會為陪伴一生的伴侶走向死亡而悲傷，或可能會為他們日益加重的失智而感到悲傷。我們可能會為那些我們認為重要的地方遭到破壞而悲傷或是為我們的星球而悲傷。

悲傷是生命中不可避免的一部分，但這並不意味著它就不那麼痛苦或容易處理。很多時候，因為難以承受悲傷，於是我們迷失在分心、忙碌、成癮、憤怒及憎恨中。或許，我們就只是在絕望中迷失了自己。

歡迎

對我們的烏克蘭同事而言，悲傷肯定是難以言表的。年輕人在戰事中喪生，無辜平民（包括兒童）在家中、超市、劇院遭到屠殺，有時還遭受酷刑；歷史性的文化標誌遭到轟炸；婦女和女童被強暴；兒童被綁架，大量兒童失去肢體。

新聞上又報導了另一起暴行，不僅僅只是發生在烏克蘭。我沒有能力為他們所有人哀悼。但是，如果我們不能悲傷、不能承受痛苦，我們又怎能吼叫抗議，阻止這種暴政的蔓延？我又怎能對烏克蘭同事的悲傷完全敞開心扉？我必須承認，我的聲援能力是有限的。

在與 Donald Kalsched 共同主講的 #WUJ 網路研討會開場白中，Lisa Marchiano 指出：

就個人層面而言，苦難會將我們與他人分開。悲傷的母親發現人們躲著她、孤獨一人，因為其他人無法承受靠近這種不幸和痛苦。這樣的痛苦太大、太難以承受，所以我們說「無言以對」，然後繼續前行。當我們成為毀滅性的、令人心碎的損失之受害者時，我們就被拋出了正常的生活圈。我們不再屬於活人的世界，因為我們已經被冥冥中的力量奪走了，而這些力量是別人不願面對的。

我邀請你來加入我們，一起進入死亡與復活（重生）間的閾限空間。也許我們的團結，以及 Verena 和 Olga 的演講，都將成為黃金的痕跡，幫助我們拼湊生命中已然破裂的碎片，這將會增強我們目前承受悲傷的能力。榮格說過：*擁抱你的悲傷，因為你的靈魂會在那裡成長。*



在演說開始之前，我們將與烏克蘭同事一起默哀一分鐘。這對他們意義重大。

致上誠摯謝意。
Catherine Cox

Verena Kast & Olga Kasianenko

因應悲傷：困難與資源 (Coping with Grief - Difficulties and Resources.)



Verena's 的個人聲明：

在烏克蘭的這場毀壞且不合理的戰爭讓我感到憤怒和無助。我們的烏克蘭同事們是如何承擔起他們的艱難命運，對此我深受感動。儘管處在最惡劣的戰爭環境下，有時也在最艱困的個人處境中，他們長久以來仍繼續為需要治療的人服務。當你與他們交談時，他們如今將這一工作視為自己的任務，他們也想承擔這份任務。我感到非常敬佩，並希望我們至少能向他們提供小小幫助和善意，希望這將會帶出影響。

Prof. Verena Kast DPhil. 博士是心理學家和心理治療師，曾任蘇黎世大學人類心理學教授。她是蘇黎世榮格學院的講師級分析師和督導，曾任學院的院長。她是林道爾心理治療大會（Lindauer Psychotherapiewochen）的共同主任，該大會是德語區最大的心理治療繼續教育活動。她在童話、象徵主義、人際關係、哀悼過程、情緒等領域發表過許多著作，同時也著書討論複雜理論和想像力。

關於這場網路研討會：

愛一個人，就有可能克服存在孤獨。

因此，愛人的離去會讓我們重陷存在孤獨。

如果人們失去了生命中非常寶貴的人或物，就會有悲傷的情緒。與那些哀悼情緒相關的是悲傷、焦慮、生氣、憤怒、愛、負罪等等感受。如果我們允許自己被這些情緒佔據，那麼哀悼的過程就會開始，這是一個緩慢而痛苦的發展過程，它讓我們與逝者分離，讓我們有可能重新開始生活——沒有逝者的生活，但卻有著因為與逝者的關係而在我們心靈中喚起的各面向，即那些在我們靈魂中被觸動的事物以及我們絕不能犧牲的東西。

我們必須以羈絆聯繫來理解失去至愛。如果我們與某人交往，就會發展出一份關係，而在我們的心靈內，就會有個我從這種關係中產生。這個共有的我不同於自己，但也有一些重疊。有個足夠好的自己對於哀悼和分離的過程非常重要。在悲傷的過程中，我們會重新組織自己，從共有的我回到自己。如果沒有或沒有足夠的自己，悲傷的人在面對重大失落時就會出現憂鬱和附帶症狀，即所謂的複雜悲傷。在這種情況下，針對憂鬱的心理治療，若能把焦點放在共有的我和失落會是有所助益的。

Olga Kasianenko



Olga 寫道：

2022 年夏天，當我在德國時，經歷了失去家園的痛苦，而我的母親也在我離家在外時去世。當時有人提議讓我參與翻譯 Verena Kast 的文章。當然，我根本無法想像在一年半後，我會有機會與她一起帶領研討會。

撰寫這篇文章對我自己的悲傷歷程很有幫助。當時我正陷入深深的憂鬱之中而無法自拔，也許是因為我的關聯自性 (relational Self) 相當發達，而我與個別自性 (individual Self) 的聯繫則變得較弱。瞭解這一點有助於我做出某些決定，而這些決定至今仍被我視為人生中重要的決定。

當有人建議我與 Verena Kast 合作時，我充滿了喜悅、靈感，同時也感到恐懼。我將說些什麼？我將對失去這麼多的人們說些什麼新穎且重要的事？我能找到表達所有感受的語言嗎？而「與烏克蘭榮格人同在」計畫再次向我伸出了援手，即原型象徵研究檔案館 (ARAS) 的提議……有了分享象徵的可能性——這是一個非常簡單、非常榮格學派、非常天才的想法——如果你欠缺語言，圖像就會為你提供幫助：無論是藝術的、音樂的或詩意的。

這甚至不是一個演講發表，而只是我在戰爭中遇到的圖像馬賽克，成為道別的象徵，同時為過去無憂無慮的生活、對不朽的幻想以及我們都經歷過的許多損失感到悲傷。

如果我與你們分享我的悲傷，我希望你們也有機會與我、與我們所有人、與整個世界分享你們的悲傷，因為我們都是在一起的。

Olga Kasianenko 出生並成長於基輔。她畢業於塔拉斯-舍甫琴科國立基輔大學心理學系，並與一群志趣相投的同事一起在圖賓根心理治療暨身心醫學和精神分析學院學習古典精神分析課程。2008 年，Olga 有幸參加了首屆 IAAP 的 Router 學習計畫，並於 2019 年獲得榮格分析師資格，隨後接受了團體分析師培訓，並在安娜-佛洛德中心學習嬰兒-父母關係治療。

Olga 的工作對象包括兒童和成人，並帶領嬰兒觀察小組。

Lily Rose Nomfundo Mlisa, PhD



Nomfundo 寫道：

我很榮幸受邀參加這個計畫。

烏克蘭公民、家人、朋友和親戚，包括我所居住的南非等其他國家的人同樣也面臨著烏克蘭家庭今天所面臨的所有不確定性、愁苦、痛苦、恐懼和失去希望。這是許多國家今天正在經歷的創傷性生活經歷。痛苦就是痛苦，恐懼和絕望也是如此。在南非，今日我們也面臨著類似的情況，我們都剛剛從 COVID-19 疫情的痛苦困境中恢復過來，這場疫情給全球帶來嚴重痛苦，不僅僅只是失去了親人的生命，還留下了情感上的創傷，可能需要一段時間才能癒合。世界正在崩潰。不再有喜樂與和平，而是黑暗的陰影每天都籠罩著我們所有人。

儘管如此，我們仍為烏克蘭和所有不再享有和平的國家祈禱了許多小時。這些會面非常有力，因為我們能夠在精神上彼此聯繫、相互支持、共同分擔痛苦，並注入積極的希望和信念：我們同舟共濟。作為一個負傷的療癒者，包括我本人以及烏克蘭和世界各地的榮格學人，我們將採用各種方法療癒那些傷者的創傷。

今天和我在一起的是兩位勇士，我們將為烏克蘭的所有人帶來支持性和正面的希望精神。

Lily Rose Nomfundo Mlisa 博士，是南非人，自1995 年以來一直是一名執業註冊的臨床心理學家，參加過 60 多場國際和國內會議。她曾在各會議上組織各式小組討論、主持會議並發表演講。她在認證期刊上發表15 篇以上的論文。她還參與了某些期刊的同儕審查工作。她是以下領域的獨立研究員：本土知識研究、非洲傳統宗教、社區參與和心理學。她是南非誇祖魯-納塔爾省祖魯蘭大學社會科學與人文學院的研究員及南非自由州大學宗教研究系研究員。她還是「彩虹團體」（Rainbow Group）心理療法的創始人之一，該療法是她與南非榮格學派心理治療師、蘇黎世榮格分析師Peter Amman教授共同開創的。她還修行各種冥想方法，為來自世界各地不同文化背景的受創傷個人和家庭提供支持。她還是一名熟練的傳統療癒師和信仰療癒師。 (lillymlisa@gmail.com) +27834940433

購 票

1.

捐款請前往 GoFundMe 的
網頁

[此處](#)

為了盡可能廣納所有人，建議最低捐贈
(依世界銀行列表) 為：

高 收 入：北美、澳洲及歐洲：25英鎊
(受訓者及routers：15英鎊)

中上收入：南美及巴爾幹半島：15英鎊
(受訓者及routers：5英鎊)

中下收入：東南亞及非洲：5英鎊
(受訓者及routers：免費)

烏克蘭及在前線與烏克蘭工作者：免費

2.

購 票

[此處](#)

- 網路研討會九：十月
Verena Kast 及Olga Kasianenko

請注意這場網路研討只提供烏克蘭語及英語（可能也會有華語）口譯。

錄影

所有的網路研討會均備有錄影。

#WUJ非常幸運地擁有一支專業的口譯員團隊，他們提供無償服務以表達對烏克蘭的支持（雖然我們會支付烏克蘭口譯員），而且大多數的會議可以用英語、烏克蘭語、德語、法語、義大利語、西班牙語、葡萄牙語和華語觀看。我們感謝他們的慷慨與專業服務。

#WUJ同時也感謝 ARAS管理錄影影片，使其他時區的同事也能參與。

除了為所有害怕被抹滅的同事提供支持外，網路研討會還旨在為遭受嚴重經濟困難的烏克蘭同事籌募資金。無論您是現場參加還是透過觀看錄影影片而參加，請考慮為我們的烏克蘭同事捐贈一份禮物。

是否能夠考慮捐贈一個小時的費用？

觀看錄影影片，請點選：

[此處](#)

捐款，請點選：

[此處](#)

我們通常會在人們抵達 Zoom 會議室時播放圖片展示。

觀看圖片播放，請點選：

[此處](#)



請注意，未來的網路研討會將只提供烏克蘭語及英語（可能也會有華語）口譯。



圖片作者：**Carola Mathers**

抽象 1，紙上油墨。

Carola是一位英國的藝術家，她的作品包括水彩、油畫和混合媒材。她最近剛從榮格分析師的臨床實務工作中退休。

https://www.alternativeartsales.com/photo_12105445.html