

# Оглавление

Отзывы о работах Ролло Мэя .....	7
----------------------------------	---

Предисловие .....	9
-------------------	---

## ЧАСТЬ 1. НАШИ УСЛОВИЯ СУЩЕСТВОВАНИЯ

Глава 1. Одиночество и тревога современного человека .....	14
--	----

«Полюе люди» .....	15
--------------------	----

Одиночество .....	25
-------------------	----

Тревога и угроза для себя .....	31
---------------------------------	----

Что такое тревога? .....	36
--------------------------	----

Глава 2. Причины нашего недуга. ....	42
--------------------------------------	----

Утрата центра ценностей в нашем обществе .....	42
--	----

Утрата чувства собственного «я» .....	50
---------------------------------------	----

Утрата языка личных коммуникаций .....	57
--	----

«Природе мы и чужды, и немилы...» .....	60
---	----

Утрата ощущения трагедии .....	66
--------------------------------	----

## ЧАСТЬ 2. ОТКРЫВАЯ СЕБЯ ЗАНОВО

Глава 3. Опыт становления личностью. ....	72
---	----

Самоосознание как уникальная особенность человека .....	73
---	----

Самопрезрение как суррогат самоуважения .....	83
---	----

Самоосознание — не интроверсия .....	88
--------------------------------------	----

Ощущение собственного тела и чувств .....	90
---	----

<b>Глава 4. Битва за выживание</b> . . . . .	<b>102</b>
Перерезание психологической пуговицы . . . . .	103
Битва против матери . . . . .	107
Битва против собственной зависимости . . . . .	115
Стадии осознания себя . . . . .	117

### **ЧАСТЬ 3. ЦЕЛИ ИНТЕГРАЦИИ**

<b>Глава 5. Свобода и внутренняя сила</b> . . . . .	<b>122</b>
Человек, посаженный в клетку . . . . .	122
Ненависть и обида как цена отказа от свободы . . . . .	124
Чем свобода не является . . . . .	129
Чем свобода является . . . . .	135
Свобода и структура . . . . .	138
«Выбирая самого себя» . . . . .	141
<b>Глава 6. Творческое сознание</b> . . . . .	<b>146</b>
Адам и Прометей . . . . .	151
Религия — источник силы или слабости? . . . . .	162
Творческое использование прошлого . . . . .	174
Человеческая способность ценить . . . . .	182
<b>Глава 7. Мужество как сильная сторона зрелости</b> . . . . .	<b>189</b>
Мужество быть собой . . . . .	190
Прембула любви . . . . .	203
Мужество видеть истину . . . . .	211
<b>Глава 8. Человек, превосходящий время</b> . . . . .	<b>217</b>
Человек, преодолевающий время . . . . .	217
Человек живет не только по часам . . . . .	219
Полнота момента . . . . .	227
«В свете вечности» . . . . .	231
Эпоха не имеет значения . . . . .	233
<b>Алфавитный указатель</b> . . . . .	<b>237</b>

## Отзывы о работах Ролло Мэя

«ЛЮБОВЬ И ВОЛЯ»

«Мудрая, насыщенная, остроумная, обязательная к прочтению... Она должна возглавить любой список важных для прочтения книг».

*Джон Леонард, New York Times*

«Экстраординарная книга о сексе и цивилизации... Важный вклад в современную мораль».

*Newsweek*

«Итог 25-летней работы на переднем крае служения людям в наш противоречивый век психологических трансформаций. Динамичная, теплая и страстная».

*St. Louis Post-Dispatch*

«Д-р Мэй предлагает страстность и интеллектуальность, значимые для всей нашей жизни. "Любовь и воля" — это книга о том, как изучать и ценить, для тех, кто умеет изучать и ценить наше человеческое наследие и потенциал».

*San Francisco Examiner*